

Mastergradsoppgave

Skjuleteknikker i kroppsøving i grunnskolen og videregående opplæring og fysisk aktivitet i folkehøgskolen

En undersøkelse av elevers skjuleteknikker i kroppsøving i grunnskolen og videregående opplæring i et retrospektivt perspektiv samt et utvalg folkehøgskoleelevers erfaringer og synspunkter på fysisk aktivitet ved en folkehøgskole

Ola Aune

MKØD0606

Mastergradsoppgave i

Kroppsøving

2012

1



SAMTYKKE TIL HØGSKOLENS BRUK AV MASTEROPPGAVE I KROPPSØVING

Forfatter: Ola Aune

Norsk tittel: Skjuleteknikker i kroppsøving i grunnskolen og videregående opplæring og fysisk aktivitet i folkehøgskolen

En undersøkelse av elevers skjuleteknikker i kroppsøving i grunnskolen og videregående opplæring i et retrospektivt perspektiv samt et utvalg folkehøgskoleelevers erfaringer og synspunkter på fysisk aktivitet ved en folkehøgskole

Engelsk tittel: Hiding techniques in physical education in compulsory and upper secondary school and physical activity at the Folk High School

An investigation of pupils' hiding techniques in physical education in compulsory and upper secondary school in a retrospective perspective and Folk High School pupils' experiences and perspective on physical activity

Kryss av:

X Jeg samtykker i at oppgaven gjøres tilgjengelig på høgskolens bibliotek og at den kan publiseres på internett i fulltekst via BIBSYS Brage, HiNTs åpne arkiv

Min oppgave inneholder taushetsbelagte opplysninger og må derfor ikke gjøres tilgjengelig for andre

Kan frigis fra: _____

Dato: 28092012

Ola Aune

underskrift

Sammendrag

Kunnskapsløftets (2006) mål for kroppsøvningsfaget er at elever opplever bevegelsesglede og fysisk aktivitet på en positiv og god måte. Bevegelsesgleden kan bli påvirket negativt gjennom negative opplevelser i kroppsøvningsfaget. Atferd som innebærer å skjule sin misnøye med kroppsøvningsfaget, er i en studie av Lyngstad (2010) blitt betegnet som skjuleteknikker. Mastergradsoppgaven har hatt som formål å undersøke skjuleteknikker blant elever i kroppsøvningsfaget, og samtidig undersøke årsaker til at elever tar i bruk skjuleteknikker i kroppsøvingen. Mastergradsoppgaven har tatt utgangspunkt i elever ved en folkehøgskole, hvor de ser tilbake på opplevelser og erfaringer i kroppsøvningsfaget i både grunnskolen og videregående opplæring. Moa, Lyngstad og Løvmo (2011) har kartlagt aktivitetsnivået og interessen for fysisk aktivitet blant elever ved en folkehøgskole, og samtidig undersøkt hvorvidt elevene ønsket å være mer fysisk aktiv. I den forbindelse har også masteroppgavens hensikt vært å intervju disse elevene om aktivitetstilbud de har møtt i en folkehøgskole, og om tiltak som bør eller kan iverksettes for å øke den fysiske aktiviteten blant elever i folkehøgskolen. I undersøkelsen ble kvalitativ metode anvendt i form av semistrukturerte individuelle dybdeintervju. Forskningsdata ble generert ved intervju av fire elever ved en lokal folkehøgskole med en retrospektiv innfallsvinkel.

Resultatene fra studien viser at elever benytter seg av flere skjuleteknikker i kroppsøvningsfaget. Teknikker som benyttes av elever er: klovneri, tøysing og bagatellisering, være tøff, bråkete og voldsom, gjøre noe annet som de heller får til, skade seg eller ha vondt, samt skulke unna eller være passiv i aktivitetene. Resultatene tyder på at obligatoriske aktiviteter med lite valgfrihet i kroppsøvingen fører til at elever benytter seg av skjuleteknikker for å komme seg unna situasjoner de opplever som vanskelig. Guttene skjuler manglende evner med dårlig innsats, da de er mest opptatt av å ikke tape ansikt overfor medelevene sine. Jentene benytter seg av strategier for å unngå tøffe og ubehagelige aktiviteter med guttene på grunn av redsel for deres fysiske ”råskap”.

I den andre delen av studien viser resultater at elever som er fysisk inaktive i folkehøgskolen har behov for å ha kontroll over den fysiske aktiviteten de skal delta i. Elever har tidligere følt seg presset til å delta i videregående skole og føler seg til en viss grad presset til å delta i folkehøgskolen også. Studien viser at det er utfordringer for folkehøgskolen når det gjelder å forene ønskene til de inaktive og de aktive elevene, og at elever i folkehøgskolen ønsker et aktivitetstilbud som er tilrettelagt med både valgfrie og obligatoriske fysiske aktiviteter.

Abstract

According to Kunnskapsløftet (2006) it is essential that students experience fun of movement and physical activity in a positive way. The fun of movement can be negatively affected by negative experiences in physical education. Behavior which means to hide dissatisfaction with physical education, has in a study of Lyngstad (2010) been designated as “hiding techniques”. The purpose with this task is to investigate hiding techniques among students in physical education, while examining reasons why students adopt hiding techniques. The task has used students at a Folk High School, looking back on negative experiences in physical education in compulsory school and upper secondary school. Moa, Lyngstad and Løvmo (2011) have mapped the level of activity and interest in physical activity among students at the Folk High School, and also examined whether students wanted to be more physically active. Because of that, the task wants to interview these students about activities they have met and about measures to be implemented to increase physical activity among the students of the Folk High School. In the study, the use of qualitative methods in the form of semi-structured individual interviews was chosen. Research data was generated by interviews of four students at the Folk High School.

The results of the study show that students use several hiding techniques in physical education. Techniques used by students are: clowning, teasing and trivialize, being tough, noisy and violent, do something else that they'd rather succeed with, gets hurt, in addition to shirking away or take a passive role in the activities. The results suggest that mandatory activities with little freedom of choice in physical activities causes use of hiding techniques among students to get away from situations they experience as difficult. The boys try to hide their inability with providing poor effort in the physical activities, and their biggest concern is not to lose face to their classmates. The girls make use of strategies to avoid harsh and unpleasant activities with the boys because they are afraid of the boys' physical brutality.

The other part of the study shows that students who are physically inactive at the Folk High School have a need to have control over the physical activity they take part in. Students have in the past felt pressured to participate in upper secondary school, and at some level also feels pressured to participate at the Folk High School. The study shows that there are challenges for the Folk High School when it comes to reconciling the wishes of the inactive and active students, and that students at the Folk High School wishes a range of activities that are facilitated with both optional and mandatory physical activities.

Forord

Arbeidet med mastergradsoppgaven har vært en krevende og lærerik prosess. Skrivningen av oppgaven har vært svært interessant og til tider også nokså utfordrende. Gjennom arbeidet har jeg tilegnet meg mye kunnskap og erfaringer som kroppsøvingselever forhåpentligvis vil kunne nyte godt av i årene fremover.

Det er mange som har bidratt underveis i prosessen med mastergradsoppgaven, og som derfor fortjener oppmerksomhet. Jeg vil rette en stor takk til Idar Kristian Lyngstad som har vært en strålende veileder i prosessen med mastergradsoppgaven. Idar har gitt konstruktive tilbakemeldinger og vært positiv gjennom hele prosjektet. En veileder som jeg vil anbefale for fremtidige mastergradsstudenter. Jeg vil også takke medstudent Per- Magnus Hagen for et fruktbart samarbeid underveis i prosjektet.

Til slutt vil jeg takke min tålmodige samboer Ingrid Kristine Nestvold som har vært en engasjert og positiv støttespiller gjennom masterprosjektet mitt.

HINT

September 2012

Ola Aune

Innholdsfortegnelse

1. Innledning	8
1.2 Tidligere forskning.....	9
2. Teori og problemstillinger.....	11
2.1 Meads speilingsteori.....	11
2.2 Skjuleteknikker i kroppsøving	11
2.3 Verdi av selvet.....	13
2.4 Rosenbergs teori om psykologisk selektivitet.....	14
2.5 Selektivt valg av situasjon	15
2.6 Covingtons teori om selvverd.....	15
2.7 Fysisk aktivitet i folkehøgskolen	16
2.8 Problemstillinger	17
3. Metode	18
3.1 Det kvalitative forskningsintervju	18
3.2 Utvalg.....	19
3.3 Intervjuguide	21
3.4 Gjennomføring av intervju	23
3.5 Analyse og tolkning.....	24
4. Resultater	25
4.1 Skjuleteknikker i forhold til innholdet i kroppsøving.....	25
4.2 Skjuleteknikker i forhold til sosialt miljø i kroppsøving	28
4.3 Skjuleteknikker i forhold til læreren i kroppsøving.....	30
4.4 Skjuleteknikker i forhold til vurdering i kroppsøving.....	31
4.5 Fysisk aktivitet i folkehøgskolen	32
5. Drøfting	36
5.1 Klovneri, tøysing og bagatellisering.....	36
5.2 Tøff, rå bråkete og voldsom.....	38
5.3 Gjøre noe annet, så de unngår det de ikke liker	39
5.4 Skader eller har vondt	39
5.5 Ikke deltagelse	40
5.6 Passivitet.....	41
5.7 Sammenfatning del 1.....	42
5.8 Fysisk aktivitet i folkehøgskolen	42
5.9 Valgfrihet og obligatorisk fysisk aktivitet i folkehøgskolen og kroppsøving i skolen.....	44

6. Avslutning.....	46
--------------------	----

Vedlegg:

1. Informasjonsskriv
2. Intervjuguide
3. Svarbrev fra Personvernombudet

1. Innledning

Kunnskapsløftets læreplan i kroppsøving fra 2006 har som mål at elever opplever bevegelsesglede og fysisk aktivitet på en positiv og god måte. Denne bevegelsesgleden kan ha ulike praktiske uttrykksmåter blant elevene i kroppsøvingstimene (Lyngstad, 2010). Tidligere forskning (Andrews & Johansen, 2004; Hansen, 2005; Redelius, 2004) viser at det er noen elever som misliker fysisk aktivitet og kroppsøving, og det til dels ganske sterkt (Lyngstad, 2010). Noen av uttrykksmåtene som elever benytter i kroppsøving er misnøye åpen og direkte, mens andre forsøker å skjule misnøyen. Atferd som innebærer å skjule sin misnøye med kroppsøvingfaget, er i en tidligere studie av Lyngstad (2010) blitt betegnet som skjuleteknikker. I denne studien peker Lyngstad på hvordan disse elevene har fått betegnelsen ”ribbeveggsløpere” i kroppsøvingen, hvor de løper langs ribbeveggen på langsiden av gymsalen når klassen har ballspill. Det som karakteriserer disse elevene er at de ikke ønsker å vise at de misliker aktiviteten, og ikke ønsker å tape ansikt i sosiale situasjoner som de befinner seg i.

Gode opplevelser i kroppsøving kan være med og legge grunnlaget for en fysisk aktiv og helsefremmende livsstil hos de unge (L06). Kroppsøvingfaget er et svært viktig og aktuelt fag med sitt fokus på å være fysisk aktiv, og det kan være med å påvirke elevenes forhold til fysisk aktivitet videre i livet. Elevers negative innstilling til kroppsøvingfaget fører til en uønsket negativ kroppsøvingsopplevelse som er i motsetning til kroppsøvingens målsetting om positive opplevelser i faget (Lyngstad, 2010). En undersøkelse gjennomført av Moa, Lyngstad og Løvmo (2011) viser aktivitetsnivået blant elever ved en folkehøgskole. Resultatene viser at 16 % av elevene i undersøkelsen (12 av 75) ikke er fysisk aktive i løpet av en uke. Undersøkelsen viser også at 55,6 % av elevene i undersøkelsen ønsker å være mer fysisk aktive.

Hensikten med denne oppgaven er å undersøke elevers erfaringer og opplevelser med skjuleteknikker i kroppsøvingfaget, og belyse situasjoner som fører til bruk av skjuleteknikker. Oppgaven har også som hensikt å undersøke hvilke tiltak som må iverksettes for at fysisk inaktive elever ved folkehøgskoler skal få økt sitt fysiske aktivitetsnivå, samt legge til rette for økt fysisk aktivitet for de aktive elevene.

1.2 Tidligere forskning

Jacobsen m. fl, utarbeidet i 2002 en rapport knyttet til evaluering av ny læreplan i kroppsøving for grunnskolen (L97). Rapporten tar for seg elevers og læreres erfaringer knyttet til den nye læreplanen i kroppsøving. Funn i undersøkelsen viser med stor tydelighet at svært mange elever liker kroppsøvingsfaget meget godt. Noen av elevene liker kroppsøvingsfaget aller best, mens andre elever liker andre fag bedre. Et av funnene i undersøkelsen viser at særlig jenter synes at det blir i meste laget med ballspill – og spesielt fotball. Et annet funn i undersøkelsen er at dans er en aktivitet som jenter verdsetter høyt. I synet på dans er guttene i en helt annen oppfatning enn jentene. I rapporten kommer det frem at jenter er mer åpne for varierte aktiviteter enn hva guttene er. Funn i intervjuene tyder på at jenter og særlig guttene setter pris på at de har kroppsøving sammen.

Hansen (2005) har undersøkt ungdomskoleelevers opplevelser av kroppsøving. Resultater i studien viser at forskjeller i kjønn og kjønnsroller mellom gutter og jenter i kroppsøvingstimene er årsak til dårlig trivsel og ikke-deltakelse blant jenter. Studien viser at det er en negativ utvikling for jenters fysiske aktivitetsnivå i løpet av 8. og 9. klasse. I tillegg ble det avdekket sammenhenger mellom hvor aktive elevene var i idrett på fritiden og det fysiske aktivitetsnivået på skolen. Elever som var medlemmer av idrettslag var atskillig mer aktive på skolen, enn elever som ikke var medlemmer. Med utgangspunkt i resultatene fra studien gjorde Hansen nye undersøkelser som omhandlet jenter i ungdomskolen og fysisk aktivitet. Hovedproblemstillingen i denne undersøkelsen er å løfte frem forhold som påvirker jenters opplevelser av kroppsøvingsfaget og deres manglende motivasjon. I undersøkelsen kom det fram at 5 av de 19 jentene som undersøkelsen omfattet var positive til kroppsøvingsfaget, mens 11 av jentene sa at det var forhold i kroppsøvingundervisningen som gjorde at de reservert seg. De resterende 3 jentene var negativt innstilt til kroppsøvingsfaget. Hansen mener de store forskjellene mellom gutter og jenters utvikling og oppførsel, er hovedårsaken til at jenter synes kroppsøvingsfaget er vanskelig.

Andrews og Johansen (2005) har i artikkelen ”Gym er det faget jeg hater mest” studert jenters oppfattelse av kroppsøvingsfaget. I studien kommer det frem at det er flere forhold som samtidig virker inn på jenters manglende motivasjon for. Funn viser at innføringen av karakter i kroppsøving, samtidig som gutter drar fra jentene med fysisk styrke og utholdenhet, gjør faget vanskelig. Det at lekpregede aktivitet blir byttet bort mot ballspill, påvirker negativt jenters innstilling til faget. Resultatene i studien påpeker at jenter likte dårlig prestasjonspresset som kom inn i kroppsøvingen da de begynte på ungdomskolen. Flere av

utsagnene til jentene i undersøkelsen tyder på at forholdet til kroppsøvingen førte til at de stadig kranglet med læreren for å slippe faget av ulike grunner. Funnene i artikkelen viser at den egentlige grunnen til at jentene ikke ville være med i kroppsøving på ungdomskolen var fordi at de var redde for å dumme seg ut, men det sa de som regel ikke til læreren. For å skjule sin mislykkethet forsøkte jentene å gjøre seg minst mulig synlig i gymsalen, de unngikk ballkontakt og boikottet visse aktiviteter.

Lyngstad har i studien "Ribbevegglopere" i kroppsøving (Lyngstad, 2010) gjort forsøk på å beskrive elevers skjuleteknikker i kroppsøving. Resultater i studien viser at elever anvender skjuleteknikker for å skjule en negativ opplevelse i kroppsøvingstimene. Elever vil vise at de er plikttoppfyllende og utfører oppgavene som læreren gir dem. Elevene ønsker fremfor alt ikke å tape ansikt ovenfor sine lærere og medelever. Lyngstad peker på at det er viktig for lærere å avdekke skjuleteknikker, da disse kan være tegn på mistriivsel, noe som kan føre til at elever får en negativ kroppsøvingsopplevelse. Dette er i motsetning til kroppsøvingsfagets målsetting om positiv opplevelse. Funn i studien viser at elevers skjuleteknikker ofte er situasjonsbetiget. Lyngstad (2010) beskrev ulike typer skjuleteknikker i sin studie.

Mastergradsoppgaven består av totalt seks kapitler. I første kapittel etter innledningen presenteres det teoretiske rammeverket som ligger til grunn for oppgaven. Dette innledes med Meads speilingsteori om en oppfatning av menneskers oppfatning av seg selv blir dannet gjennom persepsjon av andres oppfatning av oss. Deretter presenteres teori omkring skjuleteknikker, og teori om egen oppfatning av selvverd og beskyttelsesmekanismer for å beskytte selvverdet. Undersøkelsen til Moa, Lyngstad og Løvmo (2011) presenteres deretter, hvor de har kartlagt det fysiske aktivitetsnivået blant elevene ved en folkehøgskole. I tilknytning til denne teorien presenteres to problemstillinger for nærmere undersøkelse. Metodiske valg og begrunnelser blir deretter presentert i påfølgende kapittel. Kapittel 4 gir en presentasjon av studiens resultater. Disse resultatene drøftes deretter opp mot studiens teoretiske grunnlag i kapittel 5. En oppsummering av hovedtrekkene i studien blir presentert i siste del, og danner det avsluttende kapitlet.

2. Teori og problemstillinger

I samspillet med andre mennesker blir vi observert og vurdert av andre. Slike vurderinger blir ”reflektert” til oss gjennom interaksjon med andre, og blir ofte kalt ”reflekterte vurderinger” (Skaalvik & Skaalvik, 2005).

2.1 Meads speilingsteori

Betydningen av andres vurderinger har særlig vært fremhevet av teoretikere innenfor en retning som betegnes som ”symbolsk interaksjonisme” (Skaalvik & Skaalvik, 2005). I følge Meads speilingsteori er et sentralt moment i den symbolske interaksjonismen at vår oppfatning av oss selv dannes indirekte gjennom persepsjon av andres oppfatning av oss. Mest ekstrem har denne oppfatningen kommet frem hos Cooley (1964), og gjennom hans oppfatning av speilbilde selv. Tankegangen her er at andre utgjør et ”speil” som vi studerer oss selv gjennom. Cooley mener det er ved å observere andres bilde av oss selv at vi kan få en oppfatning av oss selv.

Tanken om speilbilde selv innebærer at mennesker får en oppfatning av seg selv ved å registrere andres reaksjoner på sin egen atferd (Skaalvik & Skaalvik, 2005). Mead (1974) mener det er et viktig poeng at mennesket etter hvert blir i stand til å forutsi andres reaksjoner på atferden sin, eller til å vurdere sin egen atferd fra en annens perspektiv. I følge Mead betyr det at mennesket blir i stand til å vurdere seg selv fra andres synspunkt fordi det lærer å sette seg selv i andres rolle.

2.2 Skjuleteknikker i kroppsøving

Lyngstad (2010) har i sin studie gjort rede for elevers skjuleteknikker i kroppsøving. Lyngstad (2010) mener elever anvender skjuleteknikker for å skjule uønsket negative opplevelser i kroppsøvingstimen. I følge Lyngstad er det viktig å avdekke disse skjuleteknikkene, da disse kan være tegn på mistrivsel, noe som kan føre til at elever får en negativ kroppsøvingsopplevelse. Dette er i motsetning til kroppsøvingsfagets målsetting om positiv opplevelse.

Lyngstad hevder elever vil vise at de er pliktoppfyllende og utfører oppgavene som læreren gir dem. Elevene ønsker fremfor alt ikke å tape ansikt ovenfor lærere og medelevene sine. Lyngstad mener elever kan foretrekke å skjule hva de opplever i slike situasjoner i

kroppsøvingstimene, de ”sceneposisjonerer” seg og dekker over opplevelsen ved å gå inn i en rolle som i et skuespill.

Lyngstad kunne i sin studie avdekke flere skjuleteknikker i intervju med kroppsøvingslærere i grunnskolen. Disse var:

- Klovneri, tøysing og bagatellisering hvor elevene opptrer ”komisk” for å kamuflere en situasjon ovenfor medelevene som er vanskelig, eller som de ikke mestrer. Elevene kan også forsøke å bagatellisere ved å vise ovenfor medelevene at aktiviteten ikke har stor betydning for dem, og dermed ikke legger mye i aktiviteten.
- Sterk utagering i form av dårlig oppførsel. Denne skjuleteknikken benyttes da det er lettere å takle kritikk på grunn av dårlig oppførsel, enn å takle oppmerksomhet fordi de ikke mestrer aktiviteten.
- Innta en passiv rolle, holde seg i bakgrunnen og være lite deltakende. Elevene ønsker ikke å tiltrekke seg fokus i aktivitetene for å unngå å vise usikkerhet og manglende evner.
- Tøff, rå, bråkete og voldsom atferd. Elevene velger en aggressiv oppførsel som ”skremmer bort” medelevene i aktivitetene. Denne skjuleteknikken benytter eleven for å dekke over at han har manglende ferdigheter. Denne eleven kan dermed bli oppfattet som ”tøff” blant noen av medelevene, istedet for å bli oppfattet som en med manglende evner.
- Gjøre noe annet som man heller får til, eller noe som er mindre anstrengende. Elevene vil vise ovenfor lærer og medelevene de aktiviteter som de mestrer, og velger dermed bort aktiviteter de ikke føler de mestrer.
- Skader eller ”har vondt” er en skjuleteknikk som benyttes for å slippe å være med på aktiviteten. Skader og ”har vondt” forekommer ofte der eleven møter aktiviteter de ikke mestrer så godt.

Lyngstad påpeker at elevers skjuleteknikker ofte er situasjonsbetinget. Han mener derfor at skjuleteknikker kan variere avhengig av hvilket innhold som elevene møter i kroppsøvingstimene. At enkelte elever tar i bruk skjuleteknikker, behøver derfor ikke være en generell tilbøyelighet, men noe som utløses av ulike situasjoner og aktiviteter. Lyngstad mener elever som deltar i kroppsøvingstimene, men som tar i bruk skjuleteknikker for å dekke over at de mistrives, kan få vanskeligheter med å bevare en god kroppslig selvoppfatning. Elevene som benytter skjuleteknikker blir på et vis utenfor det sosiale samspillet i kroppsøvingstimene, og kan følgelig oppnå liten sosial selvtilitt.

2.3 Verdi av selvet

Goffman viser i sin drøfting i "The Presentation of Self in Everyday Life" (1959) hvordan mennesker ofte iscenesetter og styrer samhandlingen med andre for å opprettholde en bestemt fasade og verdi av "selvet" eller selvverdet, og det blir konstruert "backstage-områder" utenfor den sosiale arenaen man opptrer på, hvor man kan tillate seg å slippe fasaden. Dette tyder på at mennesker har private enklaver hvor de kan forberede seg på møter og samhandling med andre. Crossley (1996) antyder at mennesker har private rom for refleksjon, og at det kan være et avvik mellom våre presentasjoner av oss selv utad og våre presentasjoner innad for oss selv. Men det illustrerer også i hvilken grad slik privat refleksjon er orientert mot det offentlige, og i hvilken grad menneskers oppfatning av seg selv er avhengig av andres synspunkter, i alle fall vårt syn på deres syn (ibid.). Menneskers etterstreben etter anerkjennelse gjør at man blir drevet mot og søke å opprettholde respekt fra andre. "Selvet" kan bli degradert på ulike måter, og i et utrygt sosialt miljø kan enkelte grupper ha vanskeligheter for å opprettholde sin følelse av selvtilit (Crossley, 1996). Dette viser at verdien av "selvet" er knyttet sammen med interaksjonen med andre mennesker. Gjennom Mead og Goffman kan man trekke en todelt konklusjon. Selvprosessen er konstituert gjennom internalisering av våre relasjoner med andre, og eksterne relasjoner er bundet inn i denne selvprosessen på en tett måte.

Flere teoretikere tar utgangspunkt i behovet for å vurdere seg selv positivt og hevder at en vil ta i bruk beskyttelsesmekanismer når selvverdet blir truet (Skaalvik & Skaalvik, 2005). Det er ikke bare lavt selvverd som har uheldige konsekvenser. Bandura (1986) mener lav faglig selvoppfatning kan ha uheldige konsekvenser. Bandura (1986) og Covington (1992) mener elever med lav faglig selvoppfatning har mer angst og stress i læringssituasjoner og situasjoner der de skal prestere enn elever med høyere faglig selvoppfatning (Skaalvik & Skaalvik, 2005). Kaplan (1980), Snygg og Combs (1949) og Yamamoto (1972) mener prestasjonssituasjoner fortone seg som mer truende, fordi elever forventer å mislykkes på et område som oppfattes som viktig. På grunn av sterkt behov for å ha en positiv selvoppfatning vil det lett oppstå behov for forsvar av selvverdet (Skaalvik & Skaalvik, 2005). I følge Tice (1993) kan beskyttelsen av selvverdet medføre selvpålagte handikap i læringssituasjoner. En konsekvens kan være at elever blir mindre motivert for skolearbeid, yter lavere innsats og har mindre utholdenhet når de møter vansker (Skaalvik & Skaalvik, 2005).

2.4 Rosenbergs teori om psykologisk selektivitet

Rosenberg (1968) analyserte fem beskyttelsesmekanismer som brukes i dagliglivet.

Rosenberg mener disse mekanismene er former for psykologisk selektivitet og har som formål å støtte eller beskytte selvverdet (self-esteem). Selvverdet beskyttes gjennom flere selektive mekanismer. I følge Rosenberg er disse mekanismene følgende: Selektivt valg av verdier, selektiv tolkning, selektivt valg av standard og selektivt valg av situasjoner og aktiviteter.

Teorien til Rosenberg (1979) tar utgangspunkt i at mennesker vil være disponert for å verdsette høyt de områdene hvor vi mener vi mestrer, og verdsetter lavt de områdene hvor vi mener vi ikke gjør det så bra. I følge Rosenberg forutsetter dette at elevene har mulighet til å gjøre verdivalg. Det vil imidlertid by på store problemer å degradere områder som er høyt verdsatt i miljøet. Rosenberg mener selv om selektive verdivalg brukes i dagliglivet, er det derfor ikke lett for elever på skolen å degradere betydningen av skoleprestasjoner. I følge Rosenberg er selektiv tolkning hvilke kriterier som kan brukes når en person skal vurdere om han er sjenerøs. Poenget til Rosenberg er at situasjonen er så ustrukturert og kriteriemulighetene så mange at enhver kan betrakte seg som sjenerøs, og det er derfor ingen mulighet for å påvise at han tar feil. Drøftingen til Rosenberg synes satt noe på spissen, mener Skaalvik & Skaalvik (2005) ettersom han helt ser bort fra at personen også blir vurdert av andre. Rosenberg mener det likevel er viktig at andres vurdering til en viss grad kan balanseres gjennom egen selektiv tolkning. En elevs vurdering og opplevelse av egne prestasjoner i skolen f. eks. må ses i relasjon til en standard. I følge Rosenberg brukes begrepet standard i omtrent samme betydning som aspirasjonsnivå, mål eller ambisjon. Elevens standard bygger imidlertid også på tidligere erfaringer, andres vurdering og elevens ideelle selvbilde. Rosenberg hevder at de fleste elever velger en standard som faller innenfor rammene for hva som er oppnåelig. Elever med lærevansker kan ofte befinne seg i et miljø hvor det forventes mindre av dem enn det de egentlig er i stand til å mestre, og at de derfor justerer ambisjonene i forhold til forventningene i miljøet, mener Skaalvik & Skaalvik.

2.5 Selektivt valg av situasjon

Kaplan (1980) fremhever flere selvbeskyttende mekanismer som er i tråd med Rosenbergs teori om selektivitet. Han mener at forvridning av persepsjon og tolkning av egen atferd kan tjene som beskyttelse. Han hevder at forandring av bevissthet og tolkning av egen atferd også kan tjene som beskyttelse av selvverdet. Videre mener Kaplan at vi kan beskytte selvverdet ved å verdsette personer eller grupper som vi tror at vi blir vurdert positivt av høyere enn før, og verdsetter lavere personer eller grupper som vi tror vi blir vurdert negativt av. I følge Kaplan er disse mekanismene som allmenne selvbeskyttende mekanismer. Når dette ikke fungerer som beskyttelse, og selvverdet blir truet, mener Kaplan at mekanismene kan brukes på måter som gjør at individet bryter med sosiale aksepterte normer i sitt miljø. I følge Kaplan har elever i skolen begrenset mulighet til å beskytte sitt selvverd gjennom slike mekanismer. Elever har ikke mulighet til å velge bort skolesituasjonen og har avgrensede valgmuligheter når det gjelder aktiviteter i skolen.

2.6 Covingtons teori om selvverd

Covington (1992) er opptatt av hva som kan virke truende på elevens selvverd ("sense of worth or personal value"), og hvilke konsekvenser trussel mot selvverdet kan få for deres motivasjon for skolearbeid. Selvverdsteorien bygger på forutsetningen om at elevene har behov for å verdsette seg selv, og at de vil søke å beskytte selvverdet hvis det blir truet. Covington tar utgangspunkt i at prestasjoner og personlig suksess har utslagsgivende betydning for selvverd og anerkjennelse. Han refererer videre til forskning som viser at evner anses som den viktigste årsaken til suksess og gode prestasjoner, og at mangel på evner ses på som den viktigste grunnen til nederlag. Covington mener at innsats anses som en viktig årsak til gode prestasjoner, men at elever legger større og større vekt på evner jo eldre de blir. Forståelse av egne evner blir derfor en sentral del av selvoppfatningen, og har stor betydning for selvverd og motivasjon.

Forventninger spiller en stor rolle i selvverdsteorien til Covington. Han mener at en elev som har lave forventninger om å lykkes, vil primært være opptatt av å gjøre følgene av nederlag så små som mulig. Covington mener at en måte å løse dette problemet på, er dermed å yte mindre innsats. For å forstå dette må vi ta i betraktning at innsats kan ha to ulike konsekvenser for eleven. På den ene siden kan innsats bidra til bedre prestasjoner. Økt innsats kan bli premiert med mestring og på den måten bidra til økt følelse av selvverd. På en annen

side kan økt innsats også oppleves som en risiko. Covington mener en kombinasjon av stor innsats og svake prestasjoner tolkes som et tegn på at resultatene skyldes dårlige evner. Høy innsats kan derfor virke skremmende for elever som ikke har forventninger om å lykkes. I følge Covington er det bedre psykologisk sett å mislykkes på grunn av dårlig innsats enn på grunn av dårlige evner.

2.7 Fysisk aktivitet i folkehøgskolen

Som bakgrunn for et pedagogisk utviklingsprosjekt ved en folkehøgskole, gjennomførte Moa, Lyngstad og Løvmo (2011) en kartlegging av elevers deltagelse i fysisk aktivitet.

Undersøkelsen ble gjennomført for å gi et bilde av internatboende elevers aktivitetsnivå, i både skoletiden og fritiden. Formålet med undersøkelsen var å avdekke den samlede elevgruppens aktivitetsnivå, samt belyse andelen inaktive elever og se på hvilke muligheter skolen hadde for å bidra til økt aktivitetsnivå spesielt blant disse.

Folkehøgskolene tilbyr ulike fysiske linje- og valgfagstilbud. Det er en tradisjon i folkehøgskolene å koble elevene opp mot tilbud som finnes i skolens nærmiljø. Samtlige elever ved en folkehøgskole gjennomførte en spørreundersøkelse hvor de svarte på ulike spørsmål knyttet til eget aktivitetsnivå. Resultatene i undersøkelsen viste at det er flere faktorer som påvirker elevers fysiske aktivitetsnivå. De viktigste faktorene er linjetilhørighet, treningsfasiliteter, organisert trening og tidligere aktivitetsnivå. 12 av 75 elever som ble undersøkt oppga at de ikke er fysisk aktive. I studien ble det gjort rede for sammenhenger mellom kjønn og aktivitetsnivå. Her kom det frem at det var små kjønnsforskjeller i forhold til det generelle fysiske aktivitetsnivået blant elevene. Dette indikerte at det ikke var behov for å iverksette kjønnsrelaterte tiltak opp mot deltagelse i fysisk aktivitet ved folkehøgskolen.

Undersøkelsen viste sammenhenger mellom linjetilhørighet og fysisk aktivitetsnivå. Dette hadde en klar sammenheng med at elever som valgte linjer med større grad av fysisk aktivitet i linjeundervisningen også var mer aktive på fritiden. De fleste elevene ved folkehøgskolen hadde et ønske om og motivasjon for å bli mer fysisk aktiv uavhengig om de var fysisk aktive eller ikke. Enkelte som ikke ønsket økt aktivitetsnivå oppga at de ikke hadde kapasitet til å bli mer aktiv på grunn av et allerede høyt aktivitetsnivå. Studien viste også at 67 % av elevene som oppga å være inaktive hadde et ønske om å bli mer fysisk aktive. Et flertall av elevene oppga i undersøkelsen at de hadde blitt mer fysisk aktive etter at de startet på folkehøgskolen.

Her kom det fram at 67 % av elevene var blitt mer fysisk aktive etter oppstart ved folkehøgskolen, sammenlignet med før. Største økningen var blant elevene som oppga å være fysisk aktive minst fem ganger i uken. Undersøkelsen viste at 74 % av elevene ikke deltar på noen form for organisert trening utenfor skolens område. De øvrige 26 % benytter seg i hovedsak av treningssenter. Hele 90 % av elevene ved skolen fortalte at de ikke benyttet seg av skolens styrkerom. Elevene fortalte at de opplevde skolens styrkerom som lite innbydende.

2.8 Problemstillinger

Det er i masterprosjektet gjennomført dybdeintervjuer for å få dypere innsikt i elevers erfaringer med skjuleteknikker i kroppsøvfingsfaget. Dette er 4 tidligere elever i grunnskolen og videregående skole som nå er elever ved en folkehøgskole. Bakgrunnen for undersøkelsen er en studie gjennomført av Lyngstad (2010) hvor lærere er intervjuet om deres erfaringer av elevers bruk av skjuleteknikker i kroppsøvfingsfaget. I dette masterprosjektet undersøkes skjuleteknikker med å innhente data fra elevene, og går dypere inn i situasjoner der hvor skjuleteknikker benyttes sett fra elevers synspunkt. Problemstillingen i det første delprosjektet er følgende:

- Hvilke strategier og skjuleteknikker benytter elever for å skjule vanskelige opplevelser og mistriivsel i kroppsøvfingsfaget i grunnskole og videregående opplæring, og hva er årsaken(e) til elevers bruk av disse strategiene og skjuleteknikkene?

I tillegg undersøkes erfaringer, ønsker og behov for fysisk aktivitet blant elever ved en folkehøgskole. Bakgrunnen for dette er en undersøkelse gjennomført av Moa, Lyngstad og Løvmo (2011) som kartlegger aktivitetsnivået blant elever i en folkehøgskole. I masterprosjektet ble det gjennom dybdeintervjuene forsøkt å kartlegge elevers ønsker for aktiviteter og organisering ved folkehøgskolen. Folkehøgskolen har som mål å øke det fysiske aktivitetsnivået blant elevene. Det var også et mål å få undersøkt elevers gode og dårlige erfaringer ved aktivitetstilbudene ved folkehøgskolen. Problemstillingen i det andre delprosjektet er følgende:

- Hvilke gode og dårlige erfaringer har elevene som deltok i undersøkelsen med de fysiske aktivitetstilbudene de har møtt i folkehøgskolen, og hvilke meninger har de om tilrettelegging for økt fysisk aktivitet blant både aktive og inaktive elever ved folkehøgskolen?

3. Metode

For å undersøke elevenes erfaringer og synspunkter ble kvalitativt forskningsintervju benyttet. Generelt er formålet med et kvalitativt forskningsintervju å forstå sider ved intervjupersonens dagligliv, fra hans eller hennes eget perspektiv (Kvale, 2009). Forskningsintervjuets struktur er likt den dagligdagse samtalen, men som et profesjonelt intervju involverer det også en bestemt metode og spørreteknikk. Det kvalitative intervjuet egner seg til å få rede på skjuleteknikker i kroppsøving, samt belyse elevers erfaringer og synspunkter på fysisk aktivitet i folkehøgskolen.

3.1 Det kvalitative forskningsintervju

Kvalitative forskningsintervjuer egner seg for å få innsikt i menneskers erfaringer, tanker og følelser (Thagaard, 2009). Det vil variere i ulik grad hvorvidt et kvalitativt forskningsintervju er strukturert. I denne oppgaven brukes et semi-strukturerte intervju (Kvale & Brinkmann, 2009). Denne fremgangsmåten karakteriseres som en fleksibel, men planlagt samtale hvor man ikke følger et ferdig nedskrevet opplegg i intervjusituasjonen, men likevel har bestemte målsettinger med intervjuet. Ved bruk av denne fremgangsmåten er det forskeren som stiller spørsmål som i hovedsak er bestemt på forhånd, eller leder inn på temaer som er oppsatt på forhånd. Rekkefølgen av spørsmålene og temaene vil variere og blir ofte bestemt underveis. Thagaard (2009) mener at på denne måten kan forskeren følge informantens redegjørelser, men likevel sørge for å få opplysning av de temaene som er fastlagt i utgangspunktet.

En intervjustudie består av flere stadier (Kvale & Brinkmann, 2009). Det første stadiet er tematisering. Med tematisering menes en innledende del der formål for studien beskrives og egen forforståelse av fenomenet som skal studeres bevisstgjøres og utvikles. Deretter følger planlegging av intervjuene, som må hensynta de ulike elementene i intervjustudien. Etter en god planlegging av arbeid som må gjøres i forkant, under selve intervjufasen og i fasen etter intervjuene, går man i gang med selve gjennomføringen av intervjuene. Dette bør gjennomføres på grunnlag av en intervjuguide (Kvale & Brinkmann, 2009). I følge Kvale (1997) er fleksibilitet avgjørende med tanke på å knytte spørsmålene til den enkelte informants forutsetninger. Det er også viktig at intervjueren er åpen for at informanten kan ta opp temaer som intervjueren ikke hadde tenkt på i forkant (Thagaard, 2009). Det kvalitative forskningsintervjuet er således en samtale mellom forsker og informant som styres av de

temaene forskeren ønsker å få informasjon om (Thagaard, 2009), men som altså er nokså åpen i formen.

Intervjumaterialet klargjøres så for analyse, som innebærer transkribering fra tale til skriftlig tekst. Analyse og tolkning av intervjuene gjennomføres deretter på grunnlag av studiens formål og presiserte problemstillinger. Avslutningsvis vurderes datas reliabilitet og validitet, som viser påliteligheten av resultatene og hvorvidt intervjustudien undersøker det den er ment å skulle undersøke (Kvale & Brinkmann, 2009). Data fra kvalitative intervju er resultat av subjektive meninger og tolkninger, og det kan således være vanskelig å sikre god kvalitet. Hvordan intervjueren opptrer i selve intervjusituasjonen og hvordan man transkriberer og analyserer intervjuene påvirker resultatene man får (Kvale & Brinkmann, 2009). Resultatene man får vil derfor være avhengig av hvem som er forsker. For å gjøre dataene i undersøkelsen mer pålitelige har jeg under intervjuprosessen notert stikkord slik at valg underveis og hva jeg har gjort, kan dokumenteres og ettergås. Båndopptaker ble benyttet for å sikre at jeg fikk med all informasjon, og som grunnlag for systematisk gjennomgang i ettertid. Intervjuene ble gjennomført i kjente og nære omgivelser for informantene, slik at de skulle føle seg trygge. Hvor godt man behersker intervjusituasjonen kan også ha påvirkning på informantene, og derfor gjennomførte jeg et prøveintervju på forhånd. Jeg stilte korte oppsummeringsspmåål underveis i intervjuet for å kontrollere om jeg hadde tolket svarene deres på riktig måte.

3.2 Utvalg

Det ble i alt gjennomført fire individuelle dybdeintervju, inndelt i to deler i henhold til studiens problemstillinger. Første del av intervjuet hadde en retrospektiv innfallsvinkel, ved at informantene fortalte om opplevelser tilbake i tid i grunnskolen og i den videregående skolen. Andre del av intervjuet omhandlet elevenes erfaringer og behov for fysisk aktivitet ved folkehøgskolen.

Utvalget i denne undersøkelsen er et såkalt strategisk utvalg, ved at informantene representerer egenskaper som er relevante for undersøkelsens hensikt, og fremgangsmåten for å velge ut informanter er basert på den tilgjengelighet de har for forskeren (Thagaard, 2009). Hovedkriteriet for utvelgelse var at elevene hadde erfaringer med kroppsøving fra i alt 13 års skolegang i grunnskole og videregående opplæring samt at de var elever i folkehøgskolen. Kriterier for utvelgelse var for øvrig at det skulle være lik fordeling mellom kjønn.

Utvelgelsen av elever til det halvstrukturerte intervjuet ble foretatt sammen med en kontaktlærer fra folkehøgskolen. Læreren hadde kjennskap til elevene ved folkehøgskolen på forhånd, og hadde dermed godt grunnlag for å vurdere hvilke elever det ville være hensiktsmessig å spørre om et intervju. På denne måten bidro læreren til å sikre et strategisk utvalg av informanter som kunne opplyse skjuleteknikker i kroppsøving og som hadde erfaring og synspunkter på fysisk aktivitet i folkehøgskolen. Læreren ved folkehøgskolen rettet henvendelse til elever ved folkehøgskolen og gav ut et informasjonsskriv på vegne av meg. Informasjonsskrivet orienterte om undersøkelsens hensikt, hva det innebar å delta, at data fra intervjuet ble behandlet konfidensielt, at det var frivillig å delta, at det ble brukt skriftlig samtykkeerklæring, og den som deltok kunne når som helst trekke seg ut uten å oppgi grunn. Skrivet orienterte også om at det transkriberte datamaterialet ikke ville inneholde direkte eller indirekte personidentifiserende opplysninger. Lydfilen skulle slettes ved prosjektslutt 01.06.2013 og datamaterialet ville da være anonymisert.

I alt ble det rekruttert fire elever til å delta i undersøkelsen. Disse er gitt navnene Lars, Martin, Stian og Lise i denne oppgaven. Dette er fiktive navn. Det ble gitt muntlig samtykke til å delta fra disse elevene i første omgang, deretter ga de skriftlig samtykke i forbindelse med selve intervjuene.

Lars er 19 år, og har erfaring med å være fysisk aktiv. Han er av kategorien aktiv i folkehøgskolemiljøet når det gjelder aktivitet og trening, og har drevet med langrenn tidligere. Martin er 20 år, og har lite erfaring med å være fysisk aktiv. Han er av kategorien inaktiv i den forbindelse, og har ikke drevet med fysisk aktivitet utover kroppsøvingstimene på skolen. Stian er 19 år og er av kategorien inaktiv. Han har drevet noe med kampsport. Lise er 20 år og har drevet lite med fysisk aktivitet på fritiden. Hun er av kategorien inaktiv i folkehøgskolemiljøet når det gjelder fysisk aktivitet.

3.3 Intervjuguide

En intervjuguide er grunnlaget for å gjennomføre intervjuene. En intervjuguide er en plan for hvordan en skal gå frem, hva en skal spørre om og i hvilken rekkefølge (Thagaard, 2009). I følge Kvale & Brinkmann (2009) er en intervjuguide et manuskript som strukturerer intervjuforløpet mer eller mindre stramt. Intervjuguiden er forskerens hjelpemiddel i intervjusituasjonen, og skal være et konkret oversatt uttrykk for det man ønsker å analysere (Widerberg, 2001). Intervjuguiden som ble utarbeidet i forbindelse med denne studien var halvstrukturert. En halvstrukturert intervjuguide vil si at den var relativt strukturert, men samtidig fleksibel. Ifølge Kvale (2009) gjør en strukturert intervjusituasjon det lettere for intervjueren å være strukturert i analyseringen av intervjuene i etterkant.

Intervjuguiden ble utarbeidet i to deler for å undersøke de ulike problemstillingene. I utarbeidningen av intervjuguidens første del ble det tatt utgangspunkt i didaktisk relasjonsteori. Dette er en modell for didaktisk planleggingsarbeid formulert av Bjørndal og Lieberg (1978), som bygger på at det er en sammenheng mellom følgende faktorer i undervisningen: mål, faginnhold, læringsaktiviteter, vurdering, elev- og lærerforutsetninger samt materielle forutsetninger (Imsen, 2006). Den didaktiske relasjonsmodellen tar utgangspunkt i vesentlige faktorer som spiller inn når man skal planlegge undervisning (Imsen, 2006), men den kan også egne seg når undervisning – i dette tilfelle elevers erfaring fra undervisning i skolen - skal studeres i etterkant. Det særegne med den didaktiske relasjonsteorien, er at faktorene i modellen er i et gjensidig avhengighetsforhold. Det vil si at det ikke er en eller flere faktorer som er viktigere enn andre (Imsen, 2006). Den didaktiske relasjonstenkingen kan betraktes som en kombinasjon av tradisjonell didaktikk og rammefaktorene, dvs. at den omfatter ikke bare mål, innhold, metoder og arbeidsmåter i undervisningen, men også flere ytre faktorer og hvordan de kan begrense handlingsvalgene i undervisningen. Med utgangspunkt i den didaktiske relasjonsmodellen ble det identifisert elementer som var relevante å ha med i intervjuguiden, og som kunne gi grunnlag for egnede spørsmål. I intervjuguiden ble innhold, arbeidsmåter, vurdering, sosialt miljø og læreren i kroppsøving valgt som hovedtemaer. På denne måten skulle det fokuseres på de mest sentrale faktorene, som også er gjensidig avhengige av hverandre, samt at analysearbeidet i ettertid skulle få et fundament.

I intervjuguidens andre del som omhandler fysisk aktivitet i folkehøgskolen, ble denne delen strukturert og utarbeidet i samråd med læreren ved den lokale folkehøgskolen. Denne delen ble utarbeidet ut i fra lærerens behov for kunnskap når det gjelder fysisk aktivitet i

folkehøgskolen. Temaene som læreren var interessert i var først og fremst hva elevene syntes om det fysiske aktivitetstilbudet ved folkehøgskolen, hva som gjorde at elever var mindre fysisk aktiv etter at de startet ved folkehøgskolen, og hvilke tiltak som må gjøres fra skolen sin side for at de skal bli mer aktive. Jeg utarbeidet ut i fra disse temaene forslag til spørsmål i intervjuguiden, som deretter ble diskutert med læreren ved folkehøgskolen. Disse spørsmålene ble i samråd med læreren videre tilpasset. Før hovedintervjuene ble det gjennomført et prøveintervju for å få erfaring med intervjuguiden og intervjusituasjonen. Informanten som ble intervjuet i prøveintervjuet var elev ved en videregående skole. På bakgrunn av erfaringene fra prøveintervjuet ble det gjort forandringer i opplegget for datainnsamlingen. Dette var forandringer som gikk på rollen som intervjuer og oppbygging av intervjusituasjonen.

For at informanten skal kunne fortelle om situasjoner som oppleves som potensielt vanskelig, er det avgjørende at det er trygge rammer og tillit mellom informant og intervjuer (Thagaard, 2009). En av erfaringene fra prøveintervjuet var at jeg burde bli flinkere til å ha blikkontakt, samt være mer lyttende og oppmerksom på uttalelsene til informantene. Jeg lærte også at jeg måtte bli flinkere til å stille oppfølgingsspørsmål. Under prøveintervjuet kom informanten med mange gode uttalelser, men jeg klarte ikke helt å holde tråden. Dette førte til at informasjon som var relevant ikke ble fulgt opp på en god nok måte. Når jeg hørte igjennom prøveintervjuet i ettertid hørte jeg flere steder i intervjuet hvor jeg skulle vært flinkere til å stille oppfølgingsspørsmål. For å få til gode oppfølgingsspørsmål i intervjusituasjonen, fant jeg derfor ut at det kunne være hensiktsmessig å ta små pauser underveis i intervjuet, slik at intervjuer og informant fikk tid til å tenke seg godt om.

Prøveintervjuet ble avsluttet med at informanten fikk mulighet til å legge til informasjon som ikke hadde kommet frem i løpet av intervjuet. I prøveintervjuet benyttet jeg meg av lydbånd. Lydbånd ble benyttet fordi jeg da kunne konsentrere meg fullt og helt om intervjusituasjonen. Om en skal benytte lydbånd eller ta notat underveis, må vurderes i forhold til undersøkelsessituasjonen (Thagaard, 2009). Thagaard mener det er fordeler og ulemper med begge fremgangsmåtene. En av styrkene med bruk av lydbånd er at det kan gi intervjuet et formelt preg, og at alt som sies, blir bevart (Thagaard, 2009). Forskeren kan da konsentrere seg om informasjonen og om informantens reaksjoner. Under prøveintervjuet merket jeg at lydbåndet gjorde at jeg kunne konsentrere meg fullt og helt om intervjusituasjonen. Det ble

enkler å fokusere på hvordan kroppsspråket til intervjupersonen var underveis, samt at jeg kunne fokusere på hvordan jeg skulle formulere oppfølgingsspørsmål.

3.4 Gjennomføring av intervju

Etter avtale med lærer fra den lokale folkehøgskole ble intervjuene gjennomført januar 2012. Intervjuenes varighet var på litt over en time, og ble gjennomført på biblioteket ved folkehøgskolen. Intervjuene ble innledet med at jeg presenterte kort temaet og formålet med studien, samt en orientering om hvordan intervjuet skulle gjennomføres. Jeg orienterte om at informasjonen skulle anonymiseres, og at informantene hadde mulighet til å trekke seg når som helst. Det ble også orientert om at intervjuet ville bli tatt opp på en båndopptaker. I forkant av intervjuet hadde jeg sendt et informasjonsskriv til læreren ved den utvalgte folkehøgskolen. Læreren hadde orientert elevene om informasjonsskrivet, slik at de elevene skulle være best mulig forberedt til intervjuet.

I innledningen av intervjuet spurte jeg informantene om de hadde noen innvendinger mot at det ble brukt båndopptaker. Ingen syntes at båndopptakeren var sjenerende. Båndopptakeren gjorde at jeg kunne ha fullt fokus på informantene. I etterkant av intervjuene ser jeg at det var en fornuftig avgjørelse å benytte meg av båndopptaker. Thagaard mener at en lyttende holdning hos intervjueren gjør at oppmerksomheten blir rettet fullt og helt mot informanten, og at forskeren viser interesse og engasjement ved å gi respons til informantens fortelling. Det kan være avgjørende at forskeren registrerer og tolker det informanten sier og måten det blir sagt på. Dette kan være å tolke intonasjon, ansiktsuttrykk og andre kroppslige uttrykk (Thomas et al., 2005). Under alle intervjuene snakket informantene mye, noe som kan tyde på at intervjusituasjonen opplevdes som trygg. Tilliten og troverdigheten som oppnås under intervjuet, gir grunnlag for at informanten kan fortelle åpent om sine erfaringer (Thagaard, 2009). Intervjusituasjonen fungerte faktisk best når intervjuguiden ble lagt litt til siden, og fokuset mitt ble fullt og helt vendt mot det informantene hadde å fortelle. Noen ganger var det nødvendig med omformulering av spørsmålene informantene hadde problemer med å forstå hva jeg spurte etter.

3.5 Analyse og tolkning

Analysen av data i et kvalitativt forskningsprosjekt er en kontinuerlig prosess, i den forstand at alle valgene som blir tatt underveis i prosessen, har betydning for det totale sluttresultatet og analysens utfall. I forkant av gjennomføringen av intervjuene hadde jeg reflektert over hvordan transkriberingen og analysen skulle gjennomføres. I utarbeiding av intervjuguiden reflekterte jeg over hvordan analyseprosessen ville bli, og strukturerte den med utgangspunkt i sentrale faktorer ut i fra didaktisk relasjonstenkning, som nevnt. Det at jeg hadde tenkt igjennom analyseprosessen på forhånd gjorde prosessen mer håndterlig.

Under transkriberingen av data fokuserte jeg på å ta ut hovedessensen i materialet jeg hadde samlet under intervjuene, og ta med meg videre det som var relevant i forhold til mine problemstillinger. Når intervjuene var transkribert brukte jeg mye tid på å lese gjennom tekstene for å kunne lage koder og kategorier som kunne brukes for å gi svar på problemstillingene i oppgaven. Jeg kodet materialet ut i fra innhold, arbeidsmåter, sosialt miljø, vurdering og læreren, som var temaområder i intervjuguiden. Ved kodingen knyttet jeg nøkkelord til tekstavsnitt i transkripsjonene for lettere å finne igjen en uttalelse. Når jeg fant igjen uttalelser som omhandlet det samme temaområdet, plasserte jeg de under samme tekstavsnitt. På den måten fikk jeg oversikt over materialet og temaområdene som gjorde at det ble lettere å arbeide med uttalelsene i ettertid. Underveis i intervjuene summerte jeg opp og gjenga hovedessensen i informantenes uttalelser, også kalt meningsfortetting. Dette var for å holde en rød tråd i intervjuet slik at informantene ikke kjørte seg inn i et sidespor, og ble avledet fra hovedtemaene i intervjuene. Videre i tekstutformingen ble meningene i form av utsagn og eksempler fra informantene fortolket av meg, og jeg kunne dermed finne fram til betydningsrelasjoner som ikke fremtrådte umiddelbart i teksten. Denne fortolkningen førte dermed til en tekstutvidelse der resultatet ble formulert i mange flere ord enn det opprinnelige utsagnet (Kvaale & Brinkmann, 2009).

4. Resultater

I dette kapitlet presenteres resultatene fra intervjuene. Resultatene framstilles i forhold til studiens problemstillinger, og i en rekkefølge der skjuleteknikker i kroppsøving i grunnskolen og videregående opplæring belyses først, deretter elevenes meninger om fysisk aktivitet i folkehøgskolen. I den første delen belyses skjuleteknikker spesielt i forhold til innholdet i kroppsøvingsfaget og det sosiale miljøet i undervisningen. Dette var områder som skilte seg ut hos informantene. Elevene er gitt navnene Lars, Martin, Stian og Lise, som tidligere nevnt

4.1 Skjuleteknikker i forhold til innholdet i kroppsøving

En aktivitet som Lars syntes var vanskelig, var dans:

- Jeg hadde ikke et godt forhold til dans. Men jeg hatet det ikke heller. Det er alltid noen som har det verre. Noen som er mer flau av å ha dans enn det jeg er. Jeg kjedet meg når vi hadde dans. Synes ikke det var noe moro. Gjorde heller aktiviteter som jeg heller mestret. Måtte jeg være med, sto jeg gjerne bakerst slik at ingen skulle se hva jeg gjorde. Det var greit å stå bakerst, da kunne ingen se at jeg hadde dårlig koordinasjon.

Lars mente det var mange gutter på ungdomskolen som ikke likte dans noe særlig:

- Guttene "køddet" mye når vi hadde dans på ungdomskolen. Det var jentene som syntes at dans var gøy. Guttene lo og "køddet" og skjulte at vi ikke kunne danse. Jeg flirte det bort med tull. Når alle var med og tullet, var det på en måte greit.

I intervjuet med Stian kom det frem at han hadde samme erfaringer som Lars:

- Guttene "tøffet" seg når vi hadde dans i kroppsøvingen på ungdomskolen. Når vi hadde linedans gjorde guttene narr av dansen, for å understreke at dans er en aktivitet de ikke liker. Da "klovnet" de rundt i salen og flirte og hoiet for ikke å tape ansikt ovenfor de andre i klassen. De kunne ikke danse, og de ville heller ikke lære seg aktiviteten, fordi det var flaut. Guttene "klovnet" når vi hadde dans, noe som førte til at jentene fniste av dem. Guttene trodde da at de imponerte jentene med å være "bajas".

Stian syntes også fotball var en aktivitet som var vanskelig. Han valgte derfor å "late" som han hadde vondt eller var skadet for å slippe aktiviteten:

- Jeg syntes fotball på barneskolen var veldig kjedelig. Mange ganger latet jeg som jeg var skadet. Jeg kunne si at jeg hadde problemer med foten, knærne eller at jeg var syk. Det var ikke bare jeg som brukte "unnskyldninger" for å slippe unna fotballen. Flere av klassekameratene mine brukte de samme unnskyldningene.

Allerede på barneskolen syntes Stian at kroppsøving generelt var vanskelig. Årsaken til dette var at han ikke likte læreren. Derfor prøvde han å slippe unna faget:

- En gang i blant fikk jeg foreldrene mine til å lage et brev som jeg kunne vise frem for kroppsøvingslæreren på barneskolen. Et eksempel var at jeg hadde skadet meg på treningen dagen før, og derfor ikke kunne være med i kroppsøving denne uken. Jeg var ikke skadet. Dette var bare for å slippe å være med.

Stian kunne fortelle at han og en kompis hadde en avtale når de fikk høre at klassen skulle ha fotball i kroppsøvingstimene:

- Når vi fikk høre at vi skulle ha fotball i kroppsøvingstimene hadde jeg og en kompis en avtale om at vi skulle springe inn i hverandre mot slutten av oppvarmingen, slik at vi skadet oss. På denne måten slapp vi å være med på fotball. Vi var begge i en vanskelig situasjon. Vi så på denne handlingen som eneste utvei fra aktiviteten.

I intervjuene med Stian fortalte han om ulike teknikker for å "finte" ut kroppsøvingslæreren slik at han ikke fikk mistanke om at Stian mislikte kroppsøving:

- En teknikk som jeg ofte brukte var å være med de siste fem minuttene av kroppsøvingstimen. Da brukte jeg å si at skaden hadde blitt bra igjen og at jeg gjerne ville være med på aktiviteten. Når læreren brukte å se på klokka si, visste jeg at det var fem minutter igjen av timen. På denne måten trodde læreren at jeg ville være med i kroppsøvingstimene. Dette var bare en teknikk for å lure læreren. Da brukte jeg å si "å nei var det så lite tid igjen", og lot som jeg gikk misfornøyd i dusjen etter timen.

I intervjuet med Lise fortalte hun om en medelev, en jente som hadde ballskrekk:

- Ei jente hadde ballskrekk i barneskolen. Hun var en god venninne av meg. Hun gruet seg veldig til kroppsøvingstimene. Hun gjemte seg unna bak ting i salen når vi hadde ballspill i timen. Når ballen kom mot henne hylte hun av redsel.

Denne jenta var ofte sint etter kroppsøvingstimene med ballspill:

- Hun som gjemte seg bort var sur etter kroppsøvingstimen fordi hun følte hun ikke mestret ballspill så godt som de andre i klassen. Hun følte seg utenfor resten av klassen, og fikk ofte stygge kommentarer fra guttene om at hun var "håpløs" og ødela aktiviteten for dem.

Lise kunne også fortelle at det var en annen jente som syntes det var vanskelig å delta når klassen skulle ha ballspill:

- En annen jente som ikke var med på ballspill var veldig sjenert. Hun opplevde ballspill som veldig direkte. Ballen kom til henne, men hun synes den kom så brått, hun syntes det var veldig ubehagelig. Alle så på henne. Hun ble helt skjelven. Hun ble veldig redd for å gjøre feil. Hun valgte derfor å skulke unna mange av kroppsøvingstimene.

I intervjuet med Lise kom det fram at en av grunnene til at noen elever synes det blir vanskelig å være med i kroppsøvingstimene, er på grunn av at guttene er fysisk overlegne:

- Mange jenter satt på benken. Guttene var fysisk overlegne. De "tøffet seg" og spilte "rått". Mange jenter syntes at det ble skummelt å være med fordi guttene spilte så hardt. De skulle "tøffe seg" ovenfor hverandre. Dette var når vi hadde fotball og kontaktaktiviteter i ungdomskolen.

Lise beskrev hvordan hun og en medelever foretrakk å løpe framfor å delta i ballspill, som de ikke likte så godt:

- I en kroppsøvingstime valgte jeg å løpe sammen med en venninne i en rundløype, for å slippe å være med på ballspill. Vi hørte læreren si at vi skulle bytte aktivitet, men latet som vi ikke hørte det. Vi planla det sammen. Vi syntes løping var mye morsommere. Vi følte vi mestret aktiviteten så godt, at vi ikke ville slutte. Det ble på en måte en leik ut av det, der vi prøvde å springe flest mulig runder. Etterpå skrøt vi til de andre elevene at vi hadde sprunget så og så mange runder i rundløypa.

En av aktivitetene som Lise syntes var vanskelig var turn:

- Jeg skulket gym en gang med å si at jeg var forkjølet. Jeg var ikke forkjølet, men likte ikke å hoppe bukk. Jeg var redd for å dumme meg ut foran de andre i klassen. Spesielt guttene.

Martin kunne fortelle at det var for mye fotball i kroppsøvingstimene på ungdomskolen:

- Jeg hadde ikke lyst eller motivasjon til å være med på ballspill. Øvelsen ble et ork. Det var hele tiden de som drev med fysisk aktivitet på fritiden som styrte aktiviteten. Vi andre følte vi var mer eller mindre i veien.

Martin kunne han fortelle at det var flere av medelevene i klassen som brukte teknikker for å ”lure” læreren på ungdomskolen:

- Når vi skulle ha fotball som aktivitet i timene, var det flere av mine medelever som brukte som unnskyldning at de skulle til tannlegen. Det skulle de ikke. Det var bare en unnskyldning for å unngå aktiviteten.

I følge Martin var det ikke alltid så godt oppmøte til kroppsøvingstimene på videregående skole:

- Når vi hadde friidrett sprang vi 200-metere. Da var det 10 som møtte opp til timen. 10 -15 skulket aktiviteten. Sa de hadde glemt klær hjemme. Da måtte vi som ikke hadde med klær gå tur. Vi som gikk tur, gikk inn i skogen og røyket istedenfor.

Lise kunne fortelle at spesielt jenter gruer seg når det skal gjennomføres tester i videregående skole:

- Jentene snakket sammen og gruet seg til Cooper-testen lenge før den skulle være. Alle jentene var veldig nervøse for den. Enkelte av dem planla at de skulle være syke den dagen testen skulle gjennomføres. De snakket med andre jenter slik at flere skulket. Da ble det på en måte greit.

4.2 Skjuleteknikker i forhold til sosialt miljø i kroppsøving

I kroppsøvingstimene på ungdomskolen kunne Lise fortelle at en av hennes medelever, en gutt ikke var like flink som de andre i fotball:

- En av guttene ble ledd av fordi han ikke var god i fotball. Han var halvveis mobbet, og halvveis godtatt av de andre guttene. Han likte ikke fotball, men var med fordi han var pliktoppbyggende og ikke ville ha kommentarer fra de andre guttene. De andre guttene ”tøffet seg” på hans bekostning.

Lise fortalte at på videregående var de fire jenter som nesten aldri var med i kroppsøvingstimene:

- På videregående var det fire jenter som bare satt på benken fordi de sa at de ikke ville være med. Vi som var med i kroppsøvingen skjønnte at de ikke var med på grunn av at de hadde en kropp som gjorde at kroppsøving ble vanskelig. De var veldig redd for å få kommentarer fra de andre i klassen. Det var på en måte tryggest å sitte på benken.

Stian opplevde kroppsøving som et svært vanskelig fag i forhold til det sosiale miljøet:

- En av grunnene til at jeg ikke var med i kroppsøving var at så å si hele klassen var ute etter å mobbe meg. Dette gjorde at et fysisk fag som kroppsøving nærmest ble uutholdelig for meg. Spesielt syntes jeg dusjingen etter kroppsøvingstimen ble en stor belastning. Her var det mange av guttene som skulle tøffe seg. Det gikk ut over meg.

Stian kunne også fortelle at en gutt i klassen på ungdomskolen hadde det vanskelig i kroppsøvingstimen, spesielt der hvor det krevde samhandling to og to:

- På ungdomskolen var det en gutt som var større enn de andre guttene i klassen. Når vi hadde dans som aktivitet var det ingen av jentene i klassen som kunne tenke seg å danse med han på grunn av at shortsene hans var full av svette. Jentene sendte han stygge blikk, og hvasket og tisket når han så bort. Gutten ble fryktelig lei seg på grunn av dette. Jeg kunne se at dette såret han dypt. Men han dro opp ei utrolig overbevisende maske, og fortsatte aktiviteten som at ingen ting hadde skjedd.

Lars mente at mange gutter ”tøffet seg” på ungdomskolen:

- Mange gutter skal være tøffe på ungdomskolen på grunn av puberteten og kropp. Det var en gutt i ungdomskolen som alltid måtte ”markere revir” i røffe aktiviteter som fotball, basket og kontaktaktiviteter. Han var fysisk og psykisk kjekkest i klassen. Trodde han er mye bedre enn de andre. Var mest populær blant jentene. Rakk ned på de rundt seg, for å fremheve seg selv.

Martin kunne fortelle at elever som er større enn de andre i klassen var redde for ubehagelige kommentarer:

- De som er overvektige vil ikke være med på aktiviteter der de må hoppe. Er det snakk om å hoppe over bukken skjønner alle at det ikke vil gå bra. Da velger de heller å gå og sette seg på tribunen. De som er litt store er veldig redde for å få ubehagelige kommentarer. Mange av dem er vant til at andre behandler dem på en dårlig måte. Jeg har sett jenter stå og viske i en krok og peke på elever som er store. Gutter er mer fysiske, de legger ikke noe i mellom.

I intervjuet med Martin mente han at enkelte elever bruker ulike aktiviteter i kroppsøving for å skape frykt blant andre elever:

- De tøffe guttene i kroppsøving kan finne på å skyte ballen etter de som ikke er flinke i fotball. Dette gjør de for å fremstå som tøffe ovenfor de andre i klassen. Noen gutter prøver å imponere jentene med å fremstå som barske. På denne måten skaper de frykt hos andre elever. Dette gjorde at jenter og noen gutter trekker seg unna hver gang vi hadde ballspill på ungdomskolen.

4.3 Skjuleteknikker i forhold til læreren i kroppsøving

Lars kunne fortelle at han hadde en lærer på ungdomskolen som ikke brydde seg så mye om hva elevene gjorde i kroppsøvingstimene:

- Vi hadde en lærer som ikke brydde seg så hardt om hva eleven gjorde i timene på ungdomskolen. Når læreren så vekk lå guttene og slappet av på "tjukkasen", i stede for å gjøre aktiviteter som var mere slitsomme. Dette gjorde guttene for å "tøffe seg" for jentene.

I intervjuet kunne Martin fortelle at han og kroppsøvlingslæreren ikke gikk spesielt godt overens i timene:

- På ungdomskolen møtte jeg ikke opp så veldig ofte til kroppsøvlingsundervisningen. Læreren rettet fokuset på de som drev med fysisk aktivitet på fritiden. Vi andre fikk liten oppmerksomhet. Jeg synes hinderløyper og hoppe over bukken var svært vanskelig. Når vi hadde disse øvelsene i gymmen brukte jeg å stikke av. Jeg syntes det var så ubehagelig å være med, at jeg følte at det å forlate timen var eneste utvei. Da dro jeg og gjorde andre ting.

Martin kunne fortelle at flere elever følte det samme, at læreren ikke var interessert i enkelte elever:

- Jeg syntes det ble feil når lærerne bare skal rette fokus på de elevene som er aktive på fritiden. Han var lite interessert i resten av klassen. Jeg syntes kroppsøvingen på ungdomskolen var fryktelig kjedelig. Når læreren ikke brydde seg om meg, mistet jeg fullstendig interessen for kroppsøving.

For Martin endte kroppsøvingen ofte i skuffelse:

- Når jeg ikke ville være med i en aktivitet begynte jeg og læreren å krangle fordi læreren sa at jeg måtte være med. Da sa jeg stygge ord og sprang ut. Jeg kranglet med kroppsøvingslæreren gjennom hele ungdomskolen.

Stian var lite med i kroppsøvingen på ungdomskolen:

- På ungdomskolen var jeg veldig lite med. Jeg hadde mange unnskyldninger for å slippe kroppsøving. Mange ganger "glemte" jeg gymtøy med vilje for å slippe faget. Etter hvert fikk foreldrene mine melding fra skolen om at jeg nesten aldri hadde med gymtøy. Da begynte de passe på meg om morgenen de dagene vi hadde gym. Det jeg da gjorde var å låse inn tøyet i skapet mitt, for så si at jeg hadde glemt det til læreren.

Stian brukte ulike teknikker for å komme seg unna aktiviteter han ikke likte i kroppsøving:

- En [...]unnskyldning som jeg brukte når vi skulle ha aktiviteter som jeg ikke likte, var at jeg var kvalm, og hadde vondt i hodet. Dette planla jeg dagen før. Jeg prøvde å se syk ut hele dagen, siden vi hadde kroppsøvingslæreren også i andre fag.

En annen teknikk som Stian brukte var å være med på de aktivitetene han syntes var artige i kroppsøving, for så å skade seg når det kom en aktivitet han ikke likte:

- De gangene vi hadde kanonball og elefantball som oppvarming i kroppsøvingen ville jeg gjerne være med på disse aktivitetene. Men når vi gikk fra oppvarmingen over til andre aktiviteter latet jeg som jeg ble skadet. Når læreren kikket på klokken sin visste jeg at nå skulle vi snart skifte aktivitet. Da latet jeg som jeg falt, tråkket over eller snublet i en benk.

4.4 Skjuleteknikker i forhold til vurdering i kroppsøving

Lars mente at elever som har gode karakterer i andre fag, ofte får god karakter i kroppsøving:

- De som hadde gode karakterer i andre fag, fikk god karakter i kroppsøving fordi de brydde seg. De som ikke var så gode på skolen fikk dårlig karakter i kroppsøving. De brydde seg bare ikke. De som har gode karakterer i andre fag, liker ikke nødvendigvis kroppsøving, men de gjør det de må for å være pliktoppfyllende og få en god karakter.

I intervjuet med Lise kom det fram at hun mente karakteren i kroppsøving burde fjernes:

- Jeg vil at det skal fjernes karakter i gym. Det gjør at gym ikke er artig, og skaper et press som spesielt jenter synes er svært ubehagelig. Det fører til at det blir vinnere og tapere i en

klasse. Når du ikke mestrer aktiviteter skjønner mange jenter at de får en dårlig karakter i gym. Det er svært umotiverende.

Lise fortalte at hun skulket unna en test i kroppsøving på videregående på grunn av at den inngikk i vurderingsgrunnlaget:

- Jeg skulket Cooper-testen på videregående på grunn av at den ville påvirket karakteren min negativt. Det var mange som tenkte sånn. Vi sprang testen i starten av året. Så skulle vi springe mot slutten av året. Karakteren ble satt ut i fra om tiden hadde gått opp eller ned.

Martin kunne fortelle at mange elever skulket unna Cooper-testen på ungdomskolen:

- Vi hadde Cooper-test på ungdomskolen. Da var det bare halve klassen som var med. De som visste de kom til å få dårlig karakter i kroppsøving, skulket unna testen. Noen dro og røyket, mens andre dro på butikken.

4.5 Fysisk aktivitet i folkehøgskolen

Elevenes meninger om det fysiske aktivitetstilbudet ved folkehøgskolen

I intervjuet kunne Stian fortelle at han syntes aktivitetstilbudet ved folkehøgskolen var veldig bra, og at det var mange aktiviteter å være med på. Han påpekte også at det var opp til hver enkelt elev å være fysisk aktiv. Stian mente at valgfriheten ved folkehøgskolen kunne føre til at mange elever valgte å gjøre andre ting. Valgfrihet gjorde ikke nødvendigvis at elever ble mer fysisk aktive:

- Mange driver med tv-spill, og er lite aktive på kveldstid. Hvilke venner du har ved folkehøgskolen har betydning for hvor aktiv man er.

Martin syntes også aktivitetstilbudet ved folkehøgskolen var bra. Han satte pris på uformelle aktiviteter i gymsalen med kompisgjengen:

- Tilbudet ved folkehøgskolen er bra. Elever samles uformelt og driver med aktiviteter i gymsalen. Det oppleves svært behagelig at ingen overvåker oss når vi driver på. Aktiviteten oppleves som spennende og motiverende når vi får holde på for oss selv. Det arrangeres ulike aktiviteter og vi kan skrive oss på liste om vi vil være med eller ikke. Et godt tilbud som mange elever setter stor pris på.

I intervjuet med Lars kom det fram at han ikke var helt fornøyd med styrkerommet ved folkehøgskolen:

- Det sto på nettsiden at det skulle være et styrkerom ved folkehøgskolen, men når vi kom hit var det en benkpress som var gammel og manualer som var utslitte. Jeg synes styrkerommet ved skolen er alt for dårlig. Synes det er umotiverende å trene der. Dette fører til at jeg i stede velger å gjøre andre ting.

Stian hadde samme oppfatning som Lars angående treningsutstyret på folkehøgskolen:

- Mye av treningsutstyret ved folkehøgskolen er for dårlig. Mange jenter kunne tenkt seg å trene på tredemølla, men den er gammel og utslitt. Det er mange jenter som klager over den. Mer moderne treningsutstyr ville nok påvirket mange elever til mer fysisk aktivitet. Moderne treningsutstyr er rett og slett mye mer motiverende å trene med.

Aktiviteter savnet av elever ved folkehøgskolen

Lars kunne fortelle at han ønsket seg mer konkurransepregede aktiviteter ved folkehøgskolen. Han forklarte at dette var en aktivitet som motiverte han til å gjøre sitt beste:

- Jeg skulle ønske at det var flere konkurransepregede aktiviteter her. Det er aktiviteter som gjør at jeg blir motivert, og får lyst til å gjøre mitt beste. Synes det blir vel mange aktiviteter som er leikpregede. Det er vel og bra det, men det må være alvor noen ganger og, slik at vi får mulighet til å ta i skikkelig. Kunne tenkt meg mer vinteridrett. Helst skulle det vært mer fokus på langrenn.

I intervjuet med Lise kunne hun fortelle at hun kunne ha tenkt seg å bedret kondisjonen:

- Jeg har lyst til å få bedre kondis. Jeg gjør så mange andre aktiviteter at jeg ikke får tid til å trene så mye som jeg kunne tenkt meg. Mer obligatorisk trening ville ført til at jeg ville kommet i bedre form. Da ville jeg prioritert trening fremfor mange andre aktiviteter.

Stian hadde samme oppfatning av obligatorisk oppmøte som Lise. Han mente obligatorisk oppmøte ville føre til mer aktivitet blant elevene:

- Jeg ønsker at det skulle vært noe mer obligatorisk oppmøte. Det tror jeg vil føre til mer aktivitet blant mange av elevene. Mange føler at de ikke trenger å stille opp på aktiviteter

fordi det ikke er obligatorisk. Dette går utover de andre elevene som deltar i aktiviteten. Det er mye mer givende med aktiviteter når det er 20 som deltar, i motsetning til 8.

Endring av det fysiske aktivitetsnivået etter oppstart ved folkehøgskolen

Lars mente han hadde blitt mindre fysisk aktiv etter at han startet på folkehøgskolen. Han mente at lav deltakelse gjorde at han fikk vansker med å motivere seg til fysisk aktivitet:

- Jeg har blitt litt mindre fysisk aktiv, da jeg før var med i et idrettslag. Her er miljøet så lite. Jeg hadde venner som drev med langrenn når jeg var hjemme, men her er det ingen som er villig til å bli med å trene. Lav deltakelse fører til at jeg ofte får problemer med å motivere meg. Det er lett å bli liggende foran tv-en, i stede for å dra på trening på kveldstid. Det er fort at man går seg fast i et "negativt" spor etter hvert som folkehøgskoleåret går. Har man først kommet på feil spor, er det vanskelig å snu den negative trenden.

Lise hadde samme oppfatning som Lars, at hun hadde blitt mindre fysisk aktiv etter at hun startet på folkehøgskolen:

- Jeg er mindre fysisk aktiv nå enn jeg var før jeg startet på folkehøgskolen. Det tror jeg skyldes at jeg får mulighet til å velge om jeg vil være med på andre aktiviteter som ikke inneholder fysisk aktivitet. Det blir hengt opp en plansje nede i gangen der man kan melde seg på ulike aktiviteter. Dette er et godt tilbud som mange elever benytter seg av. Helt ufarlig å delta. Bare artig og motiverende.

Martin hadde i motsetning til Lars og Lise blitt mer fysisk aktiv etter at han startet ved folkehøgskolen:

- Jeg er mye mer fysisk aktiv. Det sosiale miljøet er bra for min aktivitet. Her er det ingen som er ute etter å ta meg på noen som helst måte. Den fysiske aktiviteten er motiverende, og sammen med gode venner. Ved folkehøgskolen hjelper elevene hverandre frem. Det skaper et helt unikt miljø.

Årsaker til at fysiske aktivitetstilbud ved skolen ikke blir benyttet

Lars mente at for dårlig fasiliteter var grunnen til at han ikke benyttet seg av tilbudet ved folkehøgskolen:

- Fasilitetene er for dårlige her. Styrkerommet hadde trengt oppussing. Det er svært gammelt og derfor er det ikke noe trivelig å trene der. At utstyret er utslitt, og gjør at treningsiveren blir svært lav. Jeg har heldigvis bil slik at jeg kan kjøre dit jeg vil på ettermiddagene. Jeg mener at mer obligatorisk fysisk aktivitet hadde gjort at flere elever ville vært aktive. Det ville vært viktig at lærerne legger til rette for aktiviteter som elevene liker. Mange elever her sliter med å være fysisk aktive når de får mulighet til å velge om de vil delta eller ikke.

Hvilke tiltak må gjøres for at du skal bli mer aktiv på folkehøgskolen?

Stian påpekte at mer obligatorisk fysisk aktivitet ville vært positivt for å få flere elever aktive ved folkehøgskolen:

- For å få elever mer fysisk aktive tror jeg obligatorisk trening vil være positivt. Det er for mange elever som sitter alt for mye i ro ved folkehøgskolen. Med tanke på trendene i samfunnet, vil mer fysisk aktivitet være forebyggende. Det burde vært minimum 1 time obligatorisk aktivitet hver dag.

Martin nevner oppgradering av treningsfasilitetene ved folkehøgskolen som et tiltak for å øke treningsiveren og motivasjonen for å trene:

- Nyere og mer moderne treningsutstyr motiverer meg mer for trening. Med nyere treningsutstyr blir det mer motiverende å trene. Elevene er vant med nyere treningsutstyr fra ulike treningssentre. Det at folkehøgskolen har et gammelt styrkerom og bærer preg av å være "umoderne" og "utdatert", gjør at elevene ikke ønsker å trene på styrkerommet.

Dette kan ses i sammenheng med Lars sin uttalelse om årsaker til at fasiliteter ved folkehøgskolen ikke blir benyttet.

Lise på sin side er fornøyd med aktivitetstilbudet ved folkehøgskolen. Hun synes det er en fin avveksling å få være fysisk aktiv. Hennes valg av linjetilhørighet gjør at hun ikke finner tid til å prioritere trening på egenhånd. Hun kunne derfor ha tenkt seg en time med obligatorisk

fysisk aktivitet i uken. På denne måten hadde hun fått muligheten til trening, istedet for at hun må velge det bort fordi hun har valgt linjetilhørighet med lite fokus på fysisk aktivitet.

5. Drøfting

I følgende kapittel drøftes resultatene. Først drøftes resultatene fra hvilke strategier elever benytter seg av for å skjule vanskelige opplevelser og mistriksel i kroppsøvningsfaget, også kalt "skjuleteknikker", og årsaker til bruk av disse. Her vil årsaker og de ulike skjuleteknikkene som er identifisert i resultatdelen i oppgaven drøftes opp mot teori og tidligere studier. Deretter drøftes resultatene fra undersøkelsen som omhandler fysisk aktivitet i folkehøgskolen. Jeg vil avslutte med å drøfte resultatene fra begge delprosjektene i en sammenheng, ettersom tidligere opplevelser i kroppsøvningsfaget kan ha sammenheng med valgt aktivitetsnivå på folkehøgskolen.

5.1 Klovneri, tøysing og bagatellisering

Elevene i studien kunne i intervjuene fortelle at bruk av skjuleteknikker var et hverdagslig fenomen i kroppsøvningsundervisningen. De kunne også fortelle om ulike variasjoner av skjuleteknikker, og gi beskrivelser på fenomenet med egne erfaringer.

En av skjuleteknikkene var klovneri, tøysing og bagatellisering. Lars beskrev sin erfaring med gutter og dans i ungdomskolen som mye tull. Det er mange gutter som synes dans er en vanskelig aktivitet. Guttene prøver å skjule dette med å opptre med og "kødde" for å skjule at de ikke mestrer aktiviteten. Rosenbergs teori om selektivt valg av verdier tar utgangspunkt i at vi vil være disponert for å verdsette høyt de områdene hvor vi mener vi mestrer, og verdsette lavt de områdene hvor vi mener vi ikke gjør de så bra (Skaalvik & Skaalvik, 2005). Guttene som ikke kunne danse valgte å verdsette dans svært lavt, for ikke og "tape" ansikt ovenfor de andre elevene i klassen. Lyngstad (2010) hevder i sin artikkel at elever har behov for å tøys og være klovner fordi de ikke mestrer øvelsen de er bedt om å utføre. Det at guttene flirte bort dansen med tull, kan være en måte for å ta vare på eget selvverd. Crossley (1996) mener vi ofte iscenesetter og styrer vår samhandling med andre for å opprettholde en bestemt fasade og verdi av "selvet" eller selvverdet. Mange av guttene synes det er skummelt å danse fordi de

opplever det som vanskelig. Derfor prøver de å kamuflere dette ved og ”gå inn i en rolle” som innebærer komisk oppførsel i timen.

Lyngstad mener i artikkelen ”Ribbevegglopere” i kroppsøving at elevers tøysing blir forstått som et forsøk på å bagatellisere vanskelighetene og ta oppmerksomheten bort fra det som var vanskelig. Noe tilsvarende kom fram i min studie også, f. eks. i intervjuet med Stian. Stian mente mange gutter ”tøffer seg” for å kompensere for at de ikke kan danse.

Det er tydelig at enkelte elever utagerer når en øvelse blir for vanskelig. Det kan i enkelte tilfeller føre til at elever herjer rundt i salen, og har en oppførsel som ”bajas”. Lyngstad mener elevers tøysete oppførsel også har den dimensjonen at det er lettere å takle irttesettelse på grunn av dårlig oppførsel enn å takle oppmerksomhet på at de ikke mestrer øvelser i kroppsøving. En av konsekvensene guttene fryktet i dans var at de andre elevene skulle se at de ikke evnet aktiviteten. De valgte derfor en rolle der fokuset på prestasjonen ble lagt til siden. Gjennom ”bajas-atferd” skjulte guttene at dette var en aktivitet som de ikke mestret på noen særlig god måte.

Covington (1992) mener at en elev som har lave forventninger om å lykkes, vil primært være opptatt av å gjøre følgene av nederlag så små som mulig. Covington peker også på at en kombinasjon av stor innsats og svake prestasjoner tolkes som et tegn på at resultatene skyldes dårlige evner. Guttene som ikke kunne danse valgte liten innsats i aktiviteten dans. Dette kan ha sammenheng med at de dermed ikke hadde så mye og ”tape” i denne aktiviteten, siden de ikke gjorde så godt de kunne. Dette kan være en strategi for å begrense ”nederlaget” mest mulig. Hadde guttene vært aktive i dans med stor innsats, hadde forventningene til deres prestasjoner også økt. Da hadde dårlige evner blitt synliggjort i større grad dersom prestasjonene hadde vært svake, noe som de ikke ønsket skulle bli synliggjort. Covington mener høy innsats kan virke skremmende for elever som ikke har forventninger om å lykkes. Det var derfor tryggest for guttene å yte lav innsats i denne aktiviteten som de ikke følte de mestret.

5.2 Tøff, rå bråkete og voldsom

I intervjuene kom det frem en annen form for skjuleteknikk. Denne teknikken gikk ut på å være tøff, rå, bråkete og voldsom, og å få oppmerksomhet på dette. Elevene skildret flere eksempler på dette. Lise mente at grunnen til at mange jenter satt på benken i ”kontaktaktiviteter” var fordi guttene spilte ”ratt”.

Mead mener et sentralt moment i den symbolske interaksjonismen er at vår oppfatning av oss selv dannes indirekte, gjennom persepsjon av andres oppfatning av oss (Skaalvik & Skaalvik, 2005). Guttene ville vise at de var fysisk ”tøffe”, noe som gjorde at jentene valgte å trekke seg unna aktiviteten. Teorien til Mead peker på grunner til at enkelte gutter valgte en ”røff” oppførsel når klassen skulle ha ”kontaktaktiviteter”. Guttene var opptatt av å fremheve seg selv, og sitt eget selververd. Mead mener at vår oppfatning av oss selv dannes indirekte, gjennom hvordan andre oppfater av oss. Guttene følte derfor at de måtte spille hardt for at de andre guttene syntes de var ”tøffe”. Mead påpeker her at andre elever utgjør et ”speil” som guttene studerer seg selv gjennom. Guttene kikker på hverandre for å se hvilken type oppførsel de andre praktiserte i denne aktiviteten. Dette førte til at de tenkte at sånn må jeg også fremstå. Cooley mener det er ved å observere andres bilde av oss selv, at vi kan få en oppfatning av oss selv.

Lyngstad mener det ofte er manglende mestringsfølelse som er grunnen til denne ”røffe” atferden blant guttene. I aktiviteter der det stilles krav om fysisk styrke, motorikk og teknikk, dekker elever ofte over disse ferdighetene med å være tøff og rå (Lyngstad, 2010). Han mener videre dette blir spesielt synlig dersom det er snakk om såkalte ”kontaktaktiviteter”, det vil si aktiviteter der det er mye fysisk kontakt. Det kan være ulike grunner til at guttene praktiserer en slik oppførsel. Adferden kan skyldes sosialt press fra de andre i klassen. Enkelte elever føler også at de må hevde seg for å opprettholde den statusen som de har i gruppa. Rosenberg mener at i skolen er det elever som velger å sammenligne seg med noen få elever i klassen som er på nivå med han eller hun selv i prestasjonsnivå. Enkelte gutter har vanskeligheter med å bekjenne at de ikke klarer å gjennomføre en aktivitet på en tilfredsstillende måte. For å kompensere for dårlig utførelse kan fysisk ”råskap” likevel gi dem den statusen som de ønsker å ha i klassemiljøet. Det er bedre å spille ”hardt” for guttene enn å vise at de ikke klarer å utføre aktiviteten på en tilfredsstillende måte.

5.3 Gjøre noe annet, så de unngår det de ikke liker

I intervjuet med Lise fortalte hun at det ikke alltid var like morsomt å bytte aktivitet i kroppsøvingstimene. Lise ville heller springe i en rundløype med ei venninne enn å bytte aktivitet til fotball. Rosenberg (1979) mener i sin teori om selektivt valg av verdier at vi vil være disponert for å verdsette høyt de områdene hvor vi mener vi mestrer, og verdsette lavt de områdene hvor vi mener vi ikke gjør det så bra. Lise og venninnen hennes fikk beskjed av læreren at de skulle bytte aktivitet, men valgte å ”late” som de ikke hørte hva læreren sa. Lise og venninnen syntes det var gøy å springe i rundløypa. De koste seg med aktiviteten, samtidig som de følte at de mestret den godt. Lise og venninnen var ikke begeistret for aktiviteten fotball. Denne aktiviteten var det ofte guttene som styrte, og jentene var mer eller mindre i veien for dem. I følge Rosenberg vil vi oppsøke situasjoner og aktiviteter hvor vi blir vurdert positivt. I rundløypa kunne jentene springe og samtidig få en positiv opplevelse. Lise fortalte at de snakket sammen hele tiden, og nesten glemte at de sprang rundt og rundt. Lyngstad (2010) mener elever velger teknikker for å skjule at de ikke orker eller mestrer aktiviteter med å gjøre noe annet, som ikke nødvendigvis ikke faller helt utenfor oppgaven de hadde fått. For å slippe unna aktiviteten fotball ”latet” Lise som hun ikke hørte hva læreren sa. Hun tenkte at læreren godtar sikkert at vi løper isteden for fotballsparkingen. Lise og venninnen prøvde å forestille seg hva læreren tenkte, og fant ut at det går sikkert bra så lenge vi springer rundt og rundt. På denne måten var de ikke nødvendigvis helt utenfor oppgavene de hadde fått fra læreren.

5.4 Skader eller har vondt

En skjuleteknikk som Stian brukte var at han var skadet eller hadde vondt. Stian benyttet seg av denne teknikken for å komme seg unna aktiviteter som han ikke likte i kroppsøving. Han syntes kroppsøving var et vanskelig fag, og fant på ulike unnskyldninger for å slippe unna timene. Kaplan (1980) mener et av problemene i skolen er at elevene ikke har mulighet til å velge bort skolesituasjonen, og elevene har avgrensede valgmuligheter når det gjelder aktiviteter i skolen. Den eneste utveien som Stian så i kroppsøving var å bruke unnskyldninger som f. eks å glemme tøy, avtale med klassekompis at de skulle springe i hverandre for å bli skadet, sitte på benken og være kvalm. I følge Rosenberg (1979) kan behovet for selvbeskyttelse i skolesituasjoner få store konsekvenser for elevens motivasjon i skolen. Stian var alltid umotivert når klassen skulle ha kroppsøving. Han visste med seg selv at dette ville bli en stor nedtur. I kroppsøvingstimene følte Stian at de andre elevene var ”ute

etter han". Han var alltid den eleven de andre elevene skulle "rakke ned på" hvis de hadde behov for det. Dette gjorde kroppsøvingen uutholdelig. Rosenberg påpeker at ved å unngå personer som vurderer oss negativt slipper vi å motta den negative vurderingen, og beskytter derved vårt selvværd. Stian startet så tidlig som i barneskolen å finne på "teknikker" for å komme seg unna faget. Han "skadet seg" med vilje i aktiviteter som han ikke likte. For å "finte ut" læreren valgte han å være med de siste fem minuttene av timen, slik at læreren skulle få en følelse av at han egentlig ville være med. Stian gjorde dette bevisst for at læreren ikke skulle gjennomskue at han ikke hadde lyst til å være med. Deretter latet han som han ble oppriktig lei seg når timen var over. Da brukte han å gå bort til læreren å spørre om timen virkelig allerede var over. Stian påpekte at han prøvde å lure læreren i aktiviteter han ikke likte. Når det ble byttet aktivitet kunne det bli artig å være med igjen. I følge Lyngstad (2010) kan elevens skjuleteknikker ofte være situasjonsbetinget. Skjuleteknikker kan derfor variere avhengig av hvilket innhold som elevene møter i kroppsøvingstimene, og hvilke situasjoner de møter. At enkelte elever tar i bruk skjuleteknikker, behøver derfor ikke være en generell tilbøyelighet, men noe som utløses av ulike situasjoner og aktiviteter (Lyngstad, 2010).

5.5 Ikke deltagelse

En skjuleteknikk som ble mye brukt for å unngå negative opplevelser i kroppsøvingen på ungdomskolen, var at de hadde glemte gymsøkk eller skulle til tannlegen og de kunne derfor ikke være med i kroppsøvingstimen. De valgte å snakke usant for å slippe å delta, noe som var planlagt i forkant av aktiviteten. De negative opplevelsene elevene forsøkte å unngå var basert på redsel for negative kommentarer på deres kropp og utførelse av aktivitet. I følge Mead (1974) er det et viktig poeng at mennesket etter hvert blir i stand til å forutsi andres reaksjoner på atferden sin, eller til å vurdere sin egen atferd fra en annens perspektiv. Ved å sitte på benken, eller henviser til andre avtaler, valgte de heller å få kommentarer på hvorfor de ikke deltok istedet for å få kommentarer på prestasjon og kropp. Ofte var dette jenter med negativt kroppslig selvbilde i forhold til fysisk aktivitet. Flere av informantene kunne fortelle at "ikke deltagelse" i form av skulking av kroppsøvingstimer forekom ofte når det skulle foretas fysiske tester. Her var det spesielt jenter som valgte å skulke aktiviteten istedet for å delta på testen. Dette gjorde de fordi de syntes det var ubehagelig å bli målt opp mot og sammenlignet med andre i klassen. Covington (1992) mener at en elev som har lave forventninger om å lykkes, vil primært være opptatt av å gjøre følgene av nederlag så små som mulig. Disse som valgte å skulke unna hadde ingen forventninger om å gjøre det bra på testen sett i forhold til andre i klassen, og dermed valgte ikke å yte innsats i det hele tatt. Enkelte jenter snakket

sammen før testen som gjorde at flere skulket sammen. På denne måten ble terskelen lavere for å skulke unna testen. Under intervjuene fortalte flere informanter at de ikke ”orket” eller ”giddet” å være med på aktiviteten fordi den var kjedelig. Det ble videre avdekket at den egentlige grunnen for at de ikke deltok var redselen for å mislykkes og dermed få negative tilbakemeldinger fra lærer og medelever.

5.6 Passivitet

Lars kunne fortelle om elever som tok en passiv rolle under aktiviteter. Disse elevene var pliktoppfyllende og deltok selv om de mistrikket med aktiviteten. Ved å innta en passiv rolle unngår man å tiltrekke seg oppmerksomhet i aktiviteten. Ønsket for disse elevene var å være ”usynlig”, å komme seg gjennom timene uten å være mye involvert i aktiviteten. Lars fortalte at når det var dans som aktivitet valgte enkelte gutter å stå bakerst i salen. Dette gjorde de for at andre elever ikke skulle legge merke til at de hadde dårlig koordinasjon. De elevene som inntar en passiv rolle i kroppsøvingstimene og holder seg i bakgrunnen under aktiviteten, blir av Lyngstad (2010) karakterisert som ”ribbeveggløpere”. Disse elevene vil vise at de er pliktoppfyllende og utfører oppgavene som læreren gir. I timene ønsker elevene framfor alt å ikke tape ansikt, verken overfor lærere eller medelever. Såkalte ”ribbeveggløpere” velger å delta selv om de ikke trives med aktiviteten. Goffman(1959) viser til at man ofte iscenesetter og styrer samhandlingen med andre for å opprettholde en bestemt fasade og verdi av ”selvet” eller selvverdet, og hvordan man konstruerer "backstage-områder" utenfor den sosiale arenaen man opptre på, hvor man kan tillate seg å slippe fasaden. De passive elevene velger ”minste motstands vei” ved å delta og gjøre som læreren sier, og unngår ubehagelige tilbakemeldinger på at de ikke behersker aktiviteten. De vil framstå ovenfor medelever og lærere som at de trives i kroppsøvingstimene, noe som ikke stemmer overens med sin egen private refleksjon. Denne private refleksjonen forekommer bak ”kroppsøvingsscenen” der de kan føle på hvordan de egentlig har hatt det. Når det var fotball som aktivitet kunne Lise fortelle at hun hadde observert at en av guttene i klassen ikke trivdes med aktiviteten, men valgte å være med fordi han ville framstå som at han likte fotball som resten av guttene.

5.7 Sammenfatning del 1

Skjuleteknikker i kroppsøvingstimene som er identifisert i intervjuene med informantene viser at de oppstår i forbindelse med at elevene har følt seg ubekvem i ulike aktiviteter. Resultatene antyder og en forskjell mellom jenter og gutter i bruk av skjuleteknikker. Gutter er redde for å tape ansikt overfor medelevene i klassen, og velger skjuleteknikker som klovneri, tøysing eller tøff og voldsom atferd eller å late som de ikke bryr seg om aktiviteten, i stedet for å vise at de ikke har evnene som skal til for å mestre aktiviteten. Å late som de er skadet eller har vondt er også en skjuleteknikk de benytter seg av for å slippe og være med på ulike aktiviteter. Dette er aktiviteter de ikke liker eller føler de mestrer. For jentene i undersøkelsen er at de benytter skjuleteknikker for er det om å gjøre og komme seg unna aktiviteten når guttene oppleves som voldsomme. De foretrekker å gjøre andre ting, hvis dette gis som mulighet. Jenter er ofte redde for fysisk sterke gutter i kontaktaktiviteter. Kroppsøvingen oppleves skremmende for mange jenter slik at de velger og ikke delta.

5.8 Fysisk aktivitet i folkehøgskolen

Undersøkelsen til Moa, Lyngstad og Løvmo (2011) kartla elevenes deltakelse i fysiske aktiviteter ved en folkehøgskole. Undersøkelsen ga et bilde på aktivitetsnivået blant de internatboende elevene. Formålet med undersøkelsen var å se på det totale aktivitetsnivået ved skolen, samt å kartlegge andelen inaktive elever. Som en oppfølging av denne studien gjennomførte jeg semi-strukturerte intervju med fire folkehøgskoleelever.

Resultatene i elevundersøkelsen til Moa, Lyngstad og Løvmo viste at ballspill i skolens gymsal var en aktivitet som skilte seg ut for elevene som var inaktive ved folkehøgskolen. Dette var en lavterskelaktivitet som kunne tilrettelegges gjennom at gymsalen var åpen på kveldstid. I intervjuet med eleven Martin påpekte han at aktivitetstilbudet ved folkehøgskolen var bra. Han satte pris på uformelle aktiviteter i gymsalen med kompisgjengen. Han syntes ballspill var en behagelig aktivitet når ingen overvåket dem når de var fysisk aktive. Martin syntes ballspill var spennende og motiverende når elevene fikk være aktive på sine egne premisser. Resultatene i undersøkelsen til Moa m.fl viste at inaktive elever syntes at aktiviteter tilrettelagt gjennom åpen gymsal traff et bredt utvalg av elevene, uavhengig av interessefelt. Resultatene viste også at ballaktiviteter kan være en del av et valgfagtilbud, men fungerer også ofte etter innfallsmetoden der en gruppe elever samles på kort varsel for

uformell aktivitet. For Martin var uformell aktivitet avgjørende for at han skulle være fysisk aktiv. I intervjuet fortalte han om at kroppøvingen i ungdomskolen hadde vært vanskelig for han. Der hadde hans forhold til læreren ført til at Martin sjelden var med i kroppøvingstimene. Han syntes derfor det var svært befriende at ingen ”overvåket” det fysiske aktivitetsnivået hans ved folkehøgskolen. Stian mente at valgfrihet ved folkehøgskolen kunne føre til at mange elever valgte å gjøre andre ting. Valgfrihet gjorde ikke nødvendigvis at elever ble mer fysisk aktive. Han pekte på at mange elever valgte å drive med tv-spill, og var lite fysisk aktive på kveldstid. I undersøkelsen til Moa m.fl viste resultatene at det er viktig for internatboende elever å opprettholde deres mulighet for fysisk aktivitet både på skolen og i fritiden. Resultatene viste at det er sentralt å tilrettelegge for allsidig bruk av skolens anlegg og motivere for aktiv deltakelse for elevene på fritiden, samt drive holdningsskapende arbeid opp mot sammenhengen fysisk aktivitet og elevers ansvar for egen helse.

I intervjuet med Lise kunne hun fortelle at hun kunne ha tenkt seg å bedre kondisjonen sin. Hun mente grunnen til at hun ikke var mer fysisk aktiv ved folkehøgskolen var fordi det var så mange andre ting å holde på med. Lise påpekte at mer obligatorisk fysisk aktivitet ville vært positivt for hennes aktivitetsnivå. Resultatene i undersøkelsen til Moa m.fl viste at flertallet av elevene som var inaktive, gjerne ønsket å øke sitt fysiske aktivitetsnivå ved folkehøgskolen. Et av tiltakene som kom frem i undersøkelsen var å innføre fysisk aktivitet jevnlig på alle skolens linjer, ikke bare idrettslinjene. Stian hadde samme oppfatning av obligatorisk fysisk aktivitet som Lise. Han mente obligatorisk oppmøte på aktiviteter ville føre til at mer fysisk aktivitet blant elevene. Stian mistenkte at mange elever som var inaktive ved folkehøgskolen følte at de ikke trengte å delta i mange aktiviteter. Ofte gikk disse elevene ved linjer der det ikke var mye fokus på fysisk aktivitet. Stian mente det ikke var så givende å være fysisk aktiv ved folkehøgskolen når det var lav deltakelse i aktiviteter.

I intervjuet med Lars mente han at det fysiske aktivitetsnivået hans hadde gått ned etter at han startet ved folkehøgskolen. Han pekte på at lav deltakelse i aktiviteter gjorde at han fikk problemer med å motivere seg for fysisk aktivitet. Lars påpekte også at han hadde gått seg inn i et ”negativt” spor for fysisk aktivitet ved folkehøgskolen. Han mente at denne negative trenden var vanskelig å få snudd. Resultatene i undersøkelsen til Moa m.fl viser at det er viktig at elevene som bor på internat ved skolen opprettholder det fysiske aktivitetsmønsteret gjennom folkehøgskoleåret. Resultatene i undersøkelsen viser også at det er sentralt å tilrettelegge for allsidig bruk av skolens anlegg.

I intervjuet med Lars kom det fram at han ikke var helt fornøyd med styrkerommet ved folkehøgskolen. Han mente det var i dårlig forfatning, noe som gjorde det umotiverende å trene der. Dette førte til at Lars valgte å gjøre andre ting enn å trene. Stian hadde samme oppfatning som Lars angående styrkerommet på folkehøgskolen. Han mente mer moderne treningsutstyr ville ført til at flere elever ville vært mer fysisk aktive. Resultater fra spørreundersøkelsen viser at 90 % av elevene svarer at de ikke benytter seg av styrkerommet ved folkehøgskolen. Uttalelser fra elever tyder på at flere opplever styrkerommet som ekskluderende, fordi det ofte er ”sterke gutter” som driver med styrketrening der. Et av tiltakene folkehøgskolen har gjort for å tilrettelegge for at flere elever skal benytte seg av rommet er å tilby to styrkerom. På denne måten blir de ulike apparatene spredd i to avdelinger, noe som forhåpentligvis fører til at et bredere utvalg av elevene benytter seg av styrketrening.

Resultatene fra undersøkelsen viser at det er et ønske blant de inaktive elevene om å være mer fysisk aktive. Mange av elevene som ikke er så aktive foretrekker et uformelt aktivitetstilbud, slik som åpen gymsal på kveldstid. Dette er et tilbud som kan bidra til at de blir mer fysisk aktive, samtidig som at de ikke føler seg overvåket av noen. Flere av elevene som er inaktive ved folkehøgskolen har hatt et anstrengt forhold til fysisk aktivitet før de startet på folkehøgskolen. Dette blir mer synlig når mange elever skal være aktive sammen, og at situasjonen gjør at fokus blir rettet mot en arena hvor de føler seg ubekvem. De blir dermed påminnet negative opplevelser og erfaringer fra kroppsøvingstimene i grunnskolen og i den videregående skolen.

5.9 Valgfrihet og obligatorisk fysisk aktivitet i folkehøgskolen og kroppsøving i skolen

Spørsmålet om fysiske aktiviteter skal være obligatorisk eller med en grad av valgfrihet, er tema som går igjen både i den første delen av oppgaven om skjuleteknikker og fysisk aktivitet i folkehøgskolen.

I grunnskolen og den videregående skolen er kroppsøving obligatorisk. Som identifisert i intervjuene med elevene kan obligatoriske aktiviteter føre til at elevene trekker seg unna. I neste omgang kan dette føre til at elever utvikler en negativ holdning til kroppsøvingsfaget og

benytter seg av skjuleteknikker. For å ufarliggjøre kroppsøvfingsfaget og sikre bred deltakelse kan grad av valgfrihet gjøre at det blir enklere for en del elever å delta. Resultater fra intervjuene viser at en del av elevene synes at kroppsøvfingsfaget er sterkt preget av lite valgfrihet, noe som gjør at de føler seg tvunget til å være med og gjør at faget oppleves som lite lystbetont. Ved å åpne for flere valg i kroppsøvfingsfaget kan det føre til at flere elever mestrer aktiviteter og synes det er motiverende å delta. Grad av valgfrihet innenfor kroppsøvfingsfaget kan føre til at elever slipper å benytte seg av skjuleteknikker, da de kan velge bort vanskelige aktiviteter med aktiviteter som de mestrer. Med valgfrihet vil det kreve mer av kroppsøvfingslæreren i forhold til planlegging, gjennomføring, tilrettelegging og evaluering av elevenes fysiske aktivitet i timene. Et sentralt spørsmål og utfordring i den forbindelse vil være hvordan valgfriheten i timen skal gjennomføres mest hensiktsmessig. Dette er ikke belyst i dette forskningsprosjektet, men kan være gjenstand for videre studier.

I folkehøgskolen viser resultatene fra intervjuene at elevene ønsker både obligatoriske aktiviteter og valgfrie aktiviteter. Det kommer fram at elever ønsker ikke-obligatoriske aktiviteter som eksempelvis uformelle aktiviteter i gymsal. Dette er aktiviteter hvor de ikke føler seg overvåket av en lærer, men heller drives av eget initiativ fordi fysisk aktivitet er gøy. I intervjuene kom det fram at en elev som tidligere syntes kroppsøvfingstimene i skolen hadde vært svært vanskelig, hadde fått nytt syn på fysisk aktivitet etter at han startet på folkehøgskolen. Dette skyldtes at de nå på folkehøgskolen fikk mulighet til å drive med uformelle fysiske aktiviteter der ingen overvåket dem. Dette appellerer til de minst fysisk aktive som ønsker minst mulig prestasjonspress i aktivitetene. En av ulempene med valgfrihet ved fysisk aktivitet i folkehøgskolen er stor deltakelse i starten av skoleåret når elevene er pliktoppfyllende. Men underveis i skoleåret prioriterer elevene andre aktiviteter som tv og tv-spill, i stedet for å være fysisk aktive. Det fører til at de som er fysisk aktive mister motivasjon da oppslutningen rundt de fysiske aktivitetene blir liten. De som er fysisk aktive i utgangspunktet ønsker mer konkurransepregede aktiviteter. Men slike aktiviteter skremmer bort de fysisk inaktive og blir dermed lite benyttet i folkehøgskolen. Dette kan føre til at de fysisk aktive elevene blir lei av leikpregede aktiviteter, da de også ønsker mer konkurransepregede aktiviteter.

6. Avslutning

I denne mastergradsoppgaven har jeg belyst skjuleteknikker i kroppsøving ved hjelp av intervjudata fra elever som selv har erfart skjuleteknikker i skolen, enten ved at de selv har brukt dette eller sett andre har gjort det, og sett nærmere folkehøgskoleelevers forhold til fysisk aktivitet ved en folkehøgskole. Ved bruk av individuelle intervjuer er det innhentet datamateriale som beskriver elevers opplevelser og erfaringer fra grunnskolen og den videregående skole i et retrospektivt perspektiv. Samtidig har jeg fått fram elevers meninger om aktivitetstilbud, årsaker til deltakelse eller ikke-deltakelse i aktivitetstilbudene og hva som må til for å skape aktivitet ved en folkehøgskole. Datamaterialet fra intervjuene er analysert og drøftet opp mot relevant teori knyttet til de problemstillingene som ligger til grunn for studien.

Resultatene fra studien viser at elevene benytter seg av ulike skjuleteknikker i kroppsøvingstimene. Det ble identifisert flere strategier som elever benytter seg av for å skjule vanskelige opplevelser og mistriivsel i kroppsøvingfaget. Undersøkelsen til Lyngstad (2010) belyser ulike skjuleteknikker som lærerne har avdekket i kroppsøvingundervisningen. Min studie har belyst skjuleteknikker ut i fra elevers erfaringer og opplevelser i kroppsøvingstimene, og resultatene i min studie er i stor grad sammenfallende med beskrivelsene fra lærernes ståsted som beskrevet i undersøkelsen til Lyngstad (2010). Men det er kommet fram noen nyanseringer. Min studie viser f. eks. ”passivitet” og ”ikke deltakelse” som nye former for skjuleteknikker blant elever. Studien antyder også at guttene benyttet seg av andre typer strategier enn jentene. Guttene var mest opptatt av å ikke tape ansikt overfor medelevene sine og skjule manglende evner med dårlig innsats. Dette kan være en måte for å ta vare på eget selvvverd, ved å opprettholde en bestemt fasade i samhandling med andre (Crossley,1996). Jentene benyttet seg av strategier for å unngå tøffe og ubehagelige aktiviteter med guttene på grunn av redsel for guttenes fysiske ”råskap” i fellesaktiviteter. Resultatene tyder på at obligatoriske aktiviteter med lite valgfrihet i kroppsøvingen, fører til at elever benytter seg av skjuleteknikker for å komme seg unna vanskelige situasjoner. Mer valgfrihet i kroppsøvingstimene kunne ha ført til at elever hadde sluppet å benytte seg av skjuleteknikker, fordi de kunne ha valgt en aktivitet som de hadde mestret. Spesielt i kontaktaktiviteter med ”røft” ballspill tyder resultatene på at det kunne vært hensiktsmessig med kjønnsdeling i aktivitetene. I denne typen aktiviteter viser resultatene at noen av jentene føler at guttene blir så fysisk tøffe at det virker skremmende, og velger å være tilskuer fra benken i stedet for å delta. Det ville videre vært interessant å få en dypere innsikt i kjønnsproblematikken i

forbindelse med skjuleteknikker i kroppsøving. Dette er et område der det er gjort lite forskning, og dette ville det vært interessant og se videre på.

Oppgaven har i tillegg undersøkt elevers erfaringer, mening og synspunkter på fysisk aktivitet og trening i folkehøgskolen og hvordan ulike tiltak påvirker elevers deltakelse i fysiske aktiviteter i folkehøgskolen. De som i utgangspunktet er fysisk aktive ønsker obligatoriske fysiske aktiviteter slik at deltakelsen blir størst mulig, noe de synes er svært motiverende. De elevene som er fysisk inaktive ønsker derimot valgfrihet slik at de selv kan bestemme omfang og hyppighet på fysiske aktiviteter ved folkehøgskolen. Resultatene fra intervjuene tyder på at elever som er fysisk inaktive har behov for å ha kontroll over den fysiske aktiviteten de skal delta i. De har tidligere følt seg presset til slike aktiviteter på grunn av at det tidligere har vært obligatoriske aktiviteter i grunnskolen og i den videregående skolen. Studien viser at det er utfordringer for folkehøgskolen når det gjelder å forene ønskene til de aktive og inaktive elevene. For å legge til rette for økt fysisk aktivitet blant de inaktive kan det være hensiktsmessig å innføre et tiltak med én time obligatorisk fysisk aktivitet i uka der de har valgfrihet mellom noen utvalgte aktiviteter. Dette kan bidra til at de minst fysisk aktive opplever trygghet på en fysisk aktiv arena, noe som kan ha vært mangelfullt tidligere i kroppsøvingen i skolen. De blir utfordret til å delta på aktivitetene, samtidig som de ved å ha valgfrihet opplever en viss trygghet og kontroll. Det vil være avgjørende at lærerne ufarliggjør og tilrettelegger for disse aktivitetene, slik at de når frem til den målgruppen de har et ønske om å nå. Dette tiltaket kan også være en del av tilretteleggingen for de som er fysisk aktive, ved at de får mulighet for konkurransepregede aktiviteter gjennom den obligatoriske timen i uka. Ved at elevene opplever trygge rammer med god tilrettelegging og følelse av valgfrihet i den obligatoriske timen, kan det være mulighet for at flere deltar på konkurransepregede aktiviteter.

Litteratur

Andrews, R.J. (1966). "The self-concept and pupils with learning difficulties." *Slow Learning Child*, 13, 47-54.

Andrews, T. & Johansen, V (2005). *Gym er det faget jeg hater mest*. Norsk Pedagogisk Tidsskrift, årgang 89, 302 - 314.

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Cooley, C.H. (1964). *Human Nature and the Social Order*. New York: Schocken Books Inc.

Covington, M.V. (1992). *Making the grade. A self-worth perspective on motivation and school reform*. New York, Cambridge University Press.

Crossley, N. (1996). Intersubjectivity. *The fabric of social becoming*. London: Sage publications.

Hansen, K. (2005). *Evaluering Aktiv Oppvekst – Nordlandsprosjektet*. Høgskolen i Nesna.

Imsen, Gunn (2006): *Lærerens verden 3.utgave – Innføring i generell didaktikk*. Universitetsforlaget

Jacobsen, E. B., Moser, T., By, I.-Å., Fjeld, J.B., Gundersen, K.T. & Stokke, R. (2001). *L97 og kroppsøvingfaget – fra blå praktbok til grå hverdag? – Lærernes erfaringer knyttet til den nye læreplanen i kroppsøving*. Hovedrapport 1. Tønsberg: Høgskolen i Vestfold.

Kaplan, H. B. (1980). *Deviant Behavior in Defence of Self*. New York: Academic Press.

Kvale, S. (1997). *Det Kvalitative Forskningsintervju*. Oslo: Ad Notam Gyldendal Norsk Forlag

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009): *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo. Gyldendal Akademisk.

Kunnskapsdepartementet og utdanningsdirektoratet. (2006). *Læreplanverket for Kunnskapsløftet*.

- Lyngstad, I. (2010) ”Ribbeveggløpere i kroppsøving”. I Guldal, T., Dons, C. F., Sagberg, S., Solhaug, T. & Tromsdal, R.: *FoU I Praksis*. Rapport fra konferanse om praksisrettet FoU i lærerutdanning. Trondheim. Tapir akademisk forlag. 151-162.
- Lyngstad, I. (2010). Bevegelsesgleden i kroppsøving. I: Nygård, M. & Stene, M.: *Forskning Trøndelag – 2010*. Trondheim. Tapir Akademisk forlag.
- Mead, G. M. (1974). *Medvetande, jaget och samhället*. Stockholm: Argos forlag.
- Moa, I., Lyngstad, I. & Løvmo, V. (2011): Internatliv - preget av "brakkesyke" eller aktivitet? Presentasjon av en elevundersøkelse ved Namdals Folkehøgskole. *Folkehøgskolen*, 107, 5. 8-10.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York: Basic Books.
- Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2005). *Skolen som læringsarena; selvoppfatning og motivasjon og læring*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Skaalvik, E.M. (1989). *Verdier, selvoppfatning og mental helse*. En undersøkelse blant elever i videregående skole. Trondheim: Tapir.
- Snygg, D. og Combs, A. W. (1949). *Individual behavior, a new frame of reference for psychology*. New York: Harper & Row.
- Stortingsmelding nr. 16 2002-2003: *Resept for et sunnere Norge*. Folkehelsepolitikken. Helsedepartementet. Oslo.
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse. En innføring i kvalitativ metode*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Thomas, J.R., Nelson, J.K., & Silverman, S.J. (2005). *Research methods in physical activity*. 5th Ed. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Tice, D.M. (1993). “*The social motivations of people with low self-esteem*”, I Baumeister, R.F. (red.): *Self-esteem. The puzzle of low self-regard*. New York: Plenum Press.
- Yamamoto, K. (1972). *The Child and his Image*. Boston, MA: Houghton Mifflin Company.
- Ystgaard, M. (1993). *Sårbar ungdom og social støtte. En tilnærming til forebygging av psykisk stress og selvmord*. Rapport nr.1/93. Oslo: Senter for sosialt nettverk og helse, Ullevål Sykehus.

Widerberg, K. (2001). *Historien om et kvalitativt forskningsprosjekt*. Oslo:
Universitetsforlaget.

Vedlegg 1: Informasjonsskriv

Jeg er masterstudent i kroppsøving ved Høgskolen i Nord-Trøndelag og holder nå på med den avsluttende masteroppgaven. Temaet for oppgaven er elevers erfaringer fra kroppsøvfingsfaget i skolen. Jeg ønsker å studere hvilke strategier elever benytter for å skjule vanskelige opplevelser/mistrivsel i kroppsøvfingsfaget (skjuleteknikker). Denne delen av intervjuet foregår med et tilbakeblikk på kroppsøvfingsundervisningen i både grunnskole og videregående opplæring. Andre hovedtema er fysisk aktivitet i folkehøgskolen. Jeg ønsker her å studere folkehøgskoleelevers forhold til fysisk aktivitet. Bakgrunnen for denne delen av undersøkelsen er et ønske om å legge til rette for et aktivitetstilbud som oppleves positivt og inspirerer elevene ved den lokale folkehøgskolen til å delta i fysisk aktivitet.

Datainnsamlingen er lagt opp slik:

Individuelle intervjuer som tas opp på digital lydfil og som gjennomføres ved hjelp av intervjuguide. Jeg vil intervju 4 personer. Intervjuguiden er bygd opp rundt undersøkelsens hovedtemaer. Intervjuene transkriberes, bearbeides og fortolkes av meg. Tidspunkt: onsdag 18. januar 2012, etter nærmere avtale. Intervjuet gjennomføres ved [...].

Intervjudata vil bli brukt i min mastergradsoppgave i kroppsøving ved Høgskolen i Nord-Trøndelag. Foreløpig titler på oppgavene: Elevers skjuleteknikker i kroppsøvfingsfaget og fysisk aktivitet i folkehøgskolen. Data kan også bli brukt i senere publikasjoner som bygger på denne undersøkelsen.

Alt i alt deltar 4 personer i undersøkelsen. Data behandles konfidensielt. Det er frivillig å delta, og den som deltar kan når som helst å trekke seg ut uten å oppgi grunn. Til orientering vil det transkriberte datamaterialet ikke inneholde direkte eller indirekte personidentifiserende opplysninger. Lydfilen slettes ved prosjektslutt 01.06. 2013 og datamaterialet vil da være anonymisert.

Samtykkeerklæring:

Jeg har mottatt informasjonsskriv om studien og ønsker å stille på intervju.

Signatur

Telefonnummer

Med vennlig hilsen
Ola Aune
Frydenlundgate 17
7650 Verdal

Vedlegg2: Intervjuguide

Intervjuguide- Semistrukturert individuelt intervju

Innledning:

- Presentasjon av meg selv.
- Hensikten med intervjuet: NB å vinne kunnskap.
- Tema: Skjuleteknikker. Fysisk aktivitet i Folkehøgskolen.
- Minne informanten om min taushetsplikt (+ Lydbånd)
- Minne informanten på at en når som helst kan trekke seg.

Kan du si litt om deg selv og dine interesser?

- Fritidsinteresser/ aktiviteter?
- Hvordan har du det på skolen?/ Har du mange venner som du er sammen med på fritiden?
- Føler du deg trygg til å være deg selv når du er sammen med vennene dine på skolen?
- Driver du med fysisk aktivitet på fritiden/ Hvor ofte trener du?

Innholdet i kroppsøving:

Hvordan opplevde du innholdet i kroppsøvingstimene i barneskolen og ungdomskolen?

- Har innholdet i timene forandret seg? Var det flere leikpregede aktiviteter i barneskolen? Har du sett elever som har benyttet seg av skjuleteknikker når en aktivitet oppleves som vanskelig?
- Har innholdet i timene mer fokus på prestasjoner i ungdomskolen? Gjør fokus på prestasjoner det vanskeligere å være med i timene? Er dans en aktivitet der gutter benytter seg av skjuleteknikker for ikke å tape ansikt?
- Hvilke ”unnskyldninger” bruker du for å unngå en aktivitet som du ikke liker?
- Planlegger du før timen hvordan du skal unngå aktiviteten? Vet du om flere elever som ”planlegger” hvordan de skal unngå aktiviteter?

- Hva gjør du når en aktivitet er så vanskelig at du ikke tror du klarer den?
- Hvilke aktiviteter tror du dine medelever opplever som vanskeligst av leik, ballspill friidrett og dans?
- Hvordan skjuler medelever at de ikke ”klarer” en aktivitet?
- Prøver du å skjule for dine medelever at en aktivitet er vanskelig?

Arbeidsmåter i kroppsøving:

- Har lærerens valg av undervisningsmetoder i kroppsøving betydning for elevers bruk av skjuleteknikker i undervisningen? Er det undervisningsmetoder som fører til hyppigere bruk av skjuleteknikker enn andre? Hvilke?
- Mener du at lærere tar utgangspunkt i elevers ulike forutsetninger når de velger arbeidsmåter i undervisningen? Har du sett elever som benytter seg av skjuleteknikker fordi de ikke får til ulike arbeidsmåter?
- Kan konkurranse være en organiseringsform som fører til at enkelte elever benytter seg av skjuleteknikker i undervisningen? Hvorfor?

Vurdering i kroppsøving:

- Fører karakteren i kroppsøving til at elever benytter seg av skjuleteknikker i undervisningen? Har du opplevd at dine medelever ikke gjennomfører øvelser i kroppsøvingen fordi de er redde for at utførelsen skal virke negativt på karakteren?
- Hva velger de eventuelt å gjøre i stede for øvelsen som de skal gjøre?
- Har du benyttet deg av skjuleteknikker fordi du tenkte at en dårlig utførelse av en øvelse kunne virke negativt inn på karakteren i faget?
- Kan tilbakemeldinger fra lærer være grunn til at elever velger å benytte seg av skjuleteknikker i undervisningen? På hvilken måte?

Sosialt miljø:

- Hvilken betydning har klassemiljøet for bruk av skjuleteknikker i kroppsøvingsundervisningen?
- Er skjuleteknikker mest brukt i barneskolen eller i ungdomskolen? Hva er grunnen?

- Har relasjon/ forhold til medelever i kroppsøving betydning for om elever bruker skjuleteknikker? Er det elever som har liten sosial krets som bruker skjuleteknikker mest? Hvorfor?
- Er det sammenheng mellom hvor populære elever er sosialt i vennegjengen, og bruk av skjuleteknikker i undervisningen?
- Prøver du å gjemme deg bort i enkelte aktiviteter i timene? Hvilke aktiviteter skjer dette? Hva er grunnen til at du skjuler deg?
- Er kommentarer fra lærer/medelever noe av grunnen til at elever bruker skjuleteknikker?

Læreren i kroppsøving:

- Relasjoner/forhold til lærer. Har lærerens tro på deg betydning for bruk av skjuleteknikker i undervisningen?
- Kan det være sammenheng mellom hvordan læreren behandler elevene og bruk av skjuleteknikker i undervisningen? Har du opplevde at elever har kommet på kant med læreren fordi de har brukt skjuleteknikker i kroppsøvingstimene?
- I hvilke situasjoner?
- Behandler lærere elevene på en rettferdig måte?
- Var det elever som fikk mindre oppfølging/ negativ tilbakemelding som benyttet seg av skjuleteknikker?
- Har lærere i kroppsøving like mye fokus på alle elevene i timene? Er det elever som får lite oppmerksomhet fra læreren som velger å bruke skjuleteknikker?
- Har lærerens oppførsel (lærerrollen) betydning for om elever bruker skjuleteknikker eller ikke?

Fysisk aktivitet i folkehøgskolen

- Hva synes du om det fysiske aktivitetstilbudet på folkehøgskolen?
- Aktiviteter du savner/ønsker mer av?
 - Konkurranspregete aktiviteter – idretter
 - Friere aktivitetsformer – lek/turer

- Hvilke interesser har du?
- Hvordan vil du beskrive din deltakelse/forhold til fysisk aktivitet på folkehøgskolen?
 - Er du mer/mindre fysisk aktiv nå enn tidligere?
 - Hva er grunnen til at du er blitt mer/mindre fysisk aktiv?
- Hva skal til/hvilke tiltak må gjøres for at du fortsatt skal være fysisk aktiv under ditt år på folkehøgskolen?
 - Hvordan kan skolen legge til rette for fysisk aktivitet for deg?
- Hva er viktig for deg dersom du skal øke ditt fysiske aktivitetsnivå?
 - Hva kan gjøres for at du skal bli mer fysisk aktiv?
 - Hvordan endre en negativ trend?
- Hva er grunnen til at du ikke benytter deg av mulighetene på folkehøgskolen?
 - Har det noe med utstyret/ treningsklær/garderobeforhold å gjøre?
 - Mer tilrettelagt trening?
 - Tidspunktet for trening – i skoletid eller etter skoletid?
- Hvordan kan folkehøgskolen legge til rette for økt fysisk aktivitet?

Avslutning

- Hvordan har det vært og snakket om disse temaene?
- Er det noe mer du vil fortelle om skjuleteknikker eller fysisk aktivitet i folkehøgskolen som vi ikke har snakket om enda?

Vedlegg 3: Svarbrev fra Personvernombudet

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Harald Hårfages gate
N-5007 Bergen
Norway
Tlf: +47-55 58 21 1
Fak: +47-55 58 96 1
nsd@nsd.uib.no
www.nsd.uib.no
Org nr. 985 321 88

Idar Lyngstad
Avdeling for lærerutdanning
Høgskolen i Nord-Trøndelag
Røstad
7600 LEVANGER

Vår dato: 20.01.2012

Vår ref: 28991 / 3 / AH

Deres dato:

Deres ref:

KVITTERING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 09.12.2011. Meldingen gjelder prosjektet:

28991	<i>Kroppsvøving i skolen og fysisk aktivitet i folkehøgskolen.</i>
Behandlingsansvarlig	<i>Høgskolen i Nord-Trøndelag, ved institusjonens øverste leder</i>
Daglig ansvarlig	<i>Idar Lyngstad</i>
Student	<i>Ola Aune</i>

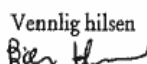
Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstillere kravene i personopplysningsloven.

Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i melde skjemaet, korrespondanse med ombudet, eventuelle kommentarer samt personopplysningsloven/-helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, http://www.nsd.uib.no/personvern/forsk_stud/skjema.html. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://www.nsd.uib.no/personvern/prosjektoversikt.jsp>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 01.06.2013, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Vigdis Namtvedt Kvalheim


Åsne Halskau

Kontaktperson: Åsne Halskau tlf: 55 58 89 26
✓ Vedlegg: Prosjektvurdering
✓ Kopi: Ola Aune, Frydenlundgate 17, 7650 VERDAL

Avdelingskontorer / District Offices:

OSLO: NSD Universitetet i Oslo, Postboks 1047 Blindern, 0316 Oslo, Tlf: +47 22 02 22 11

Personvernombudet for forskning



Prosjektvurdering - Kommentar

Prosjektnr: 28991

Prosjektets formål er å se på elevers erfaringer fra kroppsøvfaget i skolen og hvilke strategier elever benytter for å skjule vanskelige opplevelser/mistrivsel i kroppsøvfaget (skjuleteknikker), samt å se på folkehøgskoleelevers forhold til fysisk aktivitet. Utvalget består av skoleelever fra en folkehøgskole. Førstegangskontakt opprettes via lærere ved folkehøgskolen. Ombudet legger til grunn at folkehøgskolens ledelse har godkjent prosjektet.

Det skal gjennomføres personlige intervju. Via intervjuene vil det registreres opplysninger om elevenes syn på ulike sider ved kroppsøving i grunnskolen og ungdomsskolen og betydning for bruk av "skjuleteknikker (innhold, arbeidsmåter, vurdering, betydning av sosialt miljø, lærerens rolle), samt elevenes syn på fysisk aktivitet i folkehøgskolen. Det vil gjøres lydopptak som lagres på PC, men datamaterialet forøvrig (transkripsjoner) vil ikke inneholde direkte eller indirekte personidentifiserende opplysninger. Lydopptak og øvrig materiale vil oppbevares på privat PC. Ombudet legger til grunn at veileder og student setter seg inn i og etterfølger Høgskolen i Nord-Trøndelag sine interne rutiner for datasikkerhet, spesielt med tanke på bruk av privat pc og minnepenn/bærbare enheter til oppbevaring av personidentifiserende data.

Det registreres ikke sensitive opplysninger, men etter ombudets vurdering kan det framkomme personlige opplysninger om elevenes trivsel og mestring knyttet til fysisk aktivitet som bør behandles konfidensielt. Vi anbefaler at alle filer som inneholder personopplysninger om deltakerne krypteres.

Ombudet har mottatt informasjonsskriv og finner det tilfredstillende. Personvernombudet finner at behandlingen kan hjemles i personopplysningsloven § 8 (samtykke).

Prosjektslutt er angitt til 01.06.2013. Senest ved prosjektslutt vil lydopptakene være slettet, og datamaterialet anonymisert. Ombudet minner om at et anonymt datamateriale kun består av opplysninger som ikke på noe vis kan identifisere enkeltpersoner, verken direkte gjennom navn eller personnummer, indirekte gjennom bakgrunnsvariabler, eller gjennom navneliste/koblingsnøkkel eller krypteringsformel.

