

Avdeling for folkehelse, Campus Elverum

Hildegunn Vangen

Bacheloroppgave

Kroppsøving – læring i, om eller gjennom
bevegelse?

Physical Education – education in, about or through movement?

Faglærer i kroppsøving og idrettsfag 2014

2017

Samtykker til tilgjengeliggjøring i digitalt arkiv Brage

JA NEI

Forord

Jeg er nå ferdig med min bacheloroppgave ved Høgskolen i Innlandet, campus Elverum. Det har vært en krevende og lærerik prosess, hvor jeg sitter igjen med mye kunnskap innenfor temaet jeg har valgt å skrive om. Det har vært et svært interessant tema å fordype seg i. Jeg vil absolutt ta med meg det jeg har lært videre i arbeidslivet som lærer. Kunnskapen jeg har tilegnet meg i denne prosessen vil være relevant for meg for å kunne bli en god kroppsøvlingslærer.

Jeg vil takke mine medstudenter for tre fantastiske år som student i Elverum. Jeg vil takke for både faglige og ufaglige diskusjoner som har vært til stor nytte gjennom denne prosessen. Det hadde vært ensomt uten dere.

Til slutt vil jeg takke min veileder Lars Bjørke. Han har stilt opp under hele prosessen og gitt meg god veiledning med oppgaven. Han har gitt meg mange gode innspill og ideer til å gjøre min bacheloroppgave best mulig.

Elverum, 28.04.2017

Hildegunn Vangen

Sammendrag

Forfatter:

Hildegunn Vangen

Faglærer i kroppsøving og idrettsfag. Høgskolen i Innlandet, 2017.

Problemstilling:

Skal kroppsøving være et aktivitets- eller læringsfag?

Metode:

Kvalitativ studie med basis i litteratur og forskning. Jeg vil i dette kapittelet gjøre rede for ulike metoder, min studie og søkeprosess.

Resultat:

Ut i fra diskusjonen i denne oppgaven, viser studien til at kroppsøving skal fremstå som et læringsfag. Ved at kroppsøvingsfaget legitimeres som et læringsfag, vil det være med på allmenndannelsen for elevene. I denne oppgaven er fysisk-motoriske ferdigheter en sentral del for dannelsen i kroppsøvingsfaget. Videre viser studien til at læringen som forekommer skjer gjennom aktiviteten, som igjen fører til et bidrag til elevenes helse. Arnolds tre dimensjoner, læring i, om og gjennom bevegelse, står sentralt for resultatene i denne studien.

Nøkkelbegreper:

Legitimering, kroppsøving, skole, fysisk-motoriske ferdigheter, dannelse, helse, kunnskap, læring i bevegelse, læring om bevegelse, læring gjennom bevegelse.

Innhold

SAMMENDRAG	3
1. INNLEDNING	6
1.1 BEGRUNNELSE FOR VALG AV OPPGAVE	7
2. PROBLEMSTILLING	8
2.1 PRESISERING AV PROBLEMSTILLING	8
3. TEORI	9
3.1 LÆREPLANVERKET	9
3.2 LÆREPLAN FOR KROPPSØVING	9
3.3 BEGRUNNELSER FOR FAGET	11
3.4 ARNOLDS TRE DIMENSJONER.....	11
3.5 LÆRING I BEVEGELSE	11
3.5.1 <i>Dannelse</i>	12
3.5.2 <i>Klafkis dannelsesteori</i>	13
3.5.3 <i>Fysisk-motorisk læring</i>	14
3.6 LÆRING OM BEVEGELSE	14
3.6.1 <i>Kunnskap</i>	14
3.7 LÆRING GJENNOM BEVEGELSE	15
3.7.1 <i>Helse</i>	15
4. METODE	17
4.1 GENERELT OM METODE	17
4.2 KVALITATIV OG KVANTITATIV METODE	17
4.3 LITTERATURSTUDIE.....	18
4.3.1 <i>Styrker og svakheter ved et litteraturstudie</i>	20
4.3.2 <i>Validitet og reliabilitet for studien</i>	20

4.4	INKLUSJON- OG EKSKLUSJONSKRITERIER	21
4.5	SØKEPROSESSEN	22
4.6	FORSKNINGSETIKK.....	24
5.	RESULTATER.....	25
5.1	ARTIKKEL 1	25
5.2	ARTIKKEL 2	26
5.3	ARTIKKEL 3	28
5.4	ARTIKKEL 4	29
5.5	ARTIKKEL 5	30
6.	DISKUSJON	32
6.1	FYSISK-MOTORISK FERDIGHETER SOM EN DEL AV KROPPSØVINGSFAGET	32
6.2	DANNELSE SOM EN DEL AV KROPPSØVINGSFAGET	36
6.3	KUNNSKAP SOM EN DEL AV KROPPSØVINGSFAGET	38
6.4	HELSE SOM EN DEL AV KROPPSØVINGSFAGET	40
7.	KONKLUSJON	44
8.	LITTERATURLISTE	46

1. Innledning

Jeg vil i min bacheloroppgave ta for meg og undersøke hvordan kroppsøving faget skal fremstå i dagens skole. Legitimering av kroppsøving faget er et svært dagsaktuelt tema. Diskusjonen om kroppsøving skal være et aktivitetsfag med fokus på å øke elevenes puls, eller om det er et læringsfag på lik linje med andre fag i skolen. Forskning viser at kroppsøving ofte blir sett på som et aktivitetsfag, som et viktig middel for å forebygge helsen. Dette har skapt diskurs rundt kroppsøving fagets egenart (Ommundsen, 2005). Som Ommundsen (2005) setter kritisk spørsmålsteget ved; Skal kroppsøving bidra til at elever utvikler sin kroppslige kompetanse innenfor flere ulike aktiviteter og idretter slik at elever kan tenke «jeg kan» og samtidig utvikler sin kroppslige bevissthet? Eller skal fokuset være på et helse relatert fag med formål i regulering og disiplinering av egen kropp, som kan føre til psykisk og sosial utrygghet hos elevene? Jeg vil, som kommende kroppsøvingslærer, jobbe med barn og unge hver dag. Det blir derfor viktig for meg å vite hvordan faget skal fremstå i skolen, både for elever, lærere og andre, da dette er et dagsaktuelt tema.

Formålet mitt med denne oppgaven er at jeg vil se etter hva kroppsøving fagets primære oppgave og mål er. Om kroppsøving skal være aktivitet eller læring, og hva skal til for å fremme livsslang bevegelsesglede? Kroppsøving faget er et viktig fag i skolen, og det er viktig at det praktiseres slik at alle elever får nytte av undervisningen i faget. For at undervisningen skal kunne fremstå så viktig og riktig som mulig er det viktig at vi som kroppsøvingslærere vet hva som skal være innholdet i kroppsøvingsundervisningen.

1.1 Begrunnelse for valg av oppgave

I formålet for kroppsøvfingsfaget står det at «kroppsøving er et almendannende fag som skal inspirere til en fysisk aktiv livsstil og livslang bevegelsesglede» (Utdanningsdirektoratet [Udir], 2015d). Faget skal ikke bare være fysisk aktivitet, men bidra til at elevene sanser, opplever, lærer og skaper med kroppen (Udir, 2015a). Faget skal altså ikke bare fremstå som kun fysisk aktivitet, men elevene skal kunne lære å bruke kroppen i fysisk aktivitet.

Det er mange meninger om kroppsøvfingsfaget, både av elever, foresatte og lærere. I følge Ommundsen (2005) har helse blitt sett på som et viktig legitimeringsgrunnlag i kroppsøving, ved at det skal være med å forbygge overvekt og fedme. Jeg mener derfor det er viktig at en vet hvor kroppsøving står i skolen, slik at faget blir bevart som sin helhet (Ommundsen, 2005). Jeg vil ut i fra dette legitimere kroppsøvfingsfaget plass i skolen

Legitimering av kroppsøvfingsfaget er også noe jeg synes er interessant, som vil gi meg motivasjon til å jobbe med prosjektet. Jeg har ut i fra dette laget meg en problemstilling som jeg skal besvare, ved hjelp av tidligere forskning og litteratur.

2. Problemstilling

Skal kroppsøving være et aktivitets- eller læringsfag?

2.1 Presisering av problemstilling

Jeg vil i denne oppgaven finne svar på min problemstilling. Med denne problemstillingen ønsker jeg å utvikle mine kunnskaper om fagets formål, slik at jeg som faglærer har god kunnskap om hvordan faget skal fremstå. Jeg vil med denne problemstillingen finne frem til om kroppsøving skal fremstå som et fag hvor bare det å være i aktivitet er i fokus, for eksempel for å kunne fremme helsen til elevene, eller om faget skal fremstå som et fag hvor elever skal lære på lik linje med andre fag i skolen. Jeg har gjennom praksisperioder og min utdanning her ved Campus Eleverum erfart at det finnes mange begrunnelser for hva som er viktig i kroppsøvingsundervisningen og hva ulike lærere legger vekt på. Dette har inspirert meg til å fordype meg om temaet i min oppgave, for å presisere hva kroppsøvingsfaget skal være i skolen.

3. Teori

I dette kapitlet skal jeg gjøre rede for teori og begreper som er relevant for mitt problemområde. Teorien som blir brukt vil jeg senere sette sammen med artiklene, for å kunne drøfte meg frem til en konklusjon. Søkelyset i teorien vil bli lagt mot legitimeringen av kroppsøvningsfaget, hvor Arnolds tre dimensjoner står sentralt.

3.1 Læreplanverket

Det er ulike styringsdokumenter som sier noe om hvorfor vi har kroppsøving i skolen. Og det er nettopp det legitimering handler om. Hva skal kroppsøvningsfaget være, og hva skal elevene lære? Det er departementet som gir forskrifter om fag, mål for opplæringa, omfanget av opplæringa og hvordan faget skal gjennomføres i opplæringen. Dette er presisert i opplæringsloven (Opplæringslova, 1998 §2). I opplæringsloven (1998, § 2) står det at kroppsøving skal være en del av undervisningsfagene i den norske skolen. Både i grunnskolen og den videregående skolen. Fra dette utgangspunktet har kunnskapsdepartementet som nevnt satt opp mål, omfang og fagets gjennomføring. Dette er punkter som inngår i læreplanen.

3.2 Læreplan for kroppsøving

Læreplan i kroppsøving består av følgende punkter; formål, hovedområder, timetall i faget, grunnleggende ferdigheter i faget og kompetansemål. Læreplanen for faget er det som læreren forholder seg til når en skal planlegge undervisningen i faget (Brattenborg & Engebretsen, 2013; Udir, 2015a). Læreplanen er et forpliktende dokument for lærere i norsk skole (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Læreplanen som gjelder i dag er kunnskapsløftet (LK06). Formålet i læreplanen er en svært viktig del hvor det er klargjort hva som er

kroppsøvfagets rammer (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Det er nødvendigvis ikke bare ett formål for faget, men at faget skal dekke flere formål. Et sentralt utdrag fra formålet er at

Kroppsøving er et allmenndannende fag som skal inspirere til fysisk aktiv livsstil og livslang rørsleglede... Kroppsøving skal bidra til at elevane opplever glede, meistring og inspirasjon ved å være med i ulike aktivitetar og i aktivitet saman med andre. Faget skal bidra til at barn og unge utviklar sjølvkjensle, positiv oppfatning av kroppen, sjølvforståing og identitetskjensle. (Udir, 2015c)

Det er formålet med faget som vektlegges i undervisningen, sammen med kompetansemålene (Vinje, 2016). Det er utarbeidet kompetansemål i læreplanen for kroppsøving. Kompetansemålene er utarbeidet i fra andre deler av læreplanverket. For å forstå kompetansemålene er det nødvendig at en har forstått formålet, hovedområdene og de grunnleggende ferdighetene for faget (Udir, 2015b). Utdanningsdirektoratet definerer kompetanse som evnen til å møte en kompleks utfordring, eller utføre en kompleks aktivitet eller oppgave (Udir, 2016). Utgangspunktet er at elevene skal oppnå kompetanse innenfor ulike hovedområder. Det er fire ulike hovedområder innenfor kroppsøvfagets kompetansemål; aktivitet i ulike bevegelsesmiljø, idrettsaktivitet, friluftsliv og trening og livsstil. Det er disse punktene det er ønske om at elevene skal oppnå kompetanse i, i kroppsøvfagetsundervisningen (Udir, 2016; Vinje, 2016).

Kompetanse er kunnskap og ferdighet satt sammen (Udir, 2016). Det er denne kompetansen, som elevene lærer seg, som er med på den felles danninga og identitetsskapingen til samfunnet (Udir, 2016). Dette kommer jeg inn på senere i kappitlet.

3.3 Begrunnelser for faget

I denne delen har jeg tatt utgangspunkt i Arnolds tre dimensjoner. Deretter har jeg plassert ulike begrunnelser for faget under den dimensjonen de hører hjemme. Dette er med på videre diskusjon i oppgaven, om kroppsøving skal legitimeres med bakgrunn i læring i, om eller gjennom bevegelse.

3.4 Arnolds tre dimensjoner

Den skotske filosofen Peter J. Arnold bruker tre ulike dimensjoner for å legitimere kroppsøvingfaget i en artikkel fra 1980. Arnold mener i følge dimensjonene at kroppsøving er et dannelsesfag (Arnold, 1980). Artikkelen til Arnold er også kommentert av Yngvar Ommundsen (2005) til norsk, hvor han forklarer og kommer med sine meninger rundt temaet for legitimeringen av faget. De tre ulike dimensjonene handler om læring *i bevegelse* (education in movement), *om bevegelse* (education about movement) og *gjennom bevegelse* (education through movement). Arnolds tre dimensjoner blir blant annet brukt til å kunne analysere og forstå ulike læreplaner. Andersen (2015, s. 19) mener disse begrepene kan hjelpe lærere til å forstå hvordan kroppsøvingfaget skal gjennomføres. Disse dimensjonene kan ikke stå alene, men er gjensidig til hverandre (Arnold, 1980).

3.5 Læring i bevegelse

Læring i bevegelse (dimensjon I) handler om fagets egenverdi. Det handler om hvordan elevene velger å opptre i ulike tid og rom, en viss kroppslig bevissthet (Ommundsen, 2005). Kroppslig bevissthet handler her om uttesting, prøving, feiling og mestring av egne kroppslige muligheter, altså bevegelseslæring, bevegelsesferdighet og praktisk kroppslig læring (Arnold,

1980). Arnold (1980) bruker her begrepet ferdighet (skill), og blir presentert som trenbar ferdighet, kompetanse eller teknikk. Ferdighet inngår ikke bare i noen få aktiviteter, men et bredt utvalgt aktiviteter (Arnold, 1980). Kroppen er en del av vårt læringsmedium, og Arnold ser på dette som fagets kjerneverdi (Ommundsen, 2005).

3.5.1 Dannelse

Dannelse har historie langt tilbake i tid. Hvordan dannelse blir forstått er avhengig av tid, kultur og samfunn. Dannelsesbegrepet har vært med i læreplaner helt fra 1939 og frem til i dag (Vinje, 2016). Likevel er det først på 1990-tallet at begrepet har blitt anvendt i pedagogikken (Vinje, 2016). Dannelse er en livslang prosess som skal forme menneske. Menneske er ikke noe man er, men noe man blir (Solerød, 2012). Kunnskapsløftet har et klart dannelsesperspektiv. Dannelsesperspektivet skal bidra til å klargjøre verdigrunnet for undervisningen, og er med på å velge et sentralt innhold i kroppsøvingundervisningen. Kroppsøvingslærerne må velge innhold i undervisningen som elevene kan få bruk for som samfunnsdeltakere (Vinje, 2016). Dannelse går ut på at elever skal kunne tilegne seg kunnskap, ferdigheter og egenskaper som gjør menneske i stand til å mestre livet både som privatperson, samfunnsborger og yrkesutøver (Vinje, 2016). Det er derfor viktig at skolen fokuserer på tidsaktuelle ferdigheter og kunnskap, for elevenes deltagelse i samfunnet (Vinje, 2016).

Dannelsesperspektivet går igjen i alle tre delene i LK06, og det står klart i læreplanen for kroppsøving at faget skal opptre som et allmenndannende fag. Allmenndannelse danner grunnlaget for menneske, mens dannelse former menneske (Regjeringen, 2009). Utdanningsdirektoratet definerer allmenndannelse som

- 1) konkret kunnskap om mennesket, samfunn og natur som kan gi overblikk og perspektiv
- 2) kunnskap og modenhet til å møte livet – praktisk, sosialt og personlig
- 3) egenskaper og verdier som letter samspillet mellom mennesker og gjør det rikt og spennende for dem å leve sammen (Udir, 2015).

3.5.2 Klafkis dannelsesteori

Wolfgang Klafki er en tysk didaktiker som har utarbeidet begrunnelse og argumentasjon for dannelsesperspektivet. Klafki mener at allmenndannelse handler om dannelse for alle (Klafki, 2001). Klafki mener at dannelse handler om å utvikle evne til selvbestemmelse, medbestemmelse og solidaritet. Med dette menes det at hvert individ skal ha en utvikling som anses som viktig i samfunnet (Vinje, 2016). Dette er viktig for at menneske skal ha forutsetninger til å bidra aktivt i demokratiet (Vinje, 2016). Klafki står klart for en kategorial dannelsesteori. Det står for en vekselvirkning mellom undervisningens objektive dannelsesmål og den subjektive utfoldelse. Dette er sentralt for kroppsøving da det presenterer et helhetlig syn på dannelse (Vinje, 2016).

Under allsidig dannelse inngår også behandling av egen kropp, nemlig kroppslig dannelse (Vinje, 2016). Kroppslig dannelse handler om at menneske tilegner seg allsidige og fysiske-motoriske ferdigheter (Vinje, 2016). Et bredt spekter av slike ferdigheter kan gi motivasjon til deltakelse i fysisk aktivitet (Vinje, 2016). Kroppsøvingsundervisningen skal bidra til at elevene utvikler kroppslige ferdigheter sammen med demokratiforståelse, og bidra til best mulig aktiv deltagelse i samfunnet (Vinje, 2016). Klafki mener også at fysisk-motorisk ferdigheter har en egenverdi for faget i skolen, og bidrar i allmenndannelsen (Ommundsen, 2013).

3.5.3 Fysisk-motorisk læring

For at unge skal kunne bidra best mulig i samfunnet og livet trenger de velutviklet bevegelseskompetanse i form av fysisk-motorisk ferdigheter, like mye som kognitive ferdigheter. Det er viktig for barn og unges personlighetsutvikling (Ommundsen, 2008). I følge studier viser det til indikasjoner på at barn i grunnskolen har dårligere motoriske ferdigheter enn tidligere, dette går utover elevens fysiske aktivitet. Dette fordi de fysisk-motoriske ferdighetene øker grunnlaget for økt fysisk aktivitet blant elever, også i voksen alder (Ommundsen, 2013). Fysisk-motoriske ferdigheter øker også grunnlaget for elevens kognitive læring. Det er ut i fra læreplanen utviklet klare fysisk-motoriske læringsmål. Det er altså ikke bare sentrale idretter, men varierte og grunnleggende bevegelser i ulike tid og rom (Ommundsen, 2008). Fysisk-motoriske ferdigheter er sentralt ved fagets *hva*. Altså, læring i bevegelse. Dette utgjør den faglige grunnstammen for faget.

3.6 Læring om bevegelse

Læring om bevegelse (dimensjon II) omhandler kunnskap. Med kunnskap menes ikke kun kunnskap om det fysiske, men også for eksempel det fysiologiske og anatomiske (Arnold, 1980). Arnold mener at kunnskap ikke kan stå alene som kjerneverdi i faget, men at det underbygger læring i bevegelse (Arnold, 1980). Dette gjør at elever har mer kunnskap om bevegelsesaktivitet.

3.6.1 Kunnskap

Elever må altså ha kunnskap om bevegelsesaktiviteter og mye mer. Det kan sies at kunnskap ikke er noe som fins, men noe som menneske strever etter å forstå og forklare (Imsen, 2014). Det finnes ulike typer kunnskap. Kroppsøving og læring om bevegelse går inn under praktisk

kunnskap, at man vet hvordan noe skal gjøres (Holmen, 2014). I kroppsøvfingsfaget skal elevene tilegne seg kunnskap om trening, livsstil og helse (Udir, 2015a). Elevene skal kunne kunnskap om bevegelseslek, allsidig idrett, fair play, dans, svømmeferdigheter og friluftsliv. Kunnskap er viktig for å danne det allmendannede menneske, og det er viktig at den er allsidig og fullstendig (Udir, 2015a).

3.7 Læring gjennom bevegelse

Læring gjennom bevegelse (dimensjon III) menes som aktiviteten i kroppsøvfingsfaget som brukes for å nå målene i faget (Arnold, 1980). Kroppsøvfingsfagets bidrag til skolens mål og oppgave, nemlig å gi elevene en allmenndannelse, skjer «gjennom bevegelse» (Zoglowek, 2006). Arnold karakteriserer læring gjennom bevegelse som «et ytre, instrumentelt fokus for skolering» (Ommundsen, 2008). Læring gjennom bevegelse er viktig for den kommunikative kompetansen til elevene. Motorikk og kroppslig læring er midler for å utvikle ens kommunikative kompetanse. Dette er altså nyttebetont for å fremme læring i faget (Ommundsen, 2008).

3.7.1 Helse

Det er ingen tvil om at det for kroppsøvfingsfaget er ønske om en fysisk aktiv livsstil som fremmer god helse, da dette er representert i formålet for faget (Udir, 2015c). At kroppsøving skal bidra til bedre helse har vært en del av kroppsøvfingsfaget gjennom alle de ulike læreplanene gjennom tiden (Vinje, 2016). I følge verdens helseorganisasjon (WHO) defineres helse som «en tilstand av fullstendig fysisk, mentalt og sosialt velvære og ikke bare fravær av sykdom og lyte» (Braut, 2015). I følge Green (2010) forventes det at kroppsøving virker inn på helse ved at elevene får inn mer helserelatert fysisk aktivitet i skoledagen og ved at de øker

kunnskapen om helsemessige gevinster gjennom kroppsøvfingsfaget. Ved at elever får bedre kunnskap om trenings- og bevegelsesformer, vil det også kunne bidra til at elevene fremmer sin egen helse senere i livet (Vinje, 2016). Selv om sykdomsutslag som for eksempel fedme ofte ikke utvikles før i voksen alder, antas det at det har opprinnelse fra barne- og ungdomsårene (Green, 2010). Nettopp fordi fysisk aktivitet anvendes i kroppsøvfingsfaget kan dette ses på som et hjelpemiddel for å fremme helsen på livsslang tid. Kroppsøvfingsundervisning er uansett en svært liten del av en persons liv, og det får ikke tilfredsstilt unges behov for fysisk aktivitet i hverdagen. Likevel kan kroppsøving bidra, med sin fysiske aktivitet, til at elevene oppnår anbefalingene om fysisk aktivitet på 60 minutter hver dag (Green, 2010; Vinje, 2016; Helsedirektoratet, 2016).

4. Metode

I dette kappitelet skal jeg ta for meg metode som begrep. Jeg skal gjøre rede for ulike metoder og forklare hvordan jeg har gått frem i min prosess for å svare på problemstillingen. Jeg vil belyse styrker og svakheter ved litteraturstudie og gjøre rede for søkeprosessen.

4.1 Generelt om metode

Å følge en bestemt metode betyr å følge en vei mot et mål og hvordan en kommer frem til ny kunnskap (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010; Dalland, 2012). I mitt tilfelle hvordan jeg kan finne relevante referanser om legitimeringen av kroppsøvningsfaget. Jeg vil bruke litteraturstudie som metode, som jeg kommer tilbake til senere, for å gjennomføre min studie for å finne kunnskap om temaet jeg har valgt. Metode handler om å samle inn, analysere og tolke data (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010). Etter at forskeren har forberedt seg og laget problemstilling velger en så om studien skal være kvalitativ eller kvantitativ (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010). I mitt tilfelle vil jeg som også i følge Johannessen, Tufte & Christoffersen (2010) samle inn teori, for deretter å finne relevant forskning. Videre vil jeg se på sammenhenger mellom disse og diskutere meg frem til en konklusjon. På denne måten vil jeg kunne få relevant kunnskap om legitimeringen av kroppsøvningsfaget.

4.2 Kvalitativ og kvantitativ metode

Vi baserer forskningen på to ulike metoder; kvalitativ og kvantitativ. Kvalitativ forskning er en metode hvor resultatet ikke lar seg tallfeste eller måle (Dalland, 2012). Kvalitativ forskning viser til egenskapene eller karaktertrekkene ved et fenomen. Den går i dybden av et fenomen

og blir presentert i form av tekst. Kvalitativ metode er ofte basert på intervju eller observasjon (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010). Kvantitativ forskning er stort sett basert på spørreundersøkelser og fremstiller resultater i form av tall og tabeller (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010). En kan også velge å blande disse to metodene, det betegnes som metodetriangulering. Dette kan gjøres for å se et fenomen fra flere perspektiver. Hvis tilnærmingen fører til samme konklusjoner, styrkes tilliten til resultatene (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010). Kvalitative studier har få observasjoner, mens det i kvantitative studier gjerne skal være et stort antall observasjoner. Likevel vil kvalitative studier være en mer grundig studie (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010).

4.3 Litteraturstudie

Litteraturstudie er en del av hver eneste forskningsprosess, ved at du gjennomfører et litteratursøk om emnet (Axelsson, 2012). Denne metoden handler om å sammenligne forskning som allerede finnes om et fenomen (Axelsson, 2012). Litteraturstudie er en metode som bruker forskning og litteratur som allerede finnes innenfor valgt problemområde (Forsberg & Wengström, 2013). Axelsson (2012) redegjør for to ulike tilnærminger av litteraturstudie; systematisk og allmenn litteraturstudie. Systematisk litteraturstudie er kritisk søking og gransking, og deretter sette sammen funnene til en helhetlig tekst hvor en svarer på problemstillingen (Forsberg & Wengström, 2013). Systematisk litteraturstudie baseres på data fra primærkilder i form av vitenskapelige artikler eller rapporter. En primærkilde innebærer at artikkelen er skrevet av den personen som gjennomfører undersøkelsen (Axelsson, 2012). Allmenn litteraturstudie beskriver og analyserer artikler uten noe tydelig system eller hvorfor artiklene inkluderes i studien (Axelsson, 2012). I min oppgave har jeg benyttet meg av

litteraturstudie, siden retningslinjene for bacheloroppgaven stiller dette som et krav (Høgskolen i Hedmark, 2016). Type litteraturstudie er et systematisk litteraturstudie hvor jeg selv gjennomfører undersøkelsen. Oppgaven er av kvalitativ tilnærming til litteraturstudie, hvor jeg går i dybden på noen få artikler. Jeg som student og forfatter avklarer begreper og finner teori for å belyse min problemstilling (Dalland, 2012). Forsberg og Wengström (2013) beskriver 8 punkter som inngår i et systematisk litteraturstudie.

1. Gjennomføre en problemformulering om hvorfor en gjør studie
2. Formulere en problemstilling
3. Formulere en plan for litteraturstudien
4. Definere søkestrategi
5. Identifisere og velge litteratur i form av vitenskapelige artikler og rapporter
6. Kritisk vurdere, kvalitetsbedømme og velge den litteraturen som skal inngå i oppgaven
7. Analysere og diskutere resultat
8. Sammenstille og komme til en konklusjon.

Problemformuleringen er utgangspunktet for hvorfor en gjennomfører studien (Forsberg & Wengström, 2013). I mitt tilfelle skrev jeg en prosjektbeskrivelse om valg av oppgave og problemområde. I prosjektbeskrivelsen formulerte jeg også en problemstilling som jeg ønsket å få svar på. Resten av punktene inngår i denne oppgaven i form av søkeprosess, valg av litteratur, resultater og diskusjon, og til slutt konklusjon og svar på min problemstilling.

4.3.1 Styrker og svakheter ved et litteraturstudie

Litteraturstudie kan både ha styrker og svakheter. Et litteraturstudie samler inn data fra allerede publisert forskning (Forsberg & Wengström, 2013). Disse artiklene skal da ha tatt hensyn til ulike retningslinjer som kreves for å gjennomføre forskning. Det fører til at jeg som forfatter ikke trenger å ta store hensyn til denne typen etikk. En annen fordel med litteraturstudie er at du selv kan velge tema. Litteraturen jeg finner gir utgangspunkt for hvor gode rammene for min oppgave er, det blir dermed en fordel jo bedre litteraturen er (Stene, 1999). Ved å lese relevant teori til min oppgave, hjalp det meg til å se sammenheng med artiklene, som hjelper meg til å diskutere meg frem til en konklusjon, som svar på min problemstilling.

En svakhet ved en litteraturstudie kan være søkeprosessen. Søkeprosessen er svært tidskrevende, og krever et konkret utgangspunkt i forhold til hva en vil finne i søket. Det kan være vanskelig i starten å skille mellom relevant og irrelevant litteratur, en må derfor inkludere og ekskludere ulike kriterier, som jeg kommer tilbake til senere (Stene, 1999). I tillegg kan det være en ulempe hvis det finnes lite forskning på område. Det kan derfor være vanskelig å finne relevant litteratur som besvarer problemstillingen.

4.3.2 Validitet og reliabilitet for studien

Validitet (gyldighet) og reliabilitet (pålitelighet) er to begreper som brukes i alle forskningsprosesser. Validitet er hvor gyldig undersøkelsen er (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010). Dette går på om jeg har funnet relevante søk opp imot det jeg vil finne ut av. Det finnes allerede forskning om problemområde jeg har valgt. Jeg har derfor relevant litteratur som kan være med å svare på min problemstilling. En svakhet med oppgaven er at

det ikke finnes mye relevant litteratur som besvarer akkurat mitt problemområde. Søkeprosessen har dermed vært en krevende prosess. Jeg har valgt sentrale artikler som jeg kan se i sammenheng med problemområde for min studie. Det dreier seg om hvorvidt det er samsvar mellom fenomenet som skal undersøkes og operasjonaliseringen, altså prosessen fra det generelle til det konkrete (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010).

Reliabilitet er hvor pålitelig forskningen er (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010). Dette går på om gjentatte undersøkelser kan føre til samme resultat, ved bruk av samme metode. De artiklene jeg har valgt ut diskuterer hvordan kroppsøvfingsfaget skal fremstå. Ved sammenfatting av disse artiklene og teorien, i denne oppgaven, skal resultatene kunne bli det samme uansett hvem som gjennomfører den samme studien. For å sørge for at oppgaven er valid og reliabel har jeg satt opp inklusjon- og eksklusjonskriterier.

4.4 Inklusjon- og eksklusjonskriterier

Det er viktig å velge ut kriterier for utvelgelsen av data, for at den skal kunne svare på min problemstilling (Dalland, 2012). Dette kalles for inklusjon- og eksklusjonskriterier. Et inklusjonskriterie var at forskningen måtte være fagfelleurdert, grunnet krav fra retningslinjene for bacheloroppgaven (Høgskolen i Hedmark, 2016). Dette er for å sikre at artiklene er av god kvalitet. I mangel på relevant litteratur i søkeprosessen valgte jeg å ta med en rapport som ikke er fagfelleurdert. I tillegg måtte artiklene omhandle kroppsøving, og tema om legitimering. Først valgte jeg å finne litteratur basert på det norske kroppsøvfingsfaget, siden faget ikke fremstår likt i alle land. Etter hvert måtte jeg også legge inn litteratur fra andre land, da det ikke var tilstrekkelig med relevant forskning innenfor norsk kroppsøving. Jeg gikk over til å legge til forskning for andre land. Artikler ble ekskludert dersom temaet ikke var

relevant i lys av mitt valgte problemområde, for eksempel artikler som ikke omhandlet kroppsøvningsfaget. For å inkludere artiklene i min oppgave var det viktig at jeg kunne se sammenheng i forskning fra andre land opp i mot den norske læreplanen for kroppsøving.

For å finne relevant forskning ut i fra disse kriteriene søker jeg etter artikler med tema for legitimering i kroppsøving. Dette ga meg søkeord for å kunne søke og finne treff etter mine valgte kriterier. Etter hvert som jeg søkte måtte jeg endre litt på kriteriene, og måtte også lete i litteraturlister til relevante artikler, da søkeprosessen generelt ga lite relevante treff.

4.5 Søkeprosessen

I min søkeprosess foregikk store deler av søkingen i søkemotoren Oria, som er en søkemotor som søker gjennom bibliotekets bøker, artikler, tidsskrifter m.m. I tillegg har jeg brukt databasene SportDiscus, GoogleScholar, EBSCOhost og Norart. Jeg fant mye av det samme i de ulike databasene. Jeg startet søkingen med norske søkeord, men dette ga lite relevante treff. Etter hvert gikk jeg over til å søke på engelsk, og fant flere resultatet. Likevel var søkeordene for få og lite konkrete. Jeg la derfor til flere ulike ord, i de ulike databasene jeg har brukt. Som resultat av søkingen har jeg valgt meg ut fire artikler som skal være med å svare på min problemstilling. I utvelgelsen av artikler valgte jeg å se på relevante overskrifter, for deretter å lese sammendrag og eventuelt deler av artikkelen for å vurdere om jeg kunne ta den med videre i prosessen. I mangel på relevant litteratur i søkingen har jeg også gjennomgått litteraturen til artikler jeg valgte å ta med meg videre, og ut i fra det funnet artikler som kan svare på problemstillingen.

Jeg valgte å starte i oria med søkeordene «kroppsøving» og «legitimering». Det ga ingen fagfelleverderte treff som var relevant for min oppgave. Jeg valgte å legge til ordet «dannelse».

Dette resulterte i et treff på artikkelen «Fysisk-motorisk ferdighet gjennom kroppsøving – et viktig bidrag til elevenes allmenndanning og læring i skolen». Artikkelen er skrevet av Yngvar Ommundsen, og dette var den nederste artikkelen på siden av totalt 6 treff.

Videre søkte jeg på engelsk med søkeordene «physical education» og «learn», hvor jeg kun søkte på tittel, i oria. Dette ga meg 33 treff. Jeg valgte å ta med meg den femte artikkelen av treffene. Artikkelen var skrevet av Gunn Nyberg og Håkan Larsson med tittelen «Exploring ‘what’ to learn in physical education». Artikkelen ble publisert i 2012. Denne artikkelen var også oppført i litteraturlisten til Ommundsen.

Videre fant jeg en artikkel i litteraturlisten til Ommundsen, som jeg valgte å se nærmere på. Jeg valgte derfor å søke opp artikkelen i oria med første del av tittelen. Den kom opp som den første av 16 313 fagfelleverderte artikler. Artikkelen er skrevet av Catherine D. Ennis. Artikkelen ble utgitt i 2011 med tittelen «Physical Education Curriculum priorities: Evidence for Education and Skillfulness». Jeg valgte å ta den med videre da denne var relevant for videre diskusjon i min oppgave.

Som en fjerde artikkel har jeg valgt å ta med en rapport om fysisk aktivitet i skolen. Jeg søkte med søkeordene «fysisk aktivitet + skole» i oria. Jeg fikk opp 394 treff. Jeg valgte å ta med meg artikkel nummer 8 på treffene videre i prosessen. Artikkelen er fra Sosial- og helsedirektoratet. Artikkelen er publisert av Per-Egil Mjaavatn og Jan-Oddvar Skisland i 2003, med tittelen «Fysisk aktivitet i skolehverdagen». Med mangel på relevant litteratur fra fagfelleverderte artikler velger jeg å bruke denne som en av mine artikler for å se om kroppsøving kan bidra til god helse, og eventuelt vurdere om kroppsøving skal bestå av temaet helse, og trekke det videre inn i diskusjonen.

Femte artikkel fant jeg ved å søke i EBSCOhost med søkeordene «physical education» og «lifelong physical activity». Artikkelen kom opp som nummer 7 av 744 artikler. Artikkelen er skrevet av Terry A. Senne, og publisert i tidsskriftet «Journal of Physical Education, Recreation & Dance» i 2013.

4.6 Forskningsetikk

Innenfor forskning er det prinsipper og regler for hvordan undersøkelsen skal gjennomføres (Dalland, 2012). Forskningsetikk har med planlegging, gjennomføring og rapportering av forskingen å gjøre. Det handler om å ivareta personvernet og sikre troverdigheten av forskningslitteraturen (Dalland, 2012). Hvis forskeren for eksempel bruker intervju eller observasjon skal forskeren unngå å bruke navnet til vedkomne. I min oppgave bruker jeg som sagt fagfellevurderte artikler for å besvare min problemstilling. Jeg har dermed ikke direkte kontakt med informanter i form av for eksempel et intervju, i min oppgave. Når jeg presenterer disse i min studie er det riktig av meg å henvise til primærkilden, altså forskeren.

5. Resultater

I dette kappitelet skal jeg gjøre rede for artiklene jeg har valgt ut fra mitt litteratursøk. Jeg skal presentere funnene fra artiklene, som er relevant for min problemstilling. Dette vil jeg igjen ta med til videre diskusjon i oppgaven.

5.1 Artikkel 1

Artikkel nummer 1 er skrevet av Yngvar Ommundsen. Artikkelen ble publisert i 2013 med tittelen «Fysisk-motorisk ferdighet gjennom kroppsøving – et viktig bidrag til elevenes allmenndanning og læring i skolen».

Ommundsen har sammenfattet tidligere forskning og litteratur til en helhetlig tekst, hvor han diskuterer for og i mot, og til slutt kommer med en konklusjon. Artikkelen har altså en kvalitativ tilnærming, hvor han legger vekt på allerede eksisterende teorier (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010).

“I denne artikkelen settes det fokus på kroppsøvingfaget og betydningen av fysisk-motorisk ferdighetserklæring for elevenes personlighetsutvikling, allmenndannelse og varige bevegelseslyst”. Artikkelen tar for seg legitimeringen av kroppsøvingfaget. Hvordan kroppsøving fremstår i dagens skole. Skal kroppsøving fremstå som et helsefag eller dannelsesfag?

Det blir lagt vekt på temaet helse, og hva dette har å si for kroppsøvingfagets plass i skolen. Artikkelen legger vekt på at faget må ha fokus på fysisk-motoriske ferdigheter for at det skal kunne skje en allmenn utvikling hos barn og unge, og for å bevare kroppsøving som et fag i skoleverket. Ommundsen mener at gode fysisk-motoriske ferdigheter hjelper til å delta i andre

aktiviteter og fremmer både den fysiske og mentale helsen. Det er ingen tvil om at artikkelen legger fokus på kroppsøving som et dannelsesfag, for å oppnå kroppsøving som et fag, istedenfor en aktivitet. Ommundsen mener at det er viktig for skolen å styrke kvaliteten på kroppsøvingsundervisningen av fysisk-motoriske ferdigheter og kroppslig bevissthet, for at faget skal kunne opprettholde aspektet ved allmenndanning og læring i skolen. Ved å redusere kroppsøving fra fag til aktivitet med fokus på helse, vil faget kunne tape av syne sin legitimitet. Dette kan dermed føre til økt timetall i «kjernefagene», som norsk og matematikk. Det vises også at utvikling av fysisk-motoriske ferdigheter vil kunne bidra til økt fysisk aktivitet og fysisk og mental helse. Kroppen og hodet må ses i sammenheng, hvor kroppen er en del av vår læring. Videre argumenterer Ommundsen for at lærerkompetanse er en viktig forutsetning for å oppnå kroppsøving som et dannelsesfag, med vekt på fysisk-motoriske ferdigheter. Med en marginalisering av kroppsøvingsfaget vil man ta bort verdifull tid til læring i et fag som gagnar elevens helse og læring i lesing, skriving og matematikk. Det vil også ta vekk verdifull tid til elevens allmenndanning.

5.2 Artikkel 2

Artikkel 2 er skrevet av Gunn Nyberg og Håkan Larsson. Artikkelen ble publisert i 2012 med tittelen «Exploring ‘what’ to learn in the physical education».

Nyberg og Larsson har brukt en kvalitativ tilnærming, hvor forskerne har samlet inn data fra allerede eksisterende forskning. Datainnsamlingen er samlet inn fra internasjonal forskning. Ut i fra sine data har de skrevet en tekst med ulike begrunnelser for hva en skal lære i kroppsøving.

Målet med denne artikkelen er å forklare «hva» en skal lære i kroppsøvingfaget. Bakgrunnen for denne artikkelen er at læringen i kroppsøvingfaget har vært et problem over tid. Så vel blant lærere og elever skal kroppsøving fremstå som «morsomt» istedenfor «hva» de skal lære. Kroppsøving fremstår i dag som det moderne helseaspektet og eller gode resultater i ulike idrettsaktiviteter. Artikkelen argumenterer for behovet for «hva» elever skal lære eller utvikle i kroppsøvingfaget. Artikkelen er skrevet ut i fra en forskning i den svenske skolen.

Artikkelen legger vekt på at elevene må vite hvordan en erfarer seg frem til ulike bevegelser og at dette er objekter for læring i faget. En skal vite hvorfor en beveger seg, og kunnskaper om hvordan en skal gjennomføre ulike bevegelser. Nyberg og Larsson legger i artikkelen vekt på at så vel som lærere som elever mener, fra tidligere forskning, at kroppsøving skal fremstå som at det er «morsomt» å være i fysisk aktivitet, for at det skal kunne utvikle til fysisk aktivitet senere i livet. Dette for at elevene skal kunne utvikle god helse. Artikkelen sier at det å lære er underutviklet tema i kroppsøving blant lærere. Nyberg og Larsson mener at hvis kroppsøving skal være fysisk aktivitet eller fremming av helse fremfor læring, skaper det et problem for faget. De legger vekt på at en skal lære hvorfor en beveger seg istedenfor å lære å bevege seg, samtidig som de skal lære for å danne seg selv til et allmenndannende menneske. Artikkelen argumenterer for at kroppsøving som fag, egner seg best for elever med gode evner, og om du ikke har de riktige ferdighetene så «er ikke kroppsøving for meg», er et utsagn i artikkelen. Dette fører til lavere status for kroppsøving som fag.

5.3 Artikkel 3

Artikkelen “Physical Education Curriculum Priorities: Evidence for Education and Skillfulness” er skrevet av Catherine D. Ennis. Artikkelen ble gitt ut i 2011.

Bakgrunn for artikkelen er hvordan kroppsøvfingsfagets rolle hjelper til å fremme fysisk aktivitet. Skal kroppsøving bidra til at eleven skal kunne øke puls og forbrenne kalorier, eller lære å være i fysisk aktivitet ved ulike bevegelsaktiviteter. Artikkelen er skrevet med en kvalitativ tilnærming basert på diskusjoner rundt praktisering av kroppsøvfingsfaget og tidligere litteratur.

Artikkelen legger vekt på hvordan kroppsøvfingsfaget kan bidra til at elever skal få lyst til å være i fysisk aktivitet i livslang tid. Ennis mener kroppsøvfingsfaget skal være pedagogisk, hvor en legger vekt på elevens læring, samt utvikle motoriske ferdigheter. Dette er viktig fordi den fysisk-motoriske kompetansen legger grunnlag for en fysisk aktiv livsstil. Dette er også i tråd med resten av det skolen står for, å utdanne hele barnet. Ennis vektlegger også at det ikke bare er den fysiske aktiviteten som er viktig i kroppsøvfingsfaget, men også ferdigheter, kunnskap og oppfatninger av egne fysisk-motoriske ferdigheter, for å fremme livslang bevegelsesglede. For at dette skal være mulig sier artikkelen at det må legges til mere tid og bedre bruk av kroppsøvfingsundervisningen. Dette fordi kroppsøving primært er et sted hvor elevene kan utvikle sine positive følelser rundt fysisk aktivitet, samt øke sine motoriske ferdigheter. Ennis mener det er for stor vekt på å være fysisk aktiv, uten å vite hvorfor de gjør det de gjør.

5.4 Artikkel 4

Den tredje artikkelen er utgitt i 2003 av sosial- og helsedirektoratet. Artikkelen er skrevet av Per-Egil Mjaavatn og Jan-Oddvar Skisland. Tittelen på artikkelen er «fysisk aktivitet i skolehverdagen».

Artikkelen er et resultat av gjennomgang av artikler og bøker på engelsk og nordiske språk, for å få til en rapport om fysisk aktivitet i skolen. Artikkelen tar opp hvordan kroppsøving kan bidra til bedre helse og en fysisk aktiv livsstil. Datainnsamlingen er av nyere tid, uten tidsmessige avgrensinger. Artikkelen er av en kvalitativ tilnærming.

Bakgrunnen for artikkelen er utarbeidet for å fremme skolen som en arena for å fremme fysisk aktivitet, ut ifra den økende inaktiviteten hos barn og unge. Dette er sentralt i et folkehelseperspektiv, siden barn og unge oppholder seg lenge på skolen i undervisningssammenheng. Skolen har dermed fått en økt betydning for å fremme en fysisk aktiv livsstil, og kroppsøving trekkes frem som en viktig arena for dette.

For at det skal kunne skje en fremming av fysisk aktivitet må det skje en endring i kroppsøvfingsfaget. Først og fremst legges det frem at det må utvides timetall i faget, for at kroppsøving skal bidra til å forebygge helseplager i livet. Det er dokumentert at økt fysisk aktivitet hjelper barn og unge med stressmestring og mindre depresjon. Rapporten viser ikke bare til helsegevinster. Kroppsøving og fysisk aktivitet vil også være med å bidra til at elevene er i fysisk aktivitet på fritiden, også i voksen alder. Rapporten legger frem at kroppsøvfingsfaget er best egnet for de som mestrer faget best. Det er ikke bare kroppsøving og kroppsøvfingslæreren som har ansvar for den fysiske aktiviteten, men også rektor, lærere og foreldre bør engasjere seg for å skape engasjement i både idrett og kroppsøving. Mjaavatn

og Skisland kommer med anbefalinger om å øke fokuset på helse relatert undervisning, større samarbeid mellom skole og hjem, aktiviteter for å fremme bevegelseglede og tilrettelegging av skolegården, for å fremme aktivitet i skolen.

5.5 Artikkel 5

Artikkel 5 er gitt ut i 2013 av Terry A. Senne med tittelen “A better path toward ensuring lifelong physical activity participation”.

Artikkelen er skrevet på bakgrunn av en observasjon under en kroppsøvingsundervisning, hvor det ble observert “aktive tilskuere”. Det er en artikkel av kvalitativ tilnærming som er utarbeidet til en helhetlig tekst. Leken ble utført for å undersøke effekten av å øke aktiviteten fra moderat til høy aktivitet av mellomtrinns elever ved en skole i North Carolina i Amerika. Forfatteren har deretter sett på hva som skal til for at aktivitesnivået skal være høyt, og hva som skal til for at elever er fysisk aktive også som voksne.

Senne lurer på om den lave fysiske aktiviteten i kroppsøving vil kunne øke den aktive livsstilen også i voksen alder, og hva som skal til å kunne minke den økende fedmen hos barn og unge. Senne legger stor vekt på de fysiske-motoriske ferdighetene, og mener det fremmer engasjementet for fysisk aktivitet. I artikkelen kommer det frem tre ulike kategorier for motoriske ferdigheter, kategorisert fra 1-3. Senne mener at elever må først lære de generelle ferdighetene, altså fra kategori 1, før de jobber seg videre til å utvikle ferdighetene, altså 2 og 3. Dette for at de senere kan bruke ferdighetene i mer sportslige aktiviteter. Ved at elevene utvikler gode fysiske-motoriske ferdigheter, vil dette kunne bidra til at elevene fortsetter med fysisk aktivitet også i voksen alder, fordi de synes det er gøy, fordi de får en følelse av å få det til. Senne mener at fysiske-motoriske ferdigheter er det som skal til for at individer fortsetter

med fysisk aktivitet også etter kroppsøvingsfaget. Det står også i artikkelen at det vil føre til bedre helse, siden individene blir mer fysisk aktive.

6. Diskusjon

I dette kappitelet vil jeg drøfte forskningsartiklene opp i mot teorien fra kapittel 2. Jeg vil drøfte teorien og artiklene opp i mot Arnold sine tre dimensjoner. Sammen skal dette hjelpe meg til å komme frem til en konklusjon som kan svare på min problemstilling: Skal kroppsøving være et aktivitets- eller læringsfag?

6.1 Fysisk-motorisk ferdigheter som en del av kroppsøvingfaget

Både Ommundsen (2013), Ennis (2011) og Senne (2013) mener at kroppsøvingfagets primære oppgave er å utvikle fysisk-motoriske ferdigheter hos elevene. Ennis (2011) og Senne (2013) sitt utsagn er hentet fra USA, men en kan også se sammenheng av artikkelen med formålet for kroppsøving i norsk skole. Ommundsen tar for seg den norske skolen. Ut i fra læreplanen utviklet av utdanningsdirektoratet (2015a) kan en lese at elever skal kunne oppnå kompetanse om ulike bevegelsesformer, som lek og andre aktiviteter. Kompetanse er som nevnt ferdigheter og kunnskap satt sammen (Udir, 2016). Disse bevegelsesformene kan ses i sammenheng med det Ommundsen definerer som fysisk-motoriske ferdigheter (Ommundsen, 2013). Det kan være å utøve koordinasjon i ulike type aktiviteter, så som å gå, løpe, hoppe og kaste. Løpe, gå og hoppe er det Senne (2013) definerer som kategori 1 av fysisk motoriske ferdigheter, nemlig bevegende ferdigheter, mens kaste og for eksempel sparke er kategori 2, manipulerende ferdigheter. Dette er utviklet i form av ulike kompetansemål i kroppsøving. Gå, løpe, hoppe og kaste er mål som legger vekt på ulike bevegelsesformer (Udir, 2015a). Altså vil fysisk-motoriske ferdigheter slik Ommundsen (2013) forklarer det samsvare med læreplanen for kroppsøving, og en kan dermed se store sammenhenger med artikkelen til

Ommundsen og læreplanen. Jeg mener derfor, basert på artikkelen, at Ommundsen (2013) kommer med svært relevante og gode utsagn til hvordan kroppsøvfingsfaget skal fremstå. Og dette kan jeg også se igjen i artikkelen til Senne (2013), som legger stor vekt på fysisk-motoriske ferdigheter for å kunne utvikle livslang bevegelsesglede.

Ommundsen (2013) skriver at *“gode fysisk-motoriske ferdigheter gjør en del av unges allmenndannelse og er viktig for elevenes helse, funksjon og kulturelle deltagelse i skole og samfunnet, i nåtid og som voksne”*. Dette samsvarer til læreplanen som skriver at kroppsøving skal fremstå som et allmenndannende fag, som er en del av formålet med faget. Videre skriver Ommundsen (2013) at *“fysisk-motorisk læring er med på å bidra til økt fysisk aktivitet hos barn og unge, også senere i livet”*. Sett i lys av læreplanen handler dette altså om å oppnå *“livslang bevegelsesglede”*, som fremstår som hovedformålet med faget (Udir, 2015d). En kan se på livslang bevegelsesglede som en egenverdi av faget. At elevene skal lære å bli glad i å være fysisk aktive, nettopp for å oppnå livslang bevegelsesglede. Dette er i samsvar med Arnolds dimensjon *læring i bevegelse* som gir stimulering av kroppslig utfoldelse, ved trening på å teste kroppslige muligheter (Ommundsen, 2008).

Ommundsen referer til PISA-undersøkelsen som viser at den norske skolen har svakere fysisk-motoriske ferdigheter enn før (Ommundsen, 2013). Videre redegjør han for forskning som viser at fysisk form og aktivitetsnivå har betydning for de unges kognitive funksjonsevne, altså i teoretiske emner (Ommundsen, 2013). Dermed blir også fysisk-motoriske ferdigheter et premiss for prestasjonsevnen til elever i teoretiske skolefag som lesing, skriving og matematikk (Ommundsen, 2013). Dette mener jeg kan ses i sammenheng med at kroppsøving skal være med på allmenndannelsen til elevene, som det tydelig nevnes i læreplanen, ved at

fysisk-motoriske ferdigheter og kroppsøving bidrar til deltagelse i samfunnet, i dette tilfellet lesing, skriving og matematikk.

Ennis (2011) konkluderer med mye av det samme som Ommundsen (2013). At kroppsøving handler om å utvikle motoriske ferdigheter. Ennis (2011) skriver at kroppsøving er et primært sted hvor en kan utvikle disse fysisk-motoriske ferdighetene, hvor en også kan utvikle sine positive følelser til fysisk aktivitet. Men som Senne (2013) skriver så bør en ikke utvikle ferdighetene før de grunnleggende ferdighetene er til stede. En kan dermed se sammenhenger med hvordan læreplanen er utviklet. Ved at det er enklere kompetansemål for faget i barneskolen enn på mellomtrinnet. Det Ennis (2011) skriver kan ses i sammenheng med Nyberg og Larsson (2012) som skriver om *hva* en skal lære. Nyberg og Larsson (2012) legger vekt på at kroppsøvingfaget ikke bare skal være fysisk-motoriske ferdigheter men elevene må også vite hvorfor de beveger seg, og hvordan en erfarer seg frem til ulike bevegelsesformer, som jeg kommer tilbake til i kapittel 6.3 om kunnskap. Men vil da dette legge fokus på ferdighetene til elevene, selv om fokuset ikke er på den bestemte ferdigheten?

Hvis en ser på ferdigheter generelt skriver Nyberg og Larsson (2012) at lærerne legger vekt på konkurranse sportslige idretter. Elevene som deltar i sportlige aktiviteter på fritiden har dermed en fordel i kroppsøving, da læreren legger vekt på sportslige ferdigheter. De mener altså at kroppsøving egner seg best for de med “gode” evner innenfor faget, mens resterende med “svake” evner trekker seg tilbake og tenker at fysisk aktivitet ikke er noe for dem. Dette fører da til at kroppsøvingfaget generelt ikke bidrar til livslang bevegelsesglede, slik som læreplanen sier at kroppsøving skal bidra til (Nyberg & Larsson, 2012; Udir, 2015c). Det er derfor viktig som Ennis (2011) og Ommundsen (2013) legger vekt på, at kroppsøving må sette fokus på utviklingen av fysisk-motoriske ferdigheter. Ikke bare hvor gode ferdigheter en har,

men også utviklingen av ferdighetene, da dette vil bidra til å danne eleven. En må også bruke et bredt bevegelsesutvalg, og ikke kun utvikle ferdigheter innenfor en type idrett, slik som læreplanen og kompetansemålene tilsier. Dette for at alle elevene skal kunne oppnå mestring og glede ved faget (Ommundsen, 2013; Ennis, 2011). Nettopp fordi det skal passe for alle elevindividene.

Som vist i teorikapitlet er læring i bevegelse en av Arnolds tre dimejsoner. Arnold mener dette er kroppsøvningsfagets primære legitimering, og det er også læring i bevegelse som står mest sentralt innenfor fysisk-motoriske ferdigheter, en sammenheng av bevegelseslæring og bevegelsesferdigheter. Dette ser Arnold på som fagets kjerne (Arnold, 1980; Ommundsen, 2013).

Selv om både Ennis (2011), Ommundsen (2013), Senne (2013) og Nyberg og Larsson (2012) har kommet frem til mye av det samme i sine artikler om fysisk-motoriske ferdigheter, finnes det også forskjeller blant artiklene. Mens Ommundsen (2013) legger vekt på at fysisk-motoriske ferdigheter er egenverdien for kroppsøvningsfaget, og mener det er det som bør være i fokus, setter Ennis (2011) mer fokus på hvordan fysisk-motoriske ferdigheter kan bidra til å øke den fysiske aktiviteten i det lange løp. Senne (2013) legger vekt på at motoriske ferdigheter vil kunne fremme engasjementet for fysisk aktivitet i voksen alder, og dermed argumentere for hvorfor det er viktig med motoriske ferdigheter i kroppsøvningsfaget. Altså, noe forskjellig fra Ommundsen (2013) og Ennis (2011), men fortsatt i tråd med hverandre. Nyberg og Larsson (2012) fokuserer ikke på motoriske ferdigheter som målet i artikkelen, men finner ved forskning ut at motoriske ferdigheter er en stor del av det en skal lære i kroppsøvningsfaget.

6.2 Dannelse som en del av kroppsøvningsfaget

Ut i fra læreplanen og formålet for kroppsøvningsfaget er det tydelig at faget skal kunne bidra til allmenndannelse. Dette fordi beskrivelsen for faget legger vekt på et allmenndannende menneske, og blir dermed viktig i undervisningen siden læreplanen fremstår som styrende for faget (Udir, 2015a; Udir, 2015c).

Også i artikkelen til Nyberg og Larsson (2012) snakker de om hva en skal lære i kroppsøvningsfaget. I denne artikkelen blir det også nevnt at elever skal lære hvordan de blir et menneske. Dette handler i store trekk om dannelse og allmenndannelse, hvor jeg i teoridelen definerte dannelse som utvikling av menneske for å kunne delta aktivt i samfunnet (Vinje, 2016). Men hvorfor er kroppsøving med på dannelsen til et menneske? Klafki står sterkt for en kategorial dannelse, som består av både undervsining og utfoldelse, en allsidig dannelse (Vinje, 2016). Det er nettopp derfor kroppsøving står så sentralt i dannelsen. Under allsidig dannelse er kroppslig dannelse, som igjen er et bredt utvalg av fysisk-motoriske ferdigheter, noe Klafki mener er kroppsøvningsfagets egenverdi og bidrar til allmenndannelse (Vinje, 2016; Ommundsen, 2013).

Ommundsen (2013) redegjør som nevnt for fysisk-motorisk læring, og dette mener han er et viktig bidrag til elevenes allmenndanning. Artikkelen forklarer videre at gode fysisk-motoriske ferdigheter er viktig for, som nevnt allmenndanennelsen, som da igjen gir utslag for funksjon og kulturell deltagelse i skole og samfunnet, både i nåtid og som voksne (Ommundsen, 2013). Dette er da relevant for kroppsøvningsfaget siden den fysisk-motoriske læringen i store deler foregår i kroppsøvningsundervisngen. En kan dermed se dette i sammenheng med at læreplanen legger opp til undervisning som gjør elevene klar til aktiv

samfunnsdeltakelse, altså kunne tilegne seg kunnskap, ferdigheter og erfaringer, for å utvikle sin egen kroppslige bevissthet. Det er også dette Klafki mener er viktig for å utvikle samfunnsborgere (Vinje, 2016). Ommundsen (2013) redegjør videre for at fokus på andre temaer som helse og fysisk aktivitet i kroppsøvningsfaget, vil svekke legitimeringen av faget, som igjen vil svekke lærings- og dannelsesaspektene ved faget. Nyberg og Larsson (2012) skriver som nevnt om fagets *hva* og det er viktig at dannelse står sentralt i faget for å bevare faget som sin legitimitet (Nyberg & Larsson, 2012; Ommundsen, 2013). Det blir dermed viktig for kroppsøvningsfaget at undervisningen har basis i pedagogikk, og at kroppslig dannelse som fysisk-motoriske ferdigheter anses som viktig for elevenes allmenndannelse. Slik som jeg tidligere skrev i teorikapittelet at undervisningen må ha innhold som elevene kan få bruk for senere i livet, som samfunnsdeltakere (Vinje, 2016).

Kroppslig dannelse er altså en viktig del av allmenndannelsen. Klafki mener at dette er en faktor for forståelse av dannelse for alle. Hvorfor er kropp så viktig for dannelsen? Både Klafki og Arnold argumenterer for at kroppen er en del av vårt læringsvektøy, og hvordan en behandler sin egen kropp i ulike tid og rom er med på å bestemme hvordan en som menneske oppfører seg i samfunnet og generelt sammen med andre (Vinje, 2016; Ommundsen, 2013; Arnold, 1980). Dette anser Klafki som nevnt, dannelse for alle, og det handler om å utvikle selvbestemmelse, medbestemmelse og solidaritet (Vinje, 2016).

Igjen kommer Arnolds dimensjon om læring i bevegelse inn. Ved å analysere dette opp i mot læreplanen, kan en se at læreplanen har brukt Arnolds tankegods, som Ommundsen (2013) nevner i sin artikkel. Læring i bevegelse vil her passe inn i læreplanen for all bevegelse og utvikling av kroppen. Da læring i bevegelse er hvordan du behandler og opptrer med kroppen i ulike tid og rom (Ommundsen, 2005).

6.3 Kunnskap som en del av kroppsøving

I Nyberg og Larsson (2012) sin artikkel legger de vekt på *hva* en skal lære, altså kunnskap om. Kunnskap er en av Arnold sine tre dimensjoner i kroppsøving. Arnold definerer kunnskap som *læring om bevegelse*. Dette er, som nevnt i teorikapitlet, ikke bare kunnskap om aktiviteten men kan også være anatomiske og fysiologiske effekter av aktiviteten og lignende (Arnold, 1980). Som Nyberg og Larsson (2012) nevner, må en også ha kunnskap om hvorfor en er i bevegelse. Nyberg og Larsson (2012) legger vekt på at elevene må også vite hvorfor de er i aktivitet, og hvordan en erfarer seg frem til ulike bevegelsesformer. Men vil da dette legge fokus på ferdighetene til elevene, selv om fokuset ikke er på den bestemte ferdigheten? Ennis (2011) redegjør for at det handler ikke bare om å kunne utføre ferdighetene, men også ha kunnskap og oppfatninger om din egen kompetanse, og hvordan bevegelsene skal utføres. Dette for at det skal kunne bidra til livslang bevegelsesglede. Her kan en trekke inn kompetansemålene fra læreplanen som eksempel for å vise det brede spekteret elever skal lære (Udir, 2015a). I kompetansemålene er det ikke bare ferdigheter som står sentralt men også særlig det at elevene skal ha kunnskap om noe (Udir, 2016). I de ulike kompetansemålene står det at “eleven skal ha kunnskap om...” (Udir, 2015a). Arnold mener at *læring om bevegelse* ikke kan stå alene, men er udertegnet *læring i bevegelse* (Arnold, 1980). Som Ennis (2011) skriver er det ikke kun den fysiske aktiviteten som er viktig. En må også ha kunnskap og oppfatninger for å fremme bevegelsesgleden. Det er viktig å ha kunnskap om hvorfor en skal være og er i aktivitet. Dette for å vite om anatomiske-, fysiologiske- og helseeffekter ved fysisk aktivitet, altså læring om bevegelse (Arnold, 1980). Ved at en tilegner seg kunnskap om aktiviteten og effekten av aktiviteten vil dette kunne bidra til at en fremmer sansynligheten for livslang bevegelsesglede. Hvorfor vil det da kunne øke bevegelsesgleden? Jeg mener basert

på artikkel 3 av Ennis (2011) at elevene vil kanskje kunne engasjere seg mer i ulike aktiviteter utenom kroppsøvningsfaget, og dermed finne seg til rette innenfor fysisk aktivitet. Det er også dette som sies i læreplanen for kroppsøving at elevene skal tilegne seg kunnskap om trening, livsstil og helse nettop for å fremme livslang bevegelsesglede (Udir, 2015a). Elevene skal kunne utvikle kunnskap om ulike typer aktiviteter som lek, allsidige idretter, fair play, svømming og friluftsliv for å vite om et bredt utvalgt av bevegelsesaktiviteter (Udir, 2015a).

Kroppsøving er som nevnt et primært sted for læring, og da også kunnskap om, som inkluderer Arnold sin dimensjon læring om bevegelse (Arnold, 1980). Kroppsøving kan derfor bidra til livslang bevegelsesglede ved at en legger inn læring om kunnskap i undervisningen. Ennis (2011) mener at kroppsøvningsfaget har for lite fokus på å vite hvorfor elevene gjør det de gjør. Ved at kroppsøvningsfaget skal fremstå som en arena for læring skriver hun at en må legge til rette mere tid og bedre bruk i kroppsøvningsundervisningen. Basert på artiklene, har jeg gjort meg opp en mening om at det idag må skje en endring av innholdet i kroppsøvningsfaget, spesielt med fokus på kunnskap, istedenfor det som i dag settes som hovedfokus, altså selve aktiviteten.

Nyberg og Larsson (2012) skriver om det "å vite" istedenfor å ha "kunnskap om". Dette for at en skal koble sammen teori og praksis. De legger vekt på at en skal utvikle ulike bevegelsesvner med fokus på hva det er og hvordan. De nevner i artikkelen fire former for det å vite; Å vite det som fremstår som fakta, vite hvorfor som forståelse av, vite hvordan som ferdigheten og vite hva som kunnskap og erfaring av noe. Nyberg og Larsson (2012) mener at dette er deler av all kunnskap og en av de kan derfor ikke stå alene, men det må ses i sammenheng av hverandre, slik som Arnolds tre dimensjoner. Dette kan ses i sammenheng

med læreplanen hvor formålet med faget nettopp er å utvikle både kunnskap og ferdigheter. For å tilegne seg kunnskap er det også viktig at en erfarer forståelsen av hva og hvorfor.

6.4 Helse som en del av kroppsøving

I artikkelen til Nyberg og Larsson (2012) legger forskningen vekt på at kroppsøving skal være “morsomt” for å fremme god helse. Det står også i læreplanen for kroppsøving at faget skal bidra til en fysisk aktiv livsstil som fremmer god helse (Udir, 2015a). Jeg vil derfor tenke at det er lett å tenke at kroppsøving skal være “morsomt”, nettopp for at elevene skal oppleve fysisk aktivitet som noe gøy, slik som lærerne begrunner faget i artikkelen. Men det er likevel viktig å legge til hvorfor en skal ha en fysisk aktiv livsstil, og legge til rette for utvikling av fysisk-motoriske ferdigheter, nettopp for at elevene skal ha ferdigheter til å kunne drive med fysisk aktivitet. Som nevnt mener også Green (2010) at hvis elevene tilegner seg kunnskap om trening og en fysisk aktiv livsstil, vil dette hjelpe til at elever oppnår livslang bevegelsesglede. Å oppnå livslang bevegelsesglede er et mye gjentakende begrep innenfor alle de ulike begrepene jeg har tatt for meg, siden det ut i fra formålet i kroppsøving, er en del av fagets primære oppgave (Udir, 2015c). Å oppnå livslang bevegelsesglede vil også kunne bidra til bedre helse. Som nevnt i kappitel 3.7.1 om helse vil det være gunstig å utvikle og oppnå god helse i ung alder, da dette vil være med på å forbygge flere sykdommer i voksen alder (Green, 2010; Vinje, 2016). Med tanke på å forebygge barn og unges overvekt eller sykdommer skriver Senne (2013) at ved innlæring av fysisk-motoriske ferdigheter i kroppsøvingundervisningen vil det kunne bidra til bedre helse. Dette fordi Senne som nevnt, mener motoriske ferdigheter vil skape et engasjement for fysisk aktivitet, siden elevene innehar ferdigheter som de kan ta i bruk i flere ulike aktiviteter, som igjen vil skape bevegelsesglede (Senne, 2013). Jeg mener

basert på artiklene og Arnolds dimensjoner at helse vil være en nytteverdi innenfor kroppsøvfingsfaget, altså en slags sideeffekt, men at det ikke er målet i seg selv (Arnold, 1980).

Mjaavatn og Skisland (2003) skriver om helse i forhold til kroppsøvfingsfaget. De skriver i artikkelen at kroppsøving kan være med å bidra til at elevene oppnår god helse også senere i livet, ved at de er fysisk aktive i skolehverdagen, som også Vinje (2016) skriver, som jeg skrev i kappitel 3.7.1 om helse. Som nevnt skjer den største fremmingen av helse i ung alder, og kroppsøving vil dermed være en viktig ressurs for å kunne bidra til dette (Ennis, 2011). Selv om Mjaavatn og Skisland (2003) mener at kroppsøving kan være med på å fremme barn og unges helse i nåtid så som i voksen alder, må det skje en endring for at helseeffekten skal kunne bli bedre innenfor kroppsøvfingsfaget. Først og fremst fremhever de at det må skje en utvidelse av timetallet i faget, som også samsvarer med det Green (2010) og Vinje (2016) mener om at kroppsøvfingsfaget i sin helhet som skolefag er for lite for å kunne fremme god helseeffekt, selv om det kan være med å bidra, trengs det likevel mer aktivitet til på fritiden for å oppnå en fysisk helseeffekt. Kroppsøving kan ha en viss helseeffekt på elevene. Men i følge Mjaavatn og Skisland (2003) vil helseeffekten være større for de som er i dårlig fysisk form enn for de som er i god fysisk form. Helseeffekten vil dermed ikke være relevant for alle elevene i kroppsøvfingsundervisningen (Mjaavatn & Skisland, 2003). Men likevel, mener jeg basert på kunnskapen jeg har lært ved arbeid med denne oppgaven, at uansett om helseeffekten et stor eller liten, vil det uansett være en helseeffekt til stede, som kan hjelpe elevene til å utvikle sin gode fysisk form og helse, enten med hjelp av kunnskap eller ferdigheter. Slik at elevene lærer seg til å være i fysisk aktivitet, som igjen bidrar til god helse. Dette står også sentralt i læreplanen hvor elevene, som nevnt, skal tilegne seg kunnskap om trening, livsstil og helse (Udir, 2015a).

For at helseeffekten skal kunne bli bedre skriver Mjaavatn og Skisland (2003) at en må ha et bevisst innhold og gjennomføring i kroppsøvingsundervisningen. Den fysiske aktiviteten til eleven vil da også øke i timene. For at helsegevinsten skal kunne skje, er det også viktig å ha kompetente lærere på område, slik at innholde i undervisningstimen blir slik som læreplanen for faget stiller krav til (Mjaavatn & Skisland, 2003; Udir, 2015a). Dette samsvarer med det Ommundsen sier om fysisk-motoriske ferdigheter, i tillegg til at han nevner at det må være kompetente lærere i faget for at undervisningen skal fremstå slik som den skal eller burde være (Ommundsen, 2013).

Likevel kan en også være kritisk til det Mjaavatn og Skisland (2003) skriver. I og med at forskningen ikke er direkte rettet mot kroppsøving men skolen generelt, hvor kroppsøving kommer inn som en del av skolen. Likevel ser jeg sammenhenger med det de skriver opp i mot de andre artiklene.

Ommundsen (2013) skriver at hvis en legger dagens marginalisering og endret legitimering av kroppsøvingsfaget, vil faget synes svekket som et lærings-og dannelsesfag, til fordel for et svakere og mer uklart pedagogisk legitimeringsgrunnlag. Kroppsøvingsfaget legitimeres idag ofte frem som en snever helsediskurs med vekt på pulsøkning og forebygging av overvekt, for å få økt status i skolen og samfunnet. Ommundsen (2013) konkluderer med at dette kan føre til at kroppsøving blir marginalisert, og det blir et økt timetall i “kjernefagene” som norsk og matematikk. Dette fører til at man tar bort verdifull tid til læring i kroppsøvingsfaget, som også gagnar elevens helse. Kroppsøving kan som nevnt ikke tilfredstille 60 minutter aktivitet hver dag, men det kan bidra til at elevene oppnår anbefalingen (Green, 2010; Vinje, 2016; Helsedirektoratet, 2016).

Sett artiklene sammen er det store forskjeller i hva de mener. Mjaavatn og Skisland (2003) skrive om hvordan kroppsøving kan være med på å øke den fysiske aktiviteten, både i nåtid og i voksentid. Mens Nyberg og Larsson (2012), og Ommundsen (2013) legger frem hvordan helse skal fremstå i kroppsøvingsfaget. Nyberg og Larsson (2012) kommer frem til at kroppsøving skal kunne bidra til utvikling av god helse, i form av at elevene lærer å bli glad i fysisk aktivitet. Men Ommundsen (2013) er skeptisk til hvordan helse fremstår i faget, og mener at hvis helse skal være en så fremtredende del av kroppsøvingsfaget vil faget marginaliseres fordi legitimeringsgrunnet svekkes.

7. Konklusjon

I dette kappitelet skal jeg utforme en konklusjon, som skal gi svar på problemstillingen: Skal kroppsøving være et aktivitets- eller læringsfag?

Gjennom dette studie viser det seg at den fysisk-motoriske læringen er svært sentral. Læring av fysisk-motoriske ferdigheter utgjør en viktig del av elevenes allmenndannelse, ved at det er et viktig bidrag til deres helse og funksjon i samfunnet (Ommundsen, 2013). Dermed kan fysisk-motorisk læring og dannelse ses på som fagets egenverdi, altså selve målet for kroppsøvingfaget. Dette fordi fysisk-motorisk læring er grunnleggende og fører til at elever vil kunne utvikle sin kroppslige bevissthet. Dette vil igjen føre til at elevene utvikler sin kroppslige dannelse, som igjen har noe å si for den allmenne dannelsen. Egenverdien foregår gjennom Arnolds dimensjon I og II, læring *i og om bevegelse*.

Helse vil være en nytteverdi av faget. Helse er ikke selve målet med kroppsøvingfaget, men det vil være en effekt av hovedmålet. Den fysisk-motoriske læringen som elevene utvikler gjennom aktiviteten i kroppsøvingfaget, vil bidra til at elevene kan utvikle bedre helse. Dette fordi elevene bevarer den fysiske aktiviteten i livslang tid, som igjen vil opprettholde fagets formål, livslang bevegelsesglede. Denne nyttverdien skjer gjennom Arnolds dimensjon III, læring *gjennom bevegelse*.

Selv om læring *i bevegelse* bør være kroppsøvingfagets primære legitimeringsgrunnlag, viser studien at dimensjonene ikke kan stå alene, men er avhengig av hverandre.

Jeg vil dermed konkludere med svar på min problemstilling at kroppsøving skal være læring, men at læringen foregår gjennom aktivitet, som lek og andre aktiviteter og idretter. Altså skal kroppsøving være læring i bevegelse.

Til videre forskning om samme tema vil det være interessant å finne ut mer om hva lærere synes om legitimeringen av kroppsøvingsfaget og samtidig se på den praktiske gjennomføringen av kroppsøvingsundervisning i skolen.

8. Litteraturliste

Andersen, M. (2015). "Kroppsøving! Det er jo et aktivitetsfag": En studie av kroppsøvingslærernes legitimering av kroppsøvingfaget (Masteroppgave). Høgskolen i Hedmark, Elverum.

Arnold, P. J. (1980). Movement, physical education and the curriculum. *Physical Education Review*, 3(1), 14-17.

Axelsson, Å. (2012) Litteraturstudie. I Granskär, M. & Höglund-Nielsen, B. (Red.). I *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård* (s.203-220) Lund: Studentlitteratur

Brattenborg, S. & Engebretsen, B. (2013). *Innføring i kroppsøvingdidaktikk*. (3. utg.). Cappelen Damm Akademisk

Braut, G. S. (2015). *Helse*. Store norske leksikon. Hentet 21. Februar 2017, fra <https://sml.snl.no/helse>

Dalland, O. (2012). *Metode og oppgaveskriving* (5. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.

Ennis, C. (2011). Physical Education Curriculum Priorities: Evidence for Education and Skillfulness. *Quest*, 63, 5-18. <http://dx.doi.org/10.1080/00336297.2011.10483659>

Forsberg C, Wengström Y. (2003). *Att göra systematiska litteraturstudier: värdering, analys och presentation av omvårdnadsforskning*. (2.utg.). Stockholm: Natur och Kultur och Författarna

Helsedirektoratet. (2016). *Anbefalinger fysisk aktivitet*. Lokalisert på: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/fysisk-aktivitet/anbefalinger-fysisk-aktivitet>

Holmen, H. (2014). *Kunnskap*. Store Norske Leksikon. Hentet 23. Februar 2017 fra <https://snl.no/kunnskap>

Høgskolen i Hedmark. (2016). *Retningslinjer for bacheloroppgaver ved Institutt for idrett og kroppsøving*. Elverum.

Johannesen, A. Tufte, P. og Christoffersen, L. (2010) *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (4.utg). Oslo: Abstrakt Forlag

Klafki, W. (2001). *Dannelsesteori og didaktikk – nye studier*. Århus: Forlaget Klim

Mjaavatn, P.E. & Skisland, J.O. (2003). *Fysisk aktivitet i skolehverdagen*. Sosial- og helsedirektoratet (Rapport, 2003). Hentet fra <https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/716/Fysisk-aktivitet-i-skolehverdagen-IS-1156.pdf>

Nyberg, G. & Larsson, H. (2012). Exploring ‘what’ to learn in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19(2), 123-135.

<http://dx.doi.org/10.1080/17408989.2012.726982>

Ommundsen, Y. (2005). Kroppsøving: aktivitet eller læring? Om ulike begrunnelser for faget og deres konsekvenser. *Kroppsøving*, 55(6), 8-12.

Ommundsen, Y. (2008). *Danning eller helse? Om to ulike begrunnelser for faget og deres konsekvenser*. I P.Arneberg & L. G. Briseid (Red.), *Fag og danning: mellom individ og fellesskap*. (s. 193-206). Bergen: Fagbokforlaget.

Ommundsen, Y. (2013). Fysisk-motorisk ferdighet gjennom kroppsøving – et viktig bidrag til elevens allmenndanning og læring i skolen. *Norsk Pedagogisk Tidsskrift*, 97(2), 155-166.

Opplæringsloven, LOV-1998-07-17-61. (2017). Hentet fra:
https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61#KAPITTEL_2

Regjeringen. (2009). *Dannelse i vår tid*. Lokalisert på:
<https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/dannelse-i-var-tid/id563622/>

Steinsholt, K. & Gurholt, P. K. (Red.). (2010). *Aktive liv. Idrettspedagogiske perspektiver på kropp, bevegelse og dannelse*. Trondheim: Akademisk forlag

Senne A. Terry. (2012). A Better Path toward Ensuring Lifelong Physical Activity Participation. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 84(4), 4-6.

<http://dx.doi.org/10.1080/07303084.2013.773702>

Solerød, E. (2012). *Pedagogiske grunntanker – i et dannelsesperspektiv*. Oslo: Universitetsforlaget

Stene, M. (1999). *Vitenskapelig forfatterskap – hvordan lykkes med skriftlige studentoppgaver*. Otta: KOLLE forlag.

Utdanningsdirektoratet. (2016). *Å forstå kompetanse*. Lokalisert på:
<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/forsta-kompetanse/>

Utdanningsdirektoratet. (2015a). *Læreplan i kroppsøving*. Lokalisert på:
<https://www.udir.no/kl06/KRO1-04>

Utdanningsdirektoratet. (2015b). *Kroppsøving – veiledning til læreplan: Fagets egenart.*

Lokalisert på: <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/veiledning-til-lp/kroppsoving-veiledning/2-fagets-egenart/>

Utdanningsdirektoratet. (2015c). *Føremål.* Lokalisert på: <https://www.udir.no/kl06/KRO1-04/Hele/Formaal>

Utdanningsdirektoratet. (2015d). *Generell del av læreplanen.* Lokalisert på:

<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/generell-del-av-lareplanen/>

Vinje, E. E. (2016). *Kroppsøvingsdidaktiske utfordringer.* Cappelen Damm Akademisk

Zoglowek, H. (2006). Kroppsøving: Kroppsdannelse, hva ellers? *Kroppsøving*, 4, 12-16.