

## KIF350 1 Bacheloroppgave

# Kandidat 44

Oppgaver	Oppgavetype	Vurdering	Status
<b>i</b> Informasjon	Dokument	Automatisk poengsum	Lever
1 Opplasting av bacheloroppgave	Filoplasting	Manuell poengsum	Lever
2 Opplasting av samtykkeskjema	Filoplasting	Manuell poengsum	Lever

### KIF350 1 Bacheloroppgave

Emnekode	KIF350	PDF opprettet	01.09.2016 13:32
Vurderingsform	KIF350	Opprettet av	Hilde Lyster
Starttidspunkt:	11.05.2016 08:45	Antall sider	31
Sluttidspunkt:	26.05.2016 13:45	Oppgaver inkludert	Ja
Sensurfrist	Ikke satt	Skriv ut automatisk rettede	Ja

# Seksjon 1



## Informasjon

**Eksamensinformasjon:**

[Eksamensinformasjon for innlevering](#)

**Forside:**

[Framsidedmal Bachelor-mal med Nord logo](#)

**Samtykkeskjema:**

[Samtykke til Nord universitets' bruk av prosjekt, kandidat bachelor og masteroppgaver](#)

# Opplasting av bacheloroppgave

Opplasting bacheloroppgave

*Last opp pdf.-filen her. Maks én fil.*

BESVARELSE

## Filopplasting

Filnavn	5226410_cand-5823852_5224938
Filtype	pdf
Filstørrelse	423.213 KB
Opplastingstid	26.05.2016 11:11:46



Neste side  
**Besvarelse**  
vedlagt

# BACHELOROPPGAVE

Emnekode: KIF 350

Kandidatnr.: 44

---

”Jeg er med på kroppsøving fordi jeg må”

Om skjuleteknikk og psykologiske  
læringsklima i kroppsøving.

---

Dato: 26.05.16

Totalt antall sider: 24



[www.nord.no](http://www.nord.no)

**Sammendrag**

**Forfatter:** Silje-Iren Aalberg.

Nord universitet avdeling Levanger.

**Oppgavetittel:** ”Jeg er med på kroppsøving fordi jeg må” Om skjuleteknikk og det psykologiske læringsklimaet.

**Problemstilling:** Hva mener elever er årsak til skjuleteknikker i kroppsøving og hvilke synspunkter hevder de for å forebygge skjuleteknikk? På hvilken måte kan vi forebygge bruk av skjuleteknikker i pedagogisk sammenheng i kroppsøvingen?

**Teorikapittel:** Teori fundamentet består av nøkkelbegrep som: Skjuleteknikk, psykologiske læringsklimaet, frykt i kroppsøvingsfaget, og betydningen av kjønnsforskjeller i forbindelse med skjuleteknikker og psykologiske læringsklima.

**Metode:** I denne oppgaven har jeg valgt observasjon og kvalitativ intervju. Jeg har valgt informanter fra tiendetrinn. Hvor hensikten er å høre med elevene hva de mener kan forebygge bruk av skjuleteknikker.

**Resultater og drøfting:** Ut i fra intervjurunden med elevene fikk jeg bekreftet at de bruker skjuleteknikker i kroppsøvingen. De kommer også med synspunkter om hva de mener kan forebygge skjuleteknikker. De fleste synspunkter om forebygging går på dette med mindre grupper og om medbestemmelse om valg av aktivitet.

**Konklusjon:** Noen av synspunktene fra elevene kan forebygge skjuleteknikk i kroppsøving. Som lærer bør han/hun sette seg inn i hver enkelt elev sin forutsetning og gi rom for innflytelse. Elevene har ulike grunner til at de bruker skjuleteknikker og dermed vil det være relevant å finne ut grunnen til den enkelte.

**Abstract**

**Author:** Silje-Iren Aalberg.

Nord universitet department Levanger.

**Title:** "I'm involved in physical education because I have to" About hiding technique and psychological learning climate.

**Topic question:** What means students is the reason to hiding technique in physical education and what views they claim can prevent hiding technique? In what way can we prevent the use of hiding technique in context whit educational in physical education?

**Theory Chapter:** Theory consists of keywords: hiding technique, psychological learning climate, fear of physical education and the importance of gender differences in connection whit hiding technique and pschological learning climate.

**Approach:** In this task I have chosen observation and qualitative interviews. I have chosen interviewees from tenth stage. Where the purpose was to hear from students what they think can prevent hiding technique.

**Results:** Base on the round of interviewes whit students was confirmed that they use hiding technique in physical education. They also come whit views about what they believe can prevent hiding techniques. Most of the students means that smaler grups and participation from the students can prevent hiding techniqe in physical education.

**Conclusion:** Some of the students views can prevnt hiding technique in physical education. As a teacher he should familiarize themself in to students perequisite and give room for influence. The students have diffrent reason to use hiding techniques, therefore it's relevant to finde the diferent reason for each students.

## **Forord**

Gjennom praksis og vikar jobb har jeg lagt merke til en gruppe elever som skjuler sin adferd i kroppsøvingstimene. Det vekket min interesse til å vil lære mer om bakgrunnen for dette.

Dette har vært en utfordrende og lærerik prosess hvor motivasjonen har blitt satt på prøve. Oppgaven har gitt meg innsikt fra elevenes perspektiv og beriket mine kunnskaper på området.

Jeg vil benytte denne anledningen til å takke veilederen min ved Nord universitet, Idar Kristian Lyngstad for god hjelp og gode råd gjennom hele prosessen. Jeg vil også takke elevene for å ha tatt seg tid til å stille opp til intervju.

NORD UNIVERSITET MAI 2016

Silje-Iren Aalberg

**Innholdsfortegnelse**

Sammendrag.....	i
Abstract.....	ii
Forord .....	iii
Innholdsfortegnelse.....	iv
<b>1 Innledning .....</b>	<b>1</b>
1.1 Valg av tema .....	1
1.2 Presentasjon av problemstillinger.....	1
1.3 Avgrensning av problemstilling .....	2
1.4 Oppgavens oppbygging .....	2
<b>2 Litteraturgjennomgang.....</b>	<b>3</b>
2.1 Begrepet skjuleteknikk .....	3
2.2 Frykt for å delta i krøppsøving.....	4
2.3 Det psykologiske læringsklima .....	5
2.3.1 Mestringsklima .....	5
2.3.2 Prestasjonsklima .....	6
2.5 Betydningen av kjønn i forbindelse med skjuleteknikk og psykologiske læringsklima .....	7
<b>3 Metode .....</b>	<b>8</b>
3.1 Valg av metoder .....	8
3.2 Utvalg for observasjon .....	8
3.3 Ikke-deltagende observasjon .....	8
3.4 Utvalg for intervju .....	9
3.5 Intervjuprosessen.....	9
3.6 Intervjuguide .....	10
3.7 Bearbeiding og analyse av data.....	10
3.8 Tolkningsprosess .....	10
<b>4 Resultater og drøfting.....</b>	<b>11</b>
4.1 Årsaker til skjuleteknikker og syn på forebygging av skjuleteknikker .....	11
4.2 Diskusjon av data opp mot det psykologiske læringsklima .....	13
<b>5. Konklusjon.....</b>	<b>16</b>
Litteraturliste .....	16
Vedlegg 1: Intervjuguide.....	17
Vedlegg 2: Samtykkeerklæring.....	18



## **1 Innledning**

### ***1.1 Valg av tema***

I Kunnskapsløftet (2006) beskrives kroppsøving som et fag hvor elevene skal oppleve glede, mestring og inspirasjon ved å være med i ulike aktiviteter sammen med andre. Dette er ikke tilfelle for alle elever. Noen elever i grunnskolen bruker skjuleteknikker for å dekke til at de ikke trives så godt eller synes noe er vanskelig i kroppsøvingsundervisningen. Disse elevene ønsker ikke å tape ansikt å går derfor inn i en rolle for å beholde en bestemt selverdig (Lyngstad, 2010).

Som lærer har man som oppgave å sørge for at alle elever blir sett og hørt. Jeg ønsker å jobbe med elever på ungdomsskoletrinn og vil derfor vinkle oppgaven min inn på elever på tiendetrinn.

Grunnen til at elever bruker skjuleteknikker vil være forskjellig fra elev til elev. Jeg vil fordype meg i hvordan vi kan forebygge bruk av skjuleteknikker, og høre med elever som befinner seg midt i undervisningsåret som bruker en form for skjuleteknikk.

### ***1.2 Presentasjon av problemstillinger***

Det å finne problemstilling til temaet jeg har valgt var i starten en vanskelig prosess. Det var viktig for meg å kunne bruke denne kunnskapen som en del av min utdanning som lærer, og som kunne hjelpe meg å berike kunnskapen rundt dette temaet. Til slutt kom jeg frem til denne problemstillingen:

*Hva mener elever er årsak til skjuleteknikk i kroppsøving og hvilke synspunkter hevder de for å forebygge skjuleteknikk?*

*På hvilken måte kan vi forebygge bruk av skjuleteknikker i pedagogisk sammenheng i kroppsøving?*

Oppgaven har tatt for seg hvorfor elever bruker skjuleteknikker og hvilke tiltak som kan gjøre elevene tryggere i kroppsøvingstimene. Kroppsøving er et fag som lærer elevene om god fysisk aktivitet og hvor karakter har betydning for senere utdanning. Det vil derfor være viktig at elevene har mulighet for god læringsstrategi for å øke elevenes mulighet for god læring (Ommundsen, 2006).

### ***1.3 Avgrensning av problemstilling***

For å avgrense oppgaven har jeg valgt å fokusere på hvordan vi kan legge til rette for at elevene skal føle seg komfortable i kroppsøvingstimene og på denne måten kan hjelpe elevene til å gjøre sitt beste og tenke på seg selv. Jeg har valgt å bruke informanter fra tiendetrinn for å høre fra elevenes perspektiv om hva de mener kan forebygge bruk av skjuleteknikk.

### ***1.4 Oppgavens oppbygging***

I den første delen har jeg valgt å ta for meg forskningsartikler som belyser kunnskapen om skjuleteknikker i kroppsøving. Deretter skal jeg kort belyse teori om frykt for å delta i kroppsøving, samt noe om kjønn knyttet til bruk av skjuleteknikker. Til slutt i litteraturgjennomgangen skal jeg gjør rede for begrepet psykologisk læringsklima. I den andre delen skal jeg ta for meg valg av metode. Jeg har valgt å bruke observasjon og intervju for å finne frem til data jeg trenger til denne oppgaven. Deretter vil jeg legge frem svar fra intervjuer jeg har foretatt. Til slutt i oppgaven vil jeg drøfte svarene fra intervjuene opp mot problemstillingen og litteraturen.

## **2 Litteraturgjennomgang**

Det teoretiske fundamentet for denne oppgaven omhandler begrepet skjuleteknikk og det psykologiske læringsklima. Jeg vil også si noe om frykt i kroppsøving og noe om kjønn for å forstå de ulike grunnene til at elevene bruker skjuleteknikker.

### **2.1 Begrepet skjuleteknikk**

Skjuleteknikk er en metode som brukes for å unngå situasjoner som elever føler er problematiske og med denne metoden skjuler de opplevelsen for medelever og lærer (Lyngstad, 2010).

Lyngstad (2010) peker på flere ulike teknikker som ofte blir brukt. Elevene skjuler seg bak en adferd for å lede oppmerksomheten bort fra oppgaven ved å oppføre seg tøysete eller bråkete. En annen skjuleteknikk er hvor elevene utfører aktiviteter som ikke er så krevende fremfor å utføre de aktivitetene som de har blitt bedt om. Noen elever skylder på skader eller at de har vondt i kroppen. En skjuleteknikk kan også være hvor elevene er med på aktiviteten, men yter liten innsats. "Ribbevegsløping" kan betegnes som en slik teknikk. Her løper elevene langs ribbeveggen på ytterkanten av banen i takt med spillet når elevene har ballspill, og på denne måten virker de plikttoppfyllende. Skjuleteknikker handler om å utnytte situasjoner når de oppstår.

Flere av disse skjuleteknikkene finner vi igjen i en forskningsartikkel av Hagen, Aune & Lyngstad (2014). De beskriver videre flere former for skjuleteknikker. En teknikk som blir nevnt er at eleven stiller seg i skuddlinjen i kanonball for å ryke ut først, og dermed kan stå på sidelinjen resten av timen. En annen skjuleteknikk er at eleven hjelper en medelev med skade, på denne måten virker det som eleven bare hjelper den skadde eleven når hensikten er å komme seg bort fra timen (Hagen, Aune & Lyngstad, 2014).

I Lyngstad studie (2010) beskriver han at skjuleteknikker kan variere ut fra aktiviteter. Det kan være aktiviteter som en eleven ikke føler han/hun mestrer noe særlig. Elevene kan også bruke skjuleteknikker når de ikke er motivert til å delta i kroppsøvingundervisningen.

Andre studier som er gjort på skjuleteknikker beskriver ulike kroppsøvingssituasjoner hvor elevenes selvoppfatning blir presset, som fører til at elevene bruker skjuleteknikker.

Aktiviteter som ballspill, hvor konkurransen kan bli viktig. I slike aktiviteter vil ferdighetsnivået til elevene være synlig for andre. I aktivitet som inneholder målinger og

tidtaking, vil også ferdighetsnivået bli synlig og elevene har ingen steder å hjemme seg (Seelen, 2012). Elevene gjemmer seg bak ulike former for skjuleteknikker for å unngå nederlag ved at de involverer seg lite i aktiviteten.

Brunvand og Gundersen (1991) viser i en eldre studie også til noen skjuleteknikker som klokken 8 sykdommen, som vil si at elevene får plutselig vondt når han/hun føler på angst eller frykt. De peker også på skjuleteknikker hvor elevene finner på unnskyldninger, som å gå ofte på do eller må gå ut for å drikke vann.

Elever som viser tendens til å bruke skjuleteknikk har vanskeligheter med å se bevegelsesleden i kroppsøvingstimene. Og ved å bruke skjuleteknikker vil læringsprosessen til elevene hemmes. De vil også oppnå lav selvoppfatning og mestringsfølelse noe som fører til lite læring og svekket motivasjon (Hagen, Aune og Lyngstad, 2014).

Kalogiannis (2006) hevder at elevene betrakter best de aktivitetene som de føler at de mestrer, og betrakter mindre de områdene de ikke føler mestring. Det kan derfor være problematisk for elevene når det kommer til vurdering fordi de ikke kan avkrefte hvilke områder som betraktes som viktig i kroppsøving. Elevene kan derfor bruke skjuleteknikker når det er aktiviteter hvor det stilles bestemte krav om prestasjon, og områder hvor elevene vet at prestasjon vil ha betydning for vurdering.

## ***2.2 Frykt for å delta i kroppsøving***

Frykt for å delta i kroppsøving kan i noen tilfeller virke motiverende, men i de fleste tilfeller virker frykt dempende på deltagelse og engasjement. Elevene kan gjøre mye for å unngå situasjoner som skaper fryktfølelse. En redsel for å dumme seg ut, gjøre feil eller få straff gjør at de heller lar være å prøve. Eleven unnskylder seg og sier ”jeg kan ikke” eller ”jeg vil ikke” (Brunvand og Gundersen, 1991).

Elevenes frykt kan skyldes at de blir synlig for hverandre på en spesiell måte. I kroppsøving bruker elevene kroppen, og alt de foretar seg vil være ekstra synlig for medelever og lærer. Når elevene ikke føler mestring, kan dette svekke selvoppfattelsen i forbindelse med sosial aktivitet. Dette kan føre til at elevene kan gå langt for å unngå sosiale nederlag i kroppsøvingstimene (Fisette, 2011).

Ofte går elevene sammen for å hjelpe hverandre i skjule frykten ved å vise overfor lærer og medelever at de morer seg når de har kroppsøving. Dette fører til at det ser ut som at de har positive opplevelser, men på en uekte måte. De ønsker ikke å vise at de egentlig ikke trives i kroppsøvingstimene, og på den måten viser de et falsk inntrykk om hva de egentlig føler (Fisette, 2011).

### **2.3 Det psykologiske læringsklima**

Læring, trivsel og motivasjon er viktige faktorer i det psykologiske læringsklimaet. Tidligere forskning viser verdifull betydning til å utvikle barns følelser av å mestre (Ommundsen, 2006). Det psykologiske læringsklimaet går inn på hva barn oppfatter om følelsen av å mestre, og betydningen av læringsstrategier som de velger å bruke, og hva som avgjør om elevene vil lykkes eller mislykkes. Et psykologisk læringsklima har også betydning for elevenes motivasjon og hvordan de velger å løse de ulike læringsoppgavene (Ommundsen, 2006).

Tidligere studier viser at det psykologiske læringsklimaet påvirker elevenes tanker og følelser i forbindelse med fysisk aktivitet (Ommundsen & Bar-Eli, 1999). Dette skjer i to trinn; a) Læringsklimaet påvirker elevenes oppfatning om ferdigheter og det motivasjonelle målperspektiv. b) ved ulike læringsklimaer skaper psykologiske tilstander som da påvirker tanker og følelser i ulike læringsoppgaver (Ommundsen, 2006).

Et læringsklima er viktig for at elevene skal kunne lære noe. Psykologiske læringsklimaet blir delt inn i to ulike typer læringsklima: prestasjonsklima og mestringsklima (Ommundsen, 2006).

#### **2.3.1 Mestringsklima**

I et mestringsklima legges det vekt på framgang og innsats som viktige faktorer for å mestre. I et slikt type klima legges det ikke vekt på ferdighet og prestasjon, men på å gi elevene den samme oppmerksomheten og ros for den oppgaven som den enkelte gjør (Ommundsen, 2006). Det legges også vekt på innflytelse fra elevene for at de skal lykkes. En norsk studie viser at autonomi og lærerstøtte ga elevene indre motivasjon. Lærer ga støtte for innflytelse

og oppnådde at elevene fikk en større kompetansefølelse (Ommundsen, Eikanger og Kvalø, 2006).

Det å oppleve mestring er viktig for motivasjonen til eleven. I et mestringsklima er det lagt til rette for at elevene skal kunne føle mestring og er villig til å prøve. Elevene har kontroll på sin egen innsats. I et mestringsklima er det fokus på samarbeid og at elevene skal hjelpe hverandre i de ulike læringsoppgavene (Ommundsen, 2006).

I et mestringsklima vil fremgang og innsats føles kontrollerbar og lik oppmerksomhet til elevene føre til motivasjon og vilje til å prøve. Det vil også føre til at elevene anstrenger seg i læringsoppgaven og vil øke konsentrasjonen til hvordan de velger å løse de ulike oppgavene (Ommundsen, 2006).

Viser til forskning om motivasjon og selvregulering som understreker at når elevene opplever kontroll i læringsprosessen vil elevene reflektere på hva de mestrer og ikke mestrer, og regulering av egen innsats (Pintich, 2000).

### **2.3.2 Prestasjonsklima**

I et prestasjonsklima legges det vekt på prestasjon og det å være best. Det er stort fokus på konkurranse mellom elevene og på det å skulle vinne. Prestasjoner basert på sosial sammenligning er viktig faktor i det å mestre. I denne typen læringsklima får elevene som mestrer læringsoppgaven best, mest annerkjennelse og oppmerksomhet, mens elevene som ikke mestrer oppgaven like godt, ikke får like mye oppmerksomhet. Dette fører til stor spredning i om elevene føler mestring eller ikke (Ommundsen, 2006). I et slikt læringsmiljø vil det være liten aksept for prøving og feiling ettersom det lett kan forstås som mangel på ferdighet. Elevene blir ofte evaluert i full offentlighet. Det er lite åpenhet for valg og medbestemmelse fra elevenes side.

I et prestasjonsklima vil denne mestringen føles lang mindre kontrollerbar. Elevene kommer under et press som gjør at de blir sårbare og føler at de ikke er god nok. Når de får en slik bekymring kan dette føre til at de reduserer innsatsen for å skjule mangel på ferdighet (Ommundsen, 2006). Det kan også føre til at elevene velger lette oppgaver som de vet de er i stand til å klare. På denne måten vil de ikke oppleve progresjon, eller de velger vanskelig oppgaver som de ikke får til. På denne måten kan de skyldes på at oppgaven var for vanskelig,

mens det ikke skorter på innsatsen. Dette fører til lite mestring og svekket motivasjon (Ommundsen, 2006). I et prestasjonsklima er det liten aksept for samarbeid, derfor kan denne typen læringsklima føre til mindre samhold mellom elevene, og at elevene i mindre grad oppfører seg ”fair” mot medelever i konkurransesituasjoner (Ommundsen & Roberts, 2003).

### ***2.5 Betydningen av kjønn i forbindelse med skjuleteknikk og psykologiske læringsklima***

Tidligere forskning belyser at noen fysiske aktiviteter er typiske gutteaktiviteter, mens andre er typiske jenteaktiviteter (Ommundsen, 2006). Fotball kan klassifiseres som en typisk gutteaktivitet og kan dermed føre til at noen jenter vil unngå å bli med på timen.

Studier har vist at dette forekommer oftest hos jenter. For guttene vil typiske jenteaktiviteter føre til at de må gjennomføre aktiviteten, fordi den er kjønnspassende for jenter. De tar lettere på oppgaven og reduserer ikke innsatsen (Ommundsen, 2006).

I den fysisk-motoriske aktiviteten er det viktig å forstå perspektivet på kjønnsstereotyper. Jenter og gutter kan få ulike læringsutbytte. Dette kan føre til at jenter opplever en svakere mestringsfølelse som øker sjansen til at læringsutbyttet blir mindre. Aktiviteter som oppleves som typiske gutteaktiviteter vil for jenter redusere interessen og motivasjonen som fører til at de ikke lærer seg ferdigheten i så stor grad. Når elevene ikke føler mestring i kroppsøving, vil de også redusere innsatsen for å skjule mangel på ferdighet (Ommundsen, 2006).

Kommunikasjonsmønstre hos jenter og gutter oppfattes forskjellige. Tidligere undersøkelser forteller at læreren oftere henvender seg til gutter enn til jenter (Imsen, 2005). Slike handlinger kan føre til flere typiske gutteaktiviteter i kroppsøvingen, noe som fører til at jenter ikke får lyst til å delta. Dette kan igjen resultere i at de bruker former for skjuleteknikk for å dekke til at de ikke trives så godt og ikke er motivert til å delta (Ommundsen, 2006).

### **3 Metode**

Her vil jeg gjøre rede for valg av metoder og min fremgangsmåte i undersøkelsen.

#### ***3.1 Valg av metoder***

Jeg har valgt å bruke observasjon og kvalitativ intervju for å belyse problemstillingene. Det å velge denne type metode gir meg mulighet til å spørre eleven om det jeg lurer på i forhold til mine problemstillinger. Jeg brukte ikke-deltagende observasjon for å finne kandidater til intervjuene. Deretter brukte jeg semistrukturerte spørsmål til å intervjuer elevene nærmere om skjuleteknikk. Jeg hadde mulighet til oppfølgingsspørsmål, samt at spørsmålene var åpne for å få mest mulig ut av informantene (Glasdam, 2012). Ved å bruke kvalitativt intervju produseres kunnskapen sosialt, det vil si gjennom interaksjon mellom intervjuer og informant (Kvale & Brinkmann, 2012).

#### ***3.2 Utvalg for observasjon***

Informantene til oppgaven er elever fra 10.klasse. Disse elevene har kjent hverandre i 3 år. For å finne elevene som er tilbøyelig til å bruke skjuleteknikker har jeg observert elevene i undervisningen. På denne skolen er de delt inn i tre klasser og i elevgruppen på tiendetrinn er de 152 elever. Jeg har valgt å observere hele elevgruppen og har ikke involvert lærere i rekrutteringen til elevintervjuene. Dette har jeg gjort av hensyn til anonymitet. Lærer skulle ikke vite hvem jeg intervjuet. På denne måten kan jeg få et annet innblikk ovenfor elevene og kan selv få den erfaringen og oppfatningen om hvordan elevene oppfører seg i kroppsøvningsundervisningen.

#### ***3.3 Ikke-deltagende observasjon***

Jeg var tilstede i to ordinære dobbelt timer i kroppsøving for at jeg skulle få se eleven i ulike aktiviteter. Elevene var delt i to grupper hvor den ene gruppen hadde en aktivitet og den andre hadde en annen aktivitet, så byttet de midt i timen. Jeg observert elevene i kanonball og fotball i den første timen. Den andre timen observert jeg elevene i volleyball og stafett. Jeg hadde altså mulighet til å se elevene i fire ulike aktiviteter i denne observasjonsperioden.



Jeg noterte hvilke aktiviteter de hadde og hvilke skjuleteknikker jeg kunne se. Etter observasjonen hadde jeg merket meg sju elever som jeg ville intervju, ettersom de viste tilbøyelighet til å bruke skjuleteknikk. Informantene har tre ulike lærere og jeg var obs på å ikke ta noen fra samme vennegjeng slik at de ikke skulle vite om hverandre eller påvirke hverandre i så stor grad. Deretter startet jeg med intervjurunden.

### ***3.4 Utvalg for intervju***

Jeg rekrutterte til sammen sju elever til intervjuene, to gutter og fem jenter. Skjuleteknikkene som de brukte var klovneri, glemt tøy, skyld på skade og bare være med, men yter liten innsats. De sju elevene som jeg har plukket ut, viste generelt en form for tilbakeholdenhet i undervisningen. På en måte at de var lite aktiv og brukte ulike typer skjuleteknikker.

### ***3.5 Intervjuprosessen***

Før jeg startet med intervjurunden tenkte jeg mye på hvordan jeg skulle formulere spørsmålene for å unngå ledende spørsmål. Det var viktig at jeg var nøytral i forhold til spørsmålene for å unngå innflytelse på svarene.

Intervjuet ble gjennomført i et grupperom på skolen til informantene. De ble intervjuet individuelt for at de ikke skulle være redd for å si noe galt. Jeg noterte ned i korte setninger mens intervjuet pågikk, men sørget for å få med det viktigste. Etter hvert intervju fikk elevene se over det jeg hadde notert for å se at jeg ikke hadde misforstått noe, og at de fikk muligheten til å komme med eventuelle kommentarer. Ingen av informantene hadde noe de ville kommentere.

Alle informantene har fått et informasjonsskriv om hva oppgaven handler om. Før intervjurunden fikk elevene et samtykkeskriv hvor de som var over 16 år kunne skrive under selv og de under 16 år måtte ha underskrift av foresatte. Det var to elever som var under 16 år, de måtte jeg intervjuere dagen etter slik at foresatte kunne skriveunder på samtykkeskrivet.

### **3.6 Intervjuguide**

Jeg gjennomførte semistrukturert intervju, basert på en intervjuguide. Intervjuguiden var utarbeidet på forkant og var basert på tidligere kunnskap om skjuleteknikk og det jeg ønsket å undersøke. Intervjuguiden skal være til hjelp og veilede slik at spørsmålene svarer på problemstillingen (Glasdam, 2012). Spørsmålene var åpne og det ble derfor viktig å stille oppfølgingsspørsmål for å sørge for at jeg hadde forstått svaret rett eller for å få elevene til å utdype svar som virket interessante. Når et intervju foregår på denne måten, blir intervjuet lite formelt. Det blir en samtale mellom intervjuer og informant, dette kan føre til at informantene føler seg mere komfortable og stemningen blir avslappet (Kvale & Birkemann, 2012). Intervjuguiden er lagt som vedlegg 1 til oppgaven.

### **3.7 Bearbeiding og analyse av data**

Etter intervjuene satte jeg meg ned å begynte å skrive ned alle svarene fra intervjurunden til en hel tekst. Jeg sammenlignet svarene og plukket ut de viktigste funnene. Det var viktig å gjøre dette så fort som mulig siden jeg ikke brukte båndopptak. Derfor satte jeg meg ned samme dagen som jeg gjennomførte intervjuene da det ennå var fersk i minnet.

Jeg opplevde at noen var litt redd for å være 100 % ærlig i starten, og ved å sammenligne svarene forsto jeg fort at noen ikke var helt oppriktige. Jeg fikk også svar som tyder på at personen ikke var helt ærlige. Eksempel som ”Ja det er mye variasjon men det er også lite variasjon” forteller meg at eleven ikke helt vet hva han/hun egentlig vil svare. Noe jeg merket meg var at elevene var veldig forsiktig i starten om hva de skulle si, men at de etterhvert ble komfortable og de snakket mer åpent. Data fra intervjuene bærer derfor preg av litt mangel på oppriktighet i starten samt usikkerhet fra informantene, men senere i intervjuene er data mer oppriktige, sikre og pålitelige.

### **3.8 Tolkingsprosess**

Hermeneutikken kan vi kalle meningsfullt med to materiale nivåer; den meningsbærende størrelse og selve meningen (Bondevik & Bostad 2003). Den meningsbærende størrelse har jeg fått i gjennom intervjurundene. Selve meningen er de konkrete svarene fra intervjurunden

som må fortolkes med fokus på forforståelse og forståelseshorisont (Alvesson & Skiöldberg 2008). Forståelseshorisonten for min del vil være den totale oppfatningen og holdningen som kan prege forståelsen i selve meningen i beskrivelsen (Bondevik & Bostad 2003). For min del var det derfor viktig at jeg ikke feiltolket svarene for å styrke oppgaven. Derfor var gjenfortelling av svarene en viktig prosess, hvor jeg under hele prosessen gikk tilbake på svarene for å ikke omformulere setninger til noe annet.

#### **4 Resultater og drøfting**

I denne delen vil jeg presentere mine funn i undersøkelsen. Deretter vil jeg drøfte svarene fra informantene opp mot teorien jeg har presentert tidligere.

##### ***4.1 Årsaker til skjuleteknikker og syn på forebygging av skjuleteknikker.***

Jeg startet med å spørre hva de syntes om faget kroppsøving. De aller fleste svarte at det kommer an på hvilken aktivitet de skulle ha, men generelt var kroppsøving et ok fag. Kroppsøving var et fag hvor de hadde lite motivasjon og de var med fordi de måtte.

På spørsmålet om skjuleteknikk svarte Eva og Mari at de brukte dette i større grad i åttende og niende klasse enn i tiende klasse. Da glemte de ofte gymklærne hjemme med vilje. Siden de nå går i tiende klasse og skal få vurdering, er de heller med på aktiviteten men yter ikke full innsats og gjemmer seg når læreren ikke ser. Siden de er en stor gruppe, var det lett for dem å gjemme seg og slappe av når læreren ikke så dem.

Arne svarer at han er ”flink” til å glemme gymklær enda, men han yter maks når det er en aktivitet som han liker, som for eksempel fotball. Han forteller også at han bruker klovneri for å få oppmerksomheten bort fra at han ikke yter så mye innsats. Ida prøver å skjule seg i noen aktiviteter, men hun sier hun er redd for anmerkninger og for at det skal gå utover karakteren i faget, derfor deltar hun. Men hun gjemmer seg og er lite aktiv når lærer ikke ser.

Sara forteller at hun bruker å skylde på skade som ikke er synlig, menstruasjonsmerter er ofte en gjenganger. Hun forteller at hun alltid stiller i gymklær, men at hun ser an hvilken aktivitet de skal ha før hun bestemmer seg hvilken skjuleteknikk hun skal bruke. Kristin forteller at

hun aldri har vært med på en ordinær gymtime før. Hun får være med et i prosjekt som kalles gymlab hvor de er på et treningssenter. Her får de selv bestemme hva de skal gjøre, og i følge Kristin er det lite aktivitet.

Da jeg spurte Kristin om hvorfor hun brukte skjuleteknikk i kroppsøvingen svarte hun at hun ikke likte gym. Det var ofte mye løping og ballspill, noe hun ikke likte. Hun fortalte også at gruppene var store og at hun ikke var komfortabel med å ha kroppsøving sammen med så mange mennesker. Hvis hun kunne bestemme hvordan kroppsøvingstimen skulle være hadde hun delt klassen inn i mindre grupper, og at eleven kunne få velge mellom flere aktiviteter. Hun ville ha mere lekpreget aktiviteter, og mindre ballspill. Mari og Eva ville ha mere medbestemmelse i undervisningen, det hadde økt deres motivasjon til å være med og yte sitt beste. De mente også at gruppen var store og at mindre grupper hadde gjort at de ikke følte på frykten for å dumme seg ut blant klassekameratene.

Sara mente også at gruppene var for store og savnet at de kunne velge mellom flere aktiviteter. Hun fortalte også at hun synes det er et stort konkurransepress i undervisningen, spesielt når det kommer til fotball og måltakinger. Hun ønsker at læreren kunne høre med elevene hvilke aktiviteter de ønsket seg. Ida mente at de som bruker skjuleteknikker, burde få være for seg selv i en mindre gruppe, da var alle i samme situasjon og det ville ha økt forståelsen fra medelevene. På denne måten ville hun ikke være redd for å dumme seg ut, å hun kunne gjøre sitt beste å prøve seg i de ulike aktivitetene. Hun forteller også at hun føler at læreren ikke kjente elevene godt nok, og at de ikke viste om elevenes behov. Arne forteller at han ville ha brukt mindre skjuleteknikker om han hadde fått jevnt med feedback, da ville motivasjonen økt og han ville gjort sitt beste i kroppsøvingen.

Alle mente at det var lite lek i undervisningen, og at de savnet kroppsøvingen som de hadde på barneskolen. Det var også flere som nevnte at gruppen var for stor, og det var derfor lett å bare være med uten å yte sitt beste. Det at de ville velge aktiviteter selv gikk igjen hos de fleste. Om aktivitetene var kjønnsfordelt var det delte meninger om, noen mente det ofte var typiske gutteaktiviteter.

Generelt mente alle elevene at det er lite variasjon i undervisningen, dette har gjort at de synes kroppsøving har blitt kjedelig og at de har mistet motivasjonen til å være med. Dette har ført til at de er med fordi de må, og ikke fordi de vil. For disse elevene blir det lite aktivitet.

#### ***4.2 Diskusjon av data opp mot det psykologiske læringsklima.***

I det psykologiske læringsklimaet presenterer Ommundsen (2006) to ulike typer læringsklima. Noen av elevene mente at undervisningen var litt konkurransepreget, dette kan minne om et prestasjonsorientert klima. Et prestasjonsorientert klima kan føre til at elevene bruker skjuleteknikker for å unngå nederlag. Videre kan vi spørre om elevene har tatt opp dette med læreren. Hvordan kan lærer vite at dette ikke er noe elevene ønsker vis de ikke er åpen ovenfor lærer. På den andre siden har lærer et ansvar ovenfor elevene. Kommunikasjon mellom lærer og elev vil derfor være viktig fra begge sider.

Alle elevene som ble intervjuet sa at de mente det var lite variasjon på aktivitetene. Dette førte til at de mistet motivasjonen og at timene ble kjedelige. Frykten for å ikke gå glipp av noe var liten og det ble derfor enklere å droppe timene, eller bare være med uten å gjøre sitt beste. Ut ifra det elevene sier inneholdte undervisningen mye ballspill og ofte da fotball. Fotball blir sett på av noen jenter som en typisk gutteaktivitet, dette er veldig individuelt. I intervjurunden svarer noen av jentene at det ofte er gutteaktiviteter og noen jenter mener det ikke forekommer. Grunnen til ulike meninger om dette kan være at jentene som svarte nei liker de typiske gutteaktivitetene. I en klasse med 40 elever finner vi 40 ulike interesser, det er derfor viktig å variere undervisningen slik at vi får aktiviteter som alle føler de behersker. Samtlige elever fortalte at det var lite variasjon på undervisningen og derfor har kroppsøvingen blitt kjedelig.

Skjuleteknikk kan komme av frykt for noe i kroppsøving, dette bekrefter elevene. De samme elevene nevnte også at de ønsket mindre grupper. På denne måten kan de slippe seg løs og fokusere på oppgaven og ikke på alle de andre. Muligheten til å dele elevene opp i mindre grupper vil variere av antall elever i klassen. En undervisning som inneholder mye konkurranse gjør at elevene føler på frykten for å dumme seg ut og vil derfor unngå nederlag. Kommunikasjon mellom lærer og elev vil altså spille en rolle. Det finnes lagkonkurranser hvor det ikke handler om å vinne. På den andre siden har vi elever som ønsker denne type aktiviteter. De har også retten til å bli hørt, men samtidig bør man ikke overkjøre de elevene som frykter konkurranse.

Som nevnt er også grunnen til at noen bruker skjuleteknikker fordi det er lite variasjon på aktivitetene, de har mistet motivasjonen som fører til at de ikke yter sitt beste. Her kan læreren utgjøre en forskjell, men det krever tid og planlegging, noe som gjør det vanskelig å

gjennomføre i praksis. Kanskje bør læreren gi noe av ansvaret til elevene med at de kan komme med innspill til ulike aktiviteter de kan gjøre. Det kan også være en mulighet å gi 2-3 elever ansvaret for en kroppsøvingstime. På denne måten får alle gjøre noe de har lyst til i tur og orden. Negative siden med dette kan være frykt. Når elever føler på frykten om hva de andre skal si om deres opplegg, eller frykt for å snakke høyt kan dette ha motsatt effekt enn hva som egentlig er hensikten. På den positive siden kan elevene få gode erfaringer ved å ha ansvaret for klassen sin. Vi vil også få ulike aktiviteter ut i fra hver enkelt elev sin interesse. Det vil også være en variasjon fra den ordinære kroppsøvingstimen.

”Jeg er med på kroppsøving fordi jeg må ” er et utsagn som sammenfatter mange av elevenes synspunkter fra intervjuene. Dette synes jeg er noe å merke seg. I det psykologiske læringsklimaet er de viktigste faktorene trivsel, mestring og læring (Ommundsen 2006) . Når elevene ikke er motivert til å være med i kroppsøvingundervisningen, vil ingen av disse faktorene oppleves. Altså vi får større sjans til at elevene bruker skjuleteknikk hvis ikke trivsel og mestring oppleves. I en så stor gruppe som disse elevene er en del av, vil det være lett for elevene å bruke teknikker som ”ribbevegsløping og ”være med på bølgen”.

På den ene siden har vi læreren, han/hun har et ansvar ovenfor hver enkelt elev. Elevene skal også bli hørt og sett, og i tidligere forskning viser at økt innflytelse fra elevenes side økte motivasjonen til læring hos elevene. På den andre siden har vi elevene. Hver enkelt elev har ansvar for å gi tilbakemeldinger til lærer. Alle elevene har sammen et ansvar for å bygge et godt miljø som gjør at ingen blir holdt utenfor og at alle føler seg velkommen. Her kan det største problemet ligge. I dagens samfunn snakker det mye om ungdommenes press og at dagens ungdom har mye større krav til seg selv. Dette er med på å gjøre kroppsøvingen vanskelig for mange elever. Hvordan samfunnet forandrer seg er det lite vi kan gjøre noe med, da bør vi fokusere på det vi kan gjøre noe med, nemlig kommunikasjonen mellom lærer og elev.

Samtlige elever etterlyste selvvalgte aktiviteter. De mente at dette kunne hjelpe til å økte motivasjon og at de ble mer aktive i undervisningen. Fordelen med at elevene får velge selv er at de velger aktiviteter de selv ønsker og dermed øker de motivasjonen til å gjennomføre den valgte aktiviteten. Sannsynligvis vil de velge en aktivitet de vet de mestrer og som ikke øker frykten for å dumme seg ut. På den andre siden kan aktiviteten de velger være for enkel og elevene opplever ikke progresjon. Spørsmålet om de faktisk vil gjennomføre oppgaven vil

også komme. Når eleven blir overlatt til seg selv, kan det ofte forekomme at elevene sluntrer unna.

En annen måte kan være å la elevene velge mellom 2-3 ulike aktiviteter, på den ene siden får elevene velge hvilke aktiviteter de vil være med på og dermed øker motivasjonen. Her kan lærer velge ut de ulike aktivitetene som elevene kan velge mellom, og sørger derfor for at elevene oppnår mestring. På den andre siden kan elevene velge etter hva venner har valgt, og kan ende opp på en aktivitet de egentlig ikke mestrer. Det å gjennomføre dette i praksis kan også ha sine utfordringer i forhold til undervisningsareal en har til disposisjon. Det er ikke alle som har stort nok område til å dele inn til flere aktiviteter. På en annen side bør ikke området være for stor for at lærer skal kunne ha oversikt over alle elevene samtidig. For mindre skoler som har liten gymsal kan dette være noe de kan gjennomføre når elevene har kroppsøving ute. Da er område større men de kan begrense område slik at lærer har full kontroll på alle aktivitetene.

Som nevnt i litteraturgjennomgangen er det ulike grunner til at elevene bruker skjuleteknikker. Det vil derfor være viktig å finne ut hvorfor hver enkelt elev bruker dette. Samtaler med elevene er en fin måte å prøve å finne ut hva de tenker. Ulempen kan være at elevene ikke er ærlig ovenfor lærer om problemet. Elever som bruker skjuleteknikker skjuler ikke adferden sin bare overfor medelevene men også overfor lærer. Bør foreldre bli informert for å hjelpe eleven? Fordelen med dette vil være at elevene er ofte trofast overfor foreldrene.

I intervjurunden og i litteraturgjennomgangen blir det nevnt at elevene ofte går sammen for å skjule sin atferd overfor lærer. Dette bekreftet elevene og jeg fikk også denne følelsen da jeg observerte elevene under kroppsøvingstimene. Denne problemstillingen kan være vanskelig å løse siden barn og unge er veldig avhengig av venner i denne perioden. Det å skal skille vennegjengen i kroppsøvingstimen kan føre til større konsekvenser. I slike situasjoner bør det heller fokusere på å øke motivasjonen til den enkelte elev, for kanskje at dette smitter over til de andre i vennegjengen. Elevene har nevnt ulike grep som kan gjøres for å øke motivasjonen og forebygge bruk av skjuleteknikker. Dette vil være forskjellig fra elev til elev, men jeg har troen på at noe av det elevene forteller kan utføres i praksis, og forebygge bruk av skjuleteknikker i kroppsøving.

## 5. Konklusjon

I denne studien har årsaker for skjuleteknikker fra elevenes perspektiv blitt belyst. Det har også blitt belyst hva elevene mener kan forebygge bruk av skjuleteknikker. Ut fra de synspunktene elevene kommer med og drøftingen jeg har gjort, mener jeg at noe av det elevene forteller kan utføres i praksis. Kommunikasjon mellom lærer og elev kan være nyttig for å skape et godt læringsklima for alle elever, det bør også tas hensyn til hver enkelt elev og den gruppe elever lærer underviser i. Økt innflytelse fra elevene kan hjelpe å forebygge skjuleteknikker i kroppsøvingstimene. Tidligere studier viser at innflytelse fra elevene økte elevenes kompetansefølelse. Det blir større variasjon på aktivitetene som kan føre til at det vil dekke flere av elevenes interesser.

Det har blitt gjort en del forskning rundt skjuleteknikk men det er lite å finne om synspunkter fra elever som befinner seg i denne situasjonen selv. Jeg har skaffet data fra elever som selv har erfaring med skjuleteknikker og som befinner seg midt i et undervisningsår, noe tidligere forskning ikke har gjort i så stor grad. I tidligere studier er lærer og tidligere skoleelever blitt brukt som informanter. Videre forskning kan være å snakke med flere elever og teste ut synspunktene elevene kommer med i praksis, for deretter å høre med elevene om de merker forskjell eller om de fortsatt vil benytte seg av skjuleteknikker.

## Litteraturliste

- Alvesson, M & Skjölberg, K. (2008) *Tolkning och reflektion*. Studentlitteratur AB
- Bondevik, H & Bostad, I. (2003) *Tenkepause*. Universitetet i Oslo. Akrible forlag. 2. utg.
- Brunvand, H & Gundersen, D.E. (1991) *Idrettspedagogikk*. Landslaget fysisk fostring i skolen



Fisette, J.L (2011) Exploring how girls navigate their embodied identities in physical education. *Physical education and sport pedagogy*.

Glasdam, S. (2012) *Bachelorprosjekter indenfor det sundhedsfaglige område*. Indblik i vitenskabelige metoder. København: Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck A/S.

Hagen, P.M. Aune, O. Lyngstad, I. (2014) *Skjulleteknikk i kroppsøvingundervisningen*. Tidsskrift FaU i praksis.

Imsen, G. (2005). *Elevens verden, Innføring i pedagogisk psykologi*. Oslo: Universitetsforlaget.

Kalogiannis, P. (2006) The role of sport and physical education in self-concept development of children and adolescents. *Inquiries in sport & physical education*. 4. utg. 1-19.

Kunnskapsløftet – Lærerplaner og fagplan for fag i skolen. *Lærerplan i kroppsøving (2006)*. Oslo: Kunnskapsdepartementet .

Kvale, S. & Birkemann, S. (2012) *Det kvalitative forskningintervju*. Oslo: Universitetsforlag

Lyngstad, I. (2010) ”Ribbevegsløpere” i kroppsøving. I.T Guldal, C.F Dons, S. Sagberg, T. Solhaug & R Tromsdal (red) FaU i praksis Trondheim: Tapir akademisk forlag . 151- 162.

Ommundsen, Y. (2006) *Psykologisk læringsklima i kroppsøving og idrett Idrettspedagogikk*. I: Sigmundsson, H. & Ingebrigtsen, J (red). Oslo: Universitetsforlaget. 47-65

Seelen, J (2012) *Læring, praksis og kvalitet i idretstimene* (Ph.d.-avdelingen). Syddansk univeritet: Odense

### Vedlegg 1: Intervjuguide

Hva synes du om faget kroppsøving?

Er det varierte aktiviteter?
Er du motivert til å være med i kroppsøvingsundervisningen eller er du med fordi du må?
Bruker du en form for skjuleteknikk?
Hvilke skjuleteknikker bruker du?
Hvilke tiltak mener du må til for at du ikke skal bruke skjuleteknikker?
Hvordan ville du undervist i en kroppsøvingstime?

## **Vedlegg 2: Samtykkeerklæring**

### **Samtykkeerklæring**

Undertegnende studerer en bachelor i idrett og kroppsøving ved Nord universitet i Levanger. Bacheloroppgaven jeg jobber med omhandler skjuleteknikk og det psykologiske læringsklimaet hvor jeg vil se på hvordan en kan forebygge bruk av skjuleteknikk.

I forbindelse med denne oppgaven vil jeg høre fra elevenes ståsted om hva de mener kan forebygge bruk av skjuleteknikker. Alle svarene vil bli behandlet anonymt, skolen elevene kommer fra vil ikke bli nevnt i oppgaveteksten.

Elevene har mulighet til å se over svarene etter endt intervju og kan komme kommentarer til det jeg har notert.

Silje-Iren Aalberg

Nord universitet, avdeling Levanger

### **Samtykkeerklæring**

Foresatte samtykker i at intervjuet besvares

Sted og dato

Underskrift

.....

.....



# Opplasting av samtykkeskjema

Opplasting samtykkeskjema

*Last opp pdf.-filen her. Maks én fil.*

BESVARELSE

## Filopplasting

Filnavn	5226410_cand-5823852_5224941
Filtype	pdf
Filstørrelse	51.453 KB
Opplastingstid	26.05.2016 11:12:03



Neste side  
**Besvarelse**  
vedlagt



**SAMTYKKE TIL HØGSKOLENS BRUK AV KANDIDAT-,  
BACHELOR- OG MASTEROPPGAVER**

**Forfatter(e):** Silje Aalberg

**Norsk tittel:** "Jeg er med på kroppøving fordi jeg må"

Om skjuleteknikk og det psykologiske

læringsklimaer

**Engelsk tittel:** "I take part in physical education

because I have to" About hiding

technique and psychological learning climate

**Studieprogram:** kroppøving og idrett - faglærerutdanning

**Emnekode og navn:** KIF 350



Vi/jeg samtykker i at oppgaven kan publiseres på internett i fulltekst i Brage, Nords' åpne arkiv



Vår/min oppgave inneholder taushetsbelagte opplysninger og må derfor ikke gjøres tilgjengelig for andre

Kan frigis fra: \_\_\_\_\_

Dato: 19/5-16

Silje Aalberg

underskrift

underskrift

underskrift

underskrift

