

## KIF350 1 Bacheloroppgave

# Kandidat 53

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

### KIF350 1 Bacheloroppgave

Emnekode	KIF350	PDF opprettet	01.09.2016 13:51
Vurderingsform	KIF350	Opprettet av	Hilde Lyster
Starttidspunkt:	11.05.2016 08:45	Antall sider	39
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-5665676_5224938
Filtype	pdf
Filstørrelse	860.826 KB
Opplastingstid	26.05.2016 11:32:22



Neste side  
**Besvarelse**  
vedlagt

# BACHELOROPPGAVE

Emnekode: KIF 350

Navn: Maren Aksnes Kristiansen

---

Ungdomsskoleelevers friminuttsaktivitet -

Ungdomsskoleelevers benyttelse av skolegården i friminuttene, og betydningen av rektors tanker og holdninger rundt dette.

Secondary school students recess activity –

Secondary school students use of the school yard during recess, and the significance of the principals thoughts and attitudes towards this.

---

Dato: 26.05.2016

Totalt antall sider: 32

## Forord

Etter en lang periode med mye jobbing, er jeg endelig i mål med min bacheloroppgave. Da vi hadde undervisning om folkehelse, fattet jeg stor interesse for temaet med en gang, og bestemte meg tidlig for at dette var noe jeg ville fokusere på i min bacheloroppgave. Temaet er aktuelt og veldig interessant. Prosessen har vært veldig lærerik og givende.

Underveis i arbeidet har jeg fått stor støtte, oppmuntring og hjelp fra veileder, familie, venner og medstudenter. En stor takk til veileder Hilde Kristin Mikalsen for god veiledning og hjelp. En stor takk til familie og venner som har blitt satt på vent, og nesten ikke fått kontakt med meg i løpet av denne prosessen. Selv om jeg har uteblitt fra mange sosiale sammenkomster, har dere vært der for meg og gitt meg uvurderlig støtte og oppmuntring. Takk til pappa som har laget utallige middager til en sulten og sliten student som har spist og dratt like fort som hun kom.

En stor takk til Sverre André og Anne som har lest oppgaven og hjulpet meg med forbedringer.

Den største takken går til medstudent Jonas Wannebo. I tre år har vi sittet å skrevet oppgaver sammen, og delt de medfølgende opp – og nedturene. Arbeidet med denne bacheloroppgaven har til tider vært veldig tøff, men ved god motivasjon, inspirasjon og hjelp fra Jonas, kan jeg endelig si meg ferdig med denne oppgaven.

En stor takk rettes også til skolen som lot meg komme å observere friminutt og intervju rektor.

Nord Universitet

Mai 2016

Maren Aksnes Kristiansen

## Sammendrag

Formålet med denne undersøkelsen var å finne ut i hvilken grad ungdomsskoleelever benytter seg av skolegården i friminuttene, og betydningen av rektors tanker og holdninger rundt dette. Helsedirektoratets anbefalinger om fysisk aktivitet viser nedgang i andelen 9 – 15 åringer som tilfredsstillende anbefalingene. I løpet av denne alderen går barna fra barneskolen til ungdomsskolen. Dette danner grunnlaget for formålet med undersøkelsen, som omhandler elever i ungdomsskolen.

For å kunne svare på problemstillingen ble det benyttet to kvalitative metoder; observasjon og intervju. Ungdomsskoleelevers benyttelse av skolegården i friminuttene ble observert, og rektor ble intervjuet for å finne ut av hvilke tanker og holdninger han hadde rundt dette. All data ble innhentet på en ungdomsskole i Trøndelag.

Det ble observert fire friminutt totalt. Resultatet fra observasjonen av elevenes benyttelse av skolegården i friminuttene viste følgende: I det første friminuttet ble det observert 12 elever; 2,9% av skolens totale elevantal. I det andre friminuttet ble det observert 47 elever; 11,5% av skolens totale elevantal. I det tredje friminuttet ble det observert 27 elever; 6,6% av skolens totale elevantal. I det fjerde friminuttet ble det observert 14 elever; 3,4% av skolens totale elevantal. Resultatet fra intervjuet om rektors tanker og holdninger rundt elevenes benyttelse av skolegården i friminuttene, viser at han er bevisst på observasjonsresultatene, og hadde gjerne ønsket større aktivitet i friminuttene. Rektor har gjort ulike tiltak for å fremme aktivitet i friminuttene, men etterkommer ikke elevenes ønske om lengre friminutt.

Det konkluderes med at elevene benytter seg av skolegården i friminuttene i svært liten grad, men omgivelsene i skolegården virker ikke å være en dempende faktor for dette. Den biologiske faktoren som styrer menneskets behov for å være fysisk aktiv, ser ut til å være skrudd av hos de observerte elevene, og virker dermed ikke som en fremmede faktor lengre. Rektors tanker og holdninger rundt elevenes benyttelse av skolegården i friminuttene og tiltakene han ikke ser noen grunn til å gjøre, danner grunnlaget for å si at betydningen av rektors tanker og holdninger kan virke begrensende for elevenes grad av fysisk aktivitet i løpet av friminuttene. De to største begrensende faktorene i dette tilfellet ser derfor ut til å være den kulturelle faktoren og rektor selv, da tilretteleggingen og påvirkningen for å øke elevenes benyttelse av skolegården ikke er tilstrekkelig nok.

Nøkkelord: Skolegården, friminutt, fysisk aktivitet, rektor, intervju, observasjon

## Innholdsfortegnelse

Forord .....	i
Sammendrag .....	ii
Innholdsfortegnelse .....	iii
1.0 Innledning .....	4
2.0 Teori .....	5
2.1 Fysisk aktivitet .....	5
2.2 Biologiske og kulturelle faktorer .....	5
2.3 Omgivelser .....	6
2.4 Tilrettelegging fra skolen .....	7
2.5 Ansvar for forebyggende folkehelse .....	7
2.6 Rammefaktorteori .....	8
3.0 Metode .....	9
3.1 Kvalitativ metode .....	9
3.2 Utvikling av undersøkelsesinstrument .....	10
Observasjonsinstrument .....	10
Intervjuinstrument .....	10
3.3 Utvalg .....	11
3.4 Gjennomføring av undersøkelsen .....	11
Gjennomføring av observasjon .....	11
Gjennomføring av intervju .....	12
3.5 Behandling og analyse av data .....	13
Behandling og analyse av observasjonsdata .....	13
Behandling og analyse av intervjudata .....	13
3.6 Reliabilitet og validitet .....	14
Observasjon .....	14
Intervju .....	14
4.0 Resultat .....	15
4.1 Observasjonsresultat .....	15
4.2 Intervjuresultat .....	17
Rektors tanker rundt temaet og problemstillingen .....	17
Spørsmål i forhold til friminutt .....	19
Spørsmål angående tiltak for å øke elevenes fysiske aktivitetsnivå i friminuttene .....	20
5.0 Drøfting .....	21
5.1 Drøfting av observasjonsresultat .....	21
5.2 Drøfting av intervjuresultat .....	23
6.0 Konklusjon .....	26
Litteraturliste .....	27
Vedlegg .....	29
Vedlegg 1: Observasjonsskjema .....	29
Vedlegg 2: Intervjuguide .....	30
Vedlegg 3: Forespørsel om gjennomføring av intervju og observasjon .....	31

## 1.0 Innledning

Helsedirektoratet anbefaler at barn og unge er fysisk aktive i 60 minutter gjennomsnittlig hver dag. I tillegg har de utarbeidet anbefalinger om å redusere stillesittingen. Ved å tilfredsstille Helsedirektoratets anbefalinger i forhold til fysisk aktivitet og stillesitting, vil det kunne gi store helsegevinster i form av reduisering av ulike livsstilssykdommer, økt livstid og økt livskvalitet. I tillegg har regelmessig fysisk aktivitet en positiv effekt på psykisk helse, konsentrasjon og læring (Helsedirektoratet, 2014).

Alder (år)	Jenter	Gutter
6	87	96
9	70	86
15	43	58

TABELL 1: HELSEDIREKTORATET (2012).

Tallene i tabell 1 viser utviklingen i hvor stor andel (%) av 6-, 9- og 15-åringer som tilfredsstiller anbefalingene til helsedirektoratet om å være moderat fysisk aktiv minst 60 minutter gjennomsnittlig hver dag. Den største nedgangen ser vi fra 9 – til 15 årsalderen. Ut fra tabellen kan vi se at det er gutter som tilfredsstiller kravet med størst prosent.

Aldersgruppe	Jenter		Gutter	
	Minutter/dag	Prosent/dag	Minutter/dag	Prosent/dag
6 år	392	54	376	52
9 år	470	61	450	59
15 år	571	73	558	71

TABELL 2: HELSEDIREKTORATET (2012).

Tabell 2 viser registrert inaktivitet i minutter og prosent i løpet av en dag for 6-, 9- og 15-åringer. Her ser vi at den største økningen av inaktivitet skjer når barna går fra 9- til 15-årsalderen, og at gutter er mindre inaktive enn jenter.

Både tabell 1 og tabell 2 viser at den største nedgangen i antall barn og unge som tilfredsstiller helsedirektoratets anbefalinger skjer i alderen mellom 9 til 15 år, og det er i denne alderen barn går fra barneskolen til ungdomsskolen. Med bakgrunn i disse tabellene, og



helsegevinsten ved å tilfredsstillende helsedirektoratets anbefalinger, er det tenkelig at skolen, da spesielt ungdomsskolen, bør fokusere på å legge til rette for at elevene skal kunne være fysisk aktiv i løpet av den uorganiserte tiden på skolen.

Dette danner derfor grunnlaget for valg av observasjon av friminutt på en ungdomsskole, og intervju av rektor. Ut fra dette er det laget to problemstillinger. Problemstilling for observasjonen: *I hvilken grad benytter elevene skolegården i friminuttene ved en ungdomsskole i Trøndelag.* Problemstilling for intervju av rektor: *Hvilken betydning har rektors tanker og holdninger rundt elevenes benyttelse av skolegården i friminuttene.*

Dette er et viktig og aktuelt tema å undersøke nærmere, for å se om elevene benytter seg av den uorganiserte tiden på skolen til å være fysisk aktiv, og om skolen bidrar til å øke elevens grad av fysisk aktivitet i løpet av den uorganiserte tiden på skolen ved tilrettelegging og påvirkning. På den måten kan skolen blant annet bidra til å redusere risikoen for livsstilssykdommer hos elevene, og kunne øke graden av barn og unge som tilfredsstillende Helsedirektoratets anbefalinger. Dette kan føre til at skolen bidrar til å bedre folkehelsen.

## **2.0 Teori**

I dette kapittelet blir det gjort rede for relevant teori som setter lys på temaet og som kan begrunne resultatene fra observasjonen og kunne forklare betydningen av resultatet fra intervjuet.

### **2.1 Fysisk aktivitet**

Fysisk aktivitet defineres som «*all kroppslig bevegelse produsert av skjelettmuskulatur som resulterer i en vesentlig økning av energiforbruket utover hvilenivå*»(Departementene, 2004. s. 10). Selve betegnelsen fysisk aktivitet er et nokså vidt begrep. Innenfor begrepet fysisk aktivitet inngår for eksempel arbeid, idrett, mosjon, friluftsliv, lek, trening, trim og kroppsøving (Sosial- og Helsedirektoratet, 2002).

### **2.2 Biologiske og kulturelle faktorer**

Breivik (2013) spør om det er normalt å være fysisk aktiv, og om det er stillesitterne eller de fysisk aktive som representerer et avvik. Både biologiske og kulturelle faktorer påvirker hvorvidt mennesket er fysisk aktiv. For å forklare dette ut i fra et biologisk perspektiv, kan vi si at man har et innebygget behov for å være fysisk aktiv bare opp til en viss alder. Denne

biologiske impulsen skrur gradvis av når man er fullt utvokst og har skaffet seg de ferdigheter man trenger. For at vi skal fortsette å være fysisk aktive etter dette, må vi påvirkes av ytre omgivelser og behov. Mennesket er kun fysisk aktivt i visse situasjoner, når for eksempel farer eller konflikt gjør det nødvendig (Breivik, 2013). Det kan dermed tenkes at mennesket ikke har noen biologisk trang til å være fysisk aktivt.

Den kulturelle faktoren kan være både en dempende og forsterkende faktor for vårt fysiske aktivitetsnivå. En kultur som fører til mye fysisk aktivitet legger opp til aktiviteter i form av lek, sport og spill. Kulturen er da en forsterkende faktor, og mennesket vil ha en trang til fysisk aktivitet uten at farer eller konflikt påvirker (Breivik, 2013). En kultur vil være dempende for fysisk aktivitet hvis det ikke legges vekt på, og legges til rette for, fysisk aktivitet

### 2.3 Omgivelser

Breivik (2013) poengterer viktigheten av at skolens anlegg inviterer elevene i stedet for å selektere dem. Ved å ha et allsidig uteområde med flere muligheter for å være fysisk aktivt, vil man kunne invitere flere til å bruke det. Et uteområde med bare en fotballbane vil kunne selektere de elevene som ikke finner fotball artig eller interessant. Skolens område bør derfor tilrettelegges slik at alle elevene inviteres til å bruke det, og på den måten kunne være fysisk aktivt.

Gibson (1986) utviklet teorien han kalte «ecological psychology» hvor man fremhever at landskapet rundt oss inviterer oss til å bruke det. For at mennesket skal være fysisk aktivt er det avhengig av omgivelsene, da menneskelig aktivitet ikke bare skjer ut fra den enkeltes behov. Mengden og typen av fysisk aktivitet vil derfor være et resultat av tilrettelegging, anlegg og de naturlige og kunstige omgivelsene (Gibson, 1986). Vi kan derfor si at mennesket triggeres av utfordringer i omgivelsene, da en fotballbane kan invitere oss til å spille fotball, et vann kan invitere til å bades i og lekeapparat kan invitere til å lekes med.

Både Breivik (2013) og Gibson (1986) viser til viktigheten av at landskapet rundt oss inviterer oss til å bruke det, men både norsk og internasjonal forskning viser at skolegårder ofte har et rykte på seg om å ha triste landskap. De blir ofte sammenlignet med luftegårder i fengsler eller militær ekserserplass (Ulleberg, 2006). Hendricks (2011) karakteriserer skolegården som SLOAB (*spaces left over after building*). Med dette menes det at skolegården er et resultat av det som blir til overs etter at skolebyggingene er ferdigstilte. Utformingen av skolegården har

vært et resultat av at funksjonen for skolegården skulle være at elevene fikk frisk luft i pausene mellom skoletimene (Ulleberg, 2006).

Haug, Torsheim, Sallis & Samdal (2010) så på de fysiske karakteristika i uteområdet på skolen og elevenes fysiske aktivitet i skoletiden. 16 471 elever deltok i prosjektet i 2004. Undersøkelsen gikk ut på at rektorene rapporterte fasilitetene på skolens uteområde, og elevene rapporterte deres daglige fysiske aktivitetsnivå. Resultatet av undersøkelsen viste at ungdomsskoleelever ved en skole med et stort antall utendørsfasiliteter, hadde nesten tre ganger høyere sannsynlighet for å være fysisk aktiv i friminuttene i forhold til elever ved en skole med få utendørsfasiliteter.

Tilsvarende resultat fant Haug, Torsheim & Samdal (2008) i 2005/2006. I undersøkelsen deltok 1347 8.klasseelever. Resultatet i denne undersøkelsen baseres også på selvrapportering fra rektorene og elevene, og viste at ungdomsskoleelever ved en skole med et stort antall utendørsfasiliteter hadde nesten fem ganger høyere sannsynlighet for å være fysisk aktiv i friminuttene, i forhold til elever ved en skole med få utendørsfasiliteter. Dette viser viktigheten av at skolens uteområdet ikke bør være et resultat av SLOAB, da elevene har høyere sannsynlighet for å være fysisk aktiv hvis skolen har tilstrekkelig med utendørsfasiliteter de kan benytte seg av.

#### **2.4 Tilrettelegging fra skolen**

Stadig flere barn og unge tilbringer mer og mer tid på skolen. Det er derfor viktig at de får muligheten til å være fysisk aktiv i løpet av den tiden de er der (Sosial – og Helsedirektoratet, 2003, Departementene, 2004). For at elevene skal kunne benytte seg av skolegården i friminuttene for å være fysisk aktiv, er de avhengige av at skolen organiserer skoledagen slik at elevene får tilstrekkelig med tid til uorganisert aktivitet (Departementene, 2004). På den måten får elevene anledning til å være fysisk aktiv i løpet av den tiden de tilbringer på skolen.

#### **2.5 Ansvar for forebyggende folkehelse**

Resaland (2010) ville med sitt doktorgradsprosjekt finne ut om 60 minutter lærerstyrt daglig fysisk aktivitet i skolen over to år, hadde noen effekt på elevens fysiske form og risikofaktorer for hjerte – og karsykdommer. Datainnsamlingen varte fra 2004 – 2007, og deltakerne i forskningen besto av en intervensjonsgruppe og en kontrollgruppe. Kontrollgruppen fulgte vanlig fastsatt kroppsøvingstid, to 45minutters økter to ganger i uken. Resultatet viste at

elevene i intervensjonsgruppen økte kondisjonen med 8% mer enn elevene i kontrollgruppa. I tillegg hadde de en signifikant større positiv utvikling når det gjaldt risikofaktorer for hjerte- og karsykdommer (Resaland, 2010). Dette forskningsprosjektet viser hvor stor forskjell skolen kan gjøre, og hvor viktig arbeidet er, når det gjelder forebyggende folkehelse.

Resaland (2012) viser til to scenarier som kan utspille seg når man skal fordele ansvaret for barns daglige fysiske aktivitet mellom foreldrene og det offentlige. Konsekvensen av at ansvaret legges over på foreldrene vil være større økte kostnader for samfunnet, stor økning i fedme og stor økning i diabetes type 2. Ved å øke det offentlige ansvar for forebyggende folkehelse vil det bli mindre forskjeller, bedre helse blant befolkningen og bedre samfunnsøkonomi. I tillegg til dette viser forskning en tendens til økt polarisering av helsen i befolkningen når ansvaret for helseatferd tillegges den enkelte eller foreldrene (Resaland, 2012). Ved å øke det offentlige ansvar vil det ha en positiv virkning for både samfunnsøkonomien og den enkeltes helse.

## 2.6 Rammefaktorteori

Skolens virksomhet påvirkes av ulike rammefaktorer. Noen rammefaktorer fremmer skolens arbeid, og andre kan virke mer begrensende (Imsen, 2006). Hvilke av rammene som virker fremmende, og hvilke av rammene som virker begrensende, kan variere fra skole til skole. De økonomiske midlene til skole og oppvekst fordeles ulikt fra kommune til kommune. Det vil derfor være store forskjeller mellom skolenes økonomi, og hva de tildelte pengene er tenkt til. En skole som har lite økonomiske midler vil kunne se på mange av rammefaktorene som begrensende, mens en skole med god økonomi vil kanskje kunne se på de samme rammene som mer fremmende.

Vi skiller mellom fem typer av rammefaktorer; pedagogiske, administrative, ressursmessige, organisasjonsmessige og rammer knyttet til elevene og deres kulturbakgrunn. Det pedagogiske rammesystemet omhandler skolens oppgave etter lover og forskrifter. Lærerplanene, undervisningens innhold og arbeidsformer ligger også under dette. De administrative rammene består av bestemmelser om hvordan skolen skal ledes og struktureres. Den viktigste administrative rammefaktoren det kjempes med, er timeplanen. De ressursmessige rammene omhandler økonomien og materielle ressurser. Innenfor dette gjelder alt fra skolebygninger, inventar, det totale undervisningstimetallet (rammetimetallet) osv. De organisasjonsmessige rammene gjelder de sosiale forholdene og kulturen på lærerværelset.

Rammer knyttet til elevene og deres kulturbakgrunn omhandler elevenes forutsetninger og skolemotivasjon (Imsen, 2006).

For å kunne svare på problemstillingene anses teori om biologiske og kulturelle faktorer, tidligere forskning på omgivelser, tilrettelegging fra skolen, ansvar for forebyggende folkehelse og rammefaktorteori som relevant. Teori om biologiske og kulturelle faktorer kan si noe om vårt innebygde behov for å være fysisk aktiv, og hvordan kulturen kan påvirke vårt aktivitetsnivå. Teori om omgivelser vil kunne gi svar på om skolens omgivelser har noe å si for elevenes benyttelse av skolegården. Når det gjelder teori om tilrettelegging fra skolen, ansvar for forebyggende folkehelse og rammefaktorteori, vil det være viktig å sette i sammenheng med rektors svar i intervjuet angående hans tanker og holdninger om funnene i observasjonen. Dette for å finne ut om han legger opp til en kultur som virker dempende eller fremmede for elevenes aktivitetsnivå i friminuttene, og om dette har en betydning for elevenes benyttelse av skolegården i friminuttene.

### 3.0 Metode

Metode defineres som et redskap vi kan bruke i møte med noe vi vil undersøke. Ved hjelp av metoden kan vi samle inn data, og dataen vil være informasjonen vi trenger til undersøkelsen. For å kunne svare på problemstillingene, ble det benyttet metodetriangulering; observasjon og intervju (Dalland, 2015). Grunnen for valg av metodetriangulering med observasjon og intervju som metode, var for å få et mer utfyllende svar på problemområdet. «*Ved å kombinere observasjon og intervju kan observasjonen for eksempel gi de nødvendige forutsetninger for intervjuet. Intervjuet kan tilsvarende bidra til å utfylle det bildet som observasjonen gir.*»(Dalland, 2015, s. 185). Kombinasjonen ble derfor observasjon av elever i skolens friminutt og intervju av rektor.

#### 3.1 Kvalitativ metode

Kvalitative metoder brukes når man vil fange opp meninger og opplevelser som ikke lar seg måle eller tallfeste. Datainnsamling ved kvalitativ metode skjer i direkte kontakt med feltet, og dataen som samles inn tar sikte på å få frem helhet og sammenheng. Ved kvalitativ observasjon er det selve helhetsforståelsen ved observasjonen en ønsker å forstå. Ved kvalitativt intervju er hensikten å få frem nyanserte beskrivelser fra intervjupersonen

(Dalland, 2015). Vi kan derfor si at ved kvalitativ metode er det et ønske om å gå i dybden på den informasjonen man innhenter. Både observasjon og intervju er to redskap som brukes innenfor kvalitativ metode.

### **3.2 Utvikling av undersøkelsesinstrument**

Undersøkelsesinstrumentene i dette forskningsarbeidet var et observasjonsskjema, som ble benyttet under observasjonen av elevenes friminuttaktivitet, og en intervjuguide som ble benyttet i intervju med skolens rektor.

#### **Observasjonsskjemaet**

Observasjonsskjemaet (vedlegg 1) ble laget ut fra en mal som har vært brukt i en lignende observasjonsundersøkelse. Skolegården ble delt inn i ulike aktivitetsrom da dette ville gi observatøren en bedre oversikt over elevene, hvor de befant seg og hvilken aktivitet de drev med. De ulike aktivitetsrommene var som følger: 1) kunstgressbane, 2) sykkelbane, 3) asfaltområde, 4) volleyballbane/håndballbane, 5) basketballkurv, 6) grøntområde og 7) område med lekeapparat. I tillegg til dette skulle observasjonsfunnene noteres under følgende punkter: Tid, antall elever i området (totalt), gutter, jenter, hva/aktivitet og aktivitetsnivå (lav, middels, høy). De tre aktivitetsnivåene ble definert ut fra Helsenorge (2014) sin definisjon på lett –, moderat – og høy intensitet. Lav: Aktiviteter som tilsvarer rolig gange. Middels: Aktiviteter som tilsvarer hurtig gange. Høy: Aktiviteter som tilsvarer løping. Observasjonsskjemaet er laget slik at det er god plass til notering, og det presiseres i skjemaet hvordan målingen skal gjøres.

#### **Intervjuinstrument**

Ved intervju hvor det er en fast struktur, er det på forhånd valgt ut tema som samtalen fokuseres mot (Dalen, 2013). I denne undersøkelsen ble det utviklet en intervjuguide (vedlegg 2) med utgangspunkt i rammefaktorteori. Dette fordi «*Rammefaktorer er forhold som virker inn på undervisningen, og som bidrar til å regulere, fremme eller hemme den på ulike måter*»(Imsen, 2006, s. 336). Intervjuguiden forholder seg på den måten til temaet i problemstillingen og rammefaktorteori. Det ble tatt utgangspunkt i fem ulike rammer da spørsmålene ble laget: de pedagogiske rammene, de administrative rammene, de ressursmessige rammene, de organisasjonsmessige rammene og rammer knyttet til elevene og deres kulturbakgrunn.

Intervjuguiden besto av 11 spørsmål hvor noen av disse hadde utdypende tilleggsspørsmål. Det ble derfor 18 spørsmål totalt. Ved å stille åpne spørsmål som tok utgangspunkt i rammefaktorteori, var det mulig å finne ut om noen av rammefaktorene virket fremmende eller begrensende for å øke graden av fysisk aktivitet blant elevene i friminuttene. I tillegg ville åpne spørsmål gi rektor anledning til å reflektere mer fritt om egne holdninger og meninger.

### **3.3 Utvalg**

Det ble valgt å inkludere alle ungdomsskoleelevene, da man ønsker å oppnå en helhetsforståelse av det man observerer ved kvalitativ observasjon. Forholdet mellom individet og omgivelsene er viktig for å kunne se helheten, og man ønsker å se relasjoner og samspill mellom mennesker (Dalland, 2015). Ungdomsskolen består av 16 klasser og 410 elever. Hensikten med observasjonen var å se hvor mange av ungdomsskoleelevene som benyttet seg av skolegården i friminuttene, dermed var alle ungdomsskoleelevene interessante å observere.

Utvalget til intervjuet ble kun rektor. Valg av intervjuperson var et strategisk valg, da det vurderes dithen at rektor har kunnskap om, og innflytelse over, sentrale rammefaktorer for skolens virksomhet. Valget av rektor ble gjort på bakgrunn av rammefaktorteori. Rektor er en avgjørende person, og ettersom rammefaktorene kan være både fremmende og begrensende, kan rektor derfor ha kontroll og innflytelse over noen av disse (Imsen, 2006). I tillegg kan vi si at rektor i seg selv utgjør en sentral rammefaktor for skolens virksomhet.

### **3.4 Gjennomføring av undersøkelsen**

Observasjon av friminutt og intervju av rektor ble gjennomført på samme dag. Både observasjonen og intervjuet var planlagt og avklart med rektor på forhånd.

#### **Gjennomføring av observasjon**

Undersøkelsen startet med observasjon av friminutt på skolens uteområde. Elevene har følgende friminutt i løpet av en skoledag: kl. 9.30-9.40: 10min., kl. 10.25-10.55: 30min., kl. 11.55-12.05: 10min. og 12.50-13.00: 10min. I det første friminuttet var det grått vær, men været bedret seg fort, og det ble sol. Det ble observert fra nøyaktig samme plass til enhver tid, og observatøren var passiv. Fra observatørplassen var det god oversikt over hele uteområdet og alle inn – og utgangene ungdomsskoleelevene benytter seg av. Ved hjelp av observasjonsskjemaet ble det kontinuerlig notert ned antall elever som kom ut. I og med at det

var vanskelig å kontrollere helt eksakt hvem som gikk ut og inn i løpet av friminuttet, ble det foretatt nøyaktig måling midt i de friminuttene som varte i 10 minutter, og hvert femte minutt på friminuttet som varte i 30 minutter. Det ble brukt en digital klokke med tidtaker, og da klokken viste at det var gått fem minutter startet tellingen av elevene.

Rektor hadde ikke informert elevene om at observasjonen skulle foregå. På den måten var ikke observasjonen en påvirkende faktor for om elevene benyttet seg av skolegården i friminuttene. Det som skjedde utenom det som var planlagt å observere ble sett bort fra. Det var derfor ingen forstyrrelser underveis i observasjonen som kunne ha påvirket målingene. Tiden mellom friminuttene ble brukt til å notere observasjonsfunnene på PC, og forberede neste observasjon og intervjuet som skulle foregå kl. 13.00.

### **Gjennomføring av intervju**

Intervjuet startet på rektors kontor kl. 13.00 etter at alle friminuttene var observert. Vi hadde først en samtale rundt våre erfaringer med utdanning og militærtjeneste, noe vi hadde til felles. Samtalen fløt godt rundt dette i ca. 15 minutter. En slik samtale kan være med på å gjøre stemningen litt mindre anspent og formell, i tillegg til at det kan påvirke innstillingen intervjupersonen har til intervjuet. Et godt førsteinntrykk kan være med på å legge grunnlaget for et godt møte med intervjupersonen (Dalland, 2015).

Rektor fikk så et skriv om forespørsel om gjennomføring av observasjon og intervju (vedlegg 3). Han fikk både skriftlig og muntlig informasjon om hvordan dette skulle foregå, og han godtok og skrev under. I og med at observasjonen skjedde før rektor skrev under godkjenningen for observasjon og intervju, hadde han gitt en muntlig godkjenning for observasjonen på forhånd. Det ble så presisert grundig at hverken enkeltelever, ansatte eller skolen skulle gjengis i denne oppgaven. Innledningsvis ble det klargjort, fra en forhåndsskrevet sjekklister, hva som var hensikten med intervjuet og hvordan det skulle foregå. Selv om rektor hadde skrevet under på forespørselsbrevet hvor det sto at intervjuet ville bli tatt opp med lydopptaker på mobiltelefon, fikk han beskjeden «da starter jeg å ta opp det som blir sagt med mobiltelefonen nå, hvis det er greit for deg?» da det var naturlig å gå fra samtale til intervju. Spørsmålene ble stilt i den rekkefølgen de var skrevet.

Det var til sammen 18 spørsmål, der noen av disse var utdypende tilleggsspørsmål. Det ble stilt til sammen 15 spørsmål. Rektor svarte på noen av tilleggsspørsmålene underveis i intervjuet uten at de ble stilt, det var derfor ingen grunn til å stille tre av spørsmålene. Intervjueren stilte kun spørsmålene slik de var skrevet ned, og kom ikke med kommentarer



utenom dette under intervjuet. Selve intervjuet varte i 26 minutter og 44 sekunder. Avslutningsvis ble det en samtale rundt hva rektor syntes om spørsmålene og videre studier.

### **3.5 Behandling og analyse av data**

Da all data for denne undersøkelsen var samlet inn, startet arbeidet med å behandle og analysere innsamlet informasjon.

#### **Behandling og analyse av observasjonsdata**

Observasjonsdataen ble systematisert og analysert ved frekvensfordeling og univariat analyse. Ved univariat analyse beskrives én og én variabel ved hjelp av statistiske mål (Jacobsen, 2015). Observasjonsdataen ble fremstilt ved tre tabeller: Totalt antall elever observert i hvert friminutt og fordelingen mellom gutter og jenter, elevenes benyttelse av aktivitetsrommene, og antall elever observert på skolens uteområde i prosent. Disse tabellene blir fremstilt under resultatkapittelet. For det lengste friminuttet ble det målt hvert femte minutt under observasjonen, det ble derfor regnet gjennomsnitt for dette friminuttet.

#### **Behandling og analyse av intervjudata**

Intervjuet ble tatt opp med lydopptaker på mobiltelefon. Første behandling var derfor transkribering. Intervjuet ble transkribert ordrett uten noen form for forkortelser eller avgrensninger. Innsamlet data fra intervjuet ble delt inn i følgende analyseområder: 1) Elevenes generelle fysiske aktivitetsnivå i friminuttene (spørsmål 1 og 2). 2) Rektors tanker rundt temaet og problemstillingen (spørsmål 3, 4, 7, 8, 12). 3) Spørsmål angående tiltak for å bedre elevenes fysiske aktivitetsnivå i friminuttene (spørsmål 5, 6, 9, 10, 11, 13, 14). Det siste og 15. spørsmålet gikk ut på at rektor kunne tilføye noe han syntes var relevant eller komme med en avslutningskommentar. Dette spørsmålet ble derfor ikke plassert i et av analyseområdene.

Etter at alle intervjusvar var behandlet, ble de på nytt delt inn i analyseområder, da alle intervjusvarene ikke ble funnet like relevante for problemstillingen. I resultatkapittelet er intervjusvarene delt inn i følgende analyseområder: 1) Rektors tanker rundt temaet og problemstillingen (spørsmål 1, 3 og 12). 2) Spørsmål i forhold til friminutt (spørsmål 4, 9 og 11). 3) Spørsmål angående tiltak for å øke elevenes fysiske aktivitetsnivå i friminuttene (spørsmål 5, 7 og 13).

### **3.6 Reliabilitet og validitet**

Med validitet menes det at det som måles må ha relevans og være gyldig for problemet som undersøkes. Med reliabilitet menes det at målingene utføres korrekt, og at feilmarginer blir oppgitt. Resultatet vil da være pålitelig og ha reliabilitet (Dalland, 2015).

#### **Observasjon**

Når det gjelder reliabiliteten i observasjonen, kan det selvfølgelig være tilfellet at observatøren ikke har klart å måle helt nøyaktig. I og med at det var så få elever som var ute i friminuttene til enhver tid, er det tenkelig at målingene er pålitelig. Det ble kun foretatt målinger i friminuttene i løpet av én skoledag, det er derfor ikke gitt at målinger på andre dager, med for eksempel annet vær, ville gitt samme resultat. Observasjonsfunn fra en dag kan likevel representere en tendens når det gjelder elevenes benyttelse av skolegården i friminuttene. Under observasjonen ble elevenes aktivitetsnivå målt til lavt, middels eller høyt. Dette kan være vanskelig å måle likt, da alle kan ha ulik oppfatning om hva som definerer de ulike aktivitetsnivåene. Alle målinger ble gjort på nøyaktig samme måte, og reliabiliteten i utførelsen av målingene blir derfor ansett som relativt høy. Når det gjelder validiteten er observasjonen gyldig da det som skulle observeres ut fra problemstillingen ble observert.

#### **Intervju**

Intervjuspørsmålene anses som høyt valide, da de er relevante for problemstillingen og er teoretisk forankret. Flere av spørsmålene belyste problemstillingen, og tilleggsspørsmålene hadde en mer utdypende form. En utfordring under intervju kan være kommunikasjonsprosessen. Utfordringer innenfor dette kan blant annet være om intervjuobjektet har forstått spørsmålet, og hvordan intervjueren tolker svarene (Dalland, 2015). Intervjuet ble tatt opp med mobilens lydopptaker, og senere transkribert. Ved transkribering er det vanskelig å få frem ordlyden, og meningen med det som blir sagt kan bli endret ved å transkribere fra dialekt til bokmål. Ved å transkribere intervjuet ordrett uten forkortelser, og ved å stille åpne, forståelige og teoretisk forankrede spørsmål økte det validiteten på intervjuet. Intervjusvarene stemmer godt overens med spørsmålene, og intervjusvarene er godt forståelig. Reliabiliteten i intervjuet anses derfor som relativt høy.

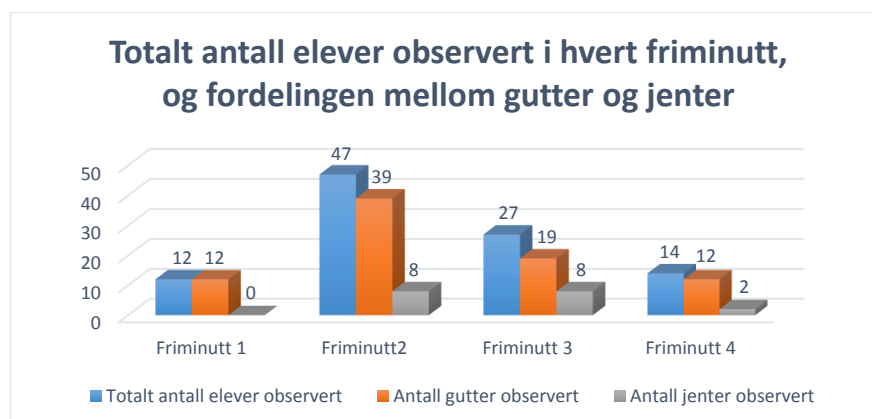
## 4.0 Resultat

I dette kapittelet presenteres resultatene fra observasjonen og intervjuet.

Observasjonsresultatet er fremstilt i tre ulike tabeller: Tabell 3: Totalt antall elever observert i hvert friminutt, og fordelingen mellom gutter og jenter. Tabell 4: Elevenes benyttelse av aktivitetsrommene. Tabell 5: Antall elever observert i skolegården i prosent. Intervjuresultatet blir presentert under tre analyseområder: Rektors tanker rundt temaet og problemstillingen, spørsmål i forhold til friminutt og spørsmål angående tiltak for å øke elevenes fysiske aktivitetsnivå i friminuttene.

### 4.1 Observasjonsresultat

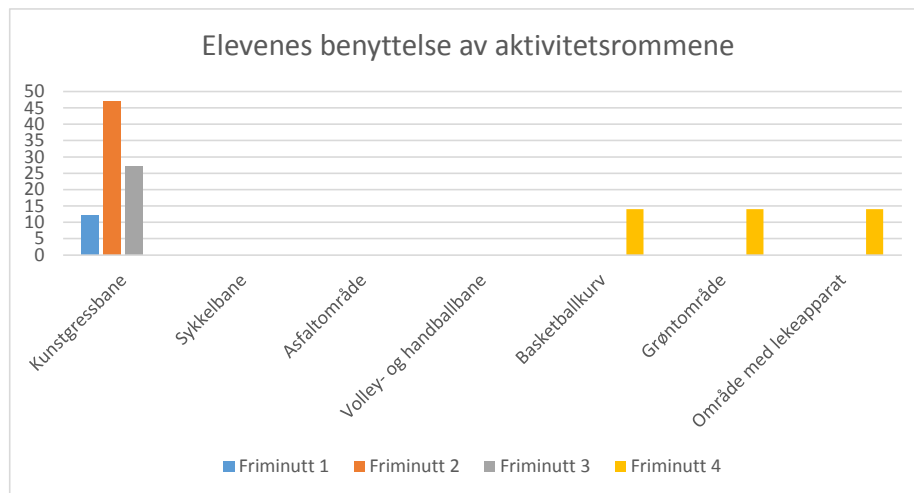
Observasjonsresultatet ble først fremstilt i et diagram som viser oversikten over totalt antall elever observert i hvert friminutt, og fordelingen mellom gutter og jenter:



Tabell 3: Oversikt over totalt antall elever observert i hvert friminutt, og fordelingen mellom gutter og jenter.

Tabell 3 viser at i det første friminuttet ble observert 12 elever (12 gutter, 0 jenter). I det andre friminuttet ble det observert 47 elever (39 gutter, 8 jenter). I det tredje friminuttet ble det observert 27 elever (19 gutter, 8 jenter). I det fjerde friminuttet ble det observert 14 elever (12 gutter, 2 jenter). Tabellen viser også at det var færrest elever som benyttet seg av skolegården i det første friminuttet. I det andre og det lengste friminuttet er det regnet gjennomsnitt av målingene som ble gjort hvert femte minutt, og dette var det friminuttet hvor det ble observert flest elever. Ut fra tabellen kan vi se at den største andelen av totalt observerte elever var gutter.

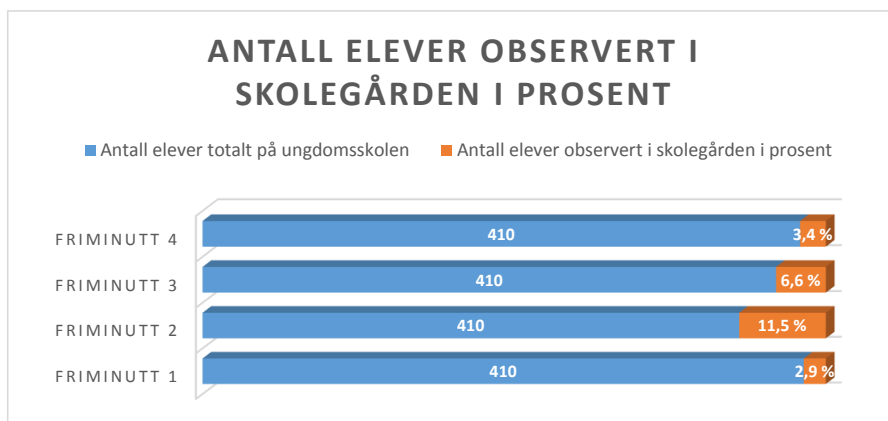
For å kunne se i hvilken grad elevene benyttet seg av skolegården i friminuttene, ble observasjonsresultatet fremstilt i et diagram slik at man kan se hvor elevene befant seg i hvert friminutt:



Tabell 4: Oversikt over antall elever observert i de ulike aktivitetsrommene for hvert friminutt.

Tabell 4 viser at de observerte elevene benyttet seg kun av kunstgressbanen i de tre første friminuttene. I det siste friminuttet benyttet elevene seg av grøntområdet, basketballkurv og område med lekeapparat. Ut fra tabellen kan vi se at elevene har mange ulike aktivitetsrom de kan benytte seg av. Aktiviteten på kunstgressbanen i de tre første friminuttene besto av fotballaktivitet. Denne fotballaktiviteten gikk ut på at elevene sto samlet foran mål for så å prøve å score. Aktivitetsnivået ble derfor målt til lavt/middels i de tre første friminuttene. I det fjerde friminuttet, hvor elevene benyttet seg av grøntområde, basketballkurv og lekeapparat, besto aktiviteten av gåing, skyting på basketballkurven og husking på huskeapparat. Aktivitetsnivået ble i dette friminuttet også målt til lavt/middels.

For å vise observasjonsresultatet fra en annen vinkel enn tidligere presentert, er det laget en tabell som viser prosentandelen av skolens totale elevtall som benyttet seg av skolegården i hvert friminutt:



Tabell 5: Tabellen viser totalt antall elever observert i skolegården til hvert friminutt regnet i prosent opp mot skolens totale elevtall.

Tabell 5 viser at i det lengste friminuttet var det 11,5% av ungdomsskolens elever som benyttet seg av skolegården. I og for seg er ikke det en stor andel, men sammenlignet med de tre andre friminuttene med forholdsvis 2,9% i det første friminuttet, 6,6% i det tredje friminuttet og 3,4% i det fjerde friminuttet, er det en stor forskjell.

#### 4.2 Intervjuresultat

Intervjuresultatet er delt inn i tre ulike analyseområder: Rektors tanker rundt temaet og problemstillingen, spørsmål i forhold til friminutt og spørsmål angående tiltak for å øke elevenes fysiske aktivitetsnivå i friminuttene.

##### Rektors tanker rundt temaet og problemstillingen

Observasjonen viste at det var få elever som benyttet seg av skolegården i friminuttene.

Rektor fikk dermed spørsmål om hva han trodde kunne være grunnen for at elevene satt inne i friminuttene, i stedet for å være fysisk aktiv ute. Rektor svarte følgende:

*«Det kan være mange grunner, tror jeg. Det ene kan være at vi har en skole som inviterer til sosialt fellesskap inne. Vi har en fin kantine, fint amfi og det er mange muligheter for å være inne. Vi har også en flerbrukshall som vi delvis tilrettelegger aktiviteter i friminuttene, i alle fall på vinteren, slik at de kan være inne på vinteren. Jeg tror nok at mesteparten mener det at det er veldig trivelig å være inne altså. Også er det litt med det at når de kommer i ungdomsskolealderen så har vi fra før år erfaring med at selv om ungene var ute i friminuttene på barneskolen, så ble ikke det*

*nødvendigvis videreført på ungdomstrinnet. Det er noe som skjer i den alderen der altså»*

Her viser rektor til tilrettelegging som gjøres innendørs, spesielt på vinteren, for at elevene kan være fysisk aktiv inne. Han ser også at elevenes aktivitetsnivå på barneskolen ikke nødvendigvis blir videreført til ungdomstrinnet.

Rektor og lærerne er de som kan påvirke elevene i størst grad til å være fysisk aktiv i løpet av friminuttene. Rektor er en avgjørende person, og hans tanker og holdninger kan påvirke hans avgjørelser, som igjen kan ha betydning for elevenes grad av fysisk aktivitet i løpet av skoledagen. Det var derfor interessant å vite hvilke tanker rektor hadde om at elevene var så lite fysisk aktiv i friminuttene, og hva rektor trodde lærerne mente om dette. På dette spørsmålet svarte rektor:

*«Det har vi diskutert veldig mye. Tatt det opp i elevrådet også. [...]. Vi hadde gjerne ønsket større aktivitet. [...]. Vi har tenkt, kan det være en begrensende faktor at vi har ute og innesko? Det er en tanke som vi har tenkt på, for det har vi. Elevene skylder delvis på at de har korte friminutt, men når vi da kommer til langfriminuttet så kan det ikke være det heller, for det er nok noen flere ute da, men ikke så mange som vi skulle ønsket. [...]. For det kan ikke være det at skolegården ikke er attraktiv nok, det kan det ikke være altså.»*

Rektor er klar på at de skulle ønsket det hadde vært større aktivitet blant elevene i friminuttene. Her ser vi at rektor er bevisst på at det er flere elever som benytter seg av skolegården i det lengste friminuttet, og at elevene selv mener de ellers har for korte friminutt. Han resonnerer rundt det at skolen har ute – og innesko, og at det kan være en begrensende faktor for om elevene går ut i friminuttene eller ikke. Etersom rektor er en avgjørende person, og elevene tilbringer en så stor del av dagen på skolen, fikk han spørsmål om han føler noe ansvar for at elevene bør være fysisk aktiv i løpet av friminuttene:

*«Altså, jeg har ikke noe valg på å ... Nei da, det er ... Det føler man at man er ansvarlig for, og at man er hele tiden på jakt etter noen løsninger der som gir den optimale utnyttelsen. Og derfor diskuterer vi det hvert år sammen med de enkelte. I elevrådet og det. Men det er vanskelig å komme til noe ... Altså, du kan få det svaret at «vi vil ha lengre friminutt» ja, men det er liksom ... du får ikke de konstruktive tilbakemeldingene bestandig. Lengre friminutt, ja, det skjønner jeg. Men hvor ... Hvordan skal vi regulere det da? Den forståelsen er ikke tilstede bestandig. Så ansvaret sitter til meg, så prøver jeg å ta opp det som et tema. Både hos kollegaer og elevene. [...].»*

Rektor sier selv at han føler et ansvar for at elevene skal være fysisk aktiv i friminuttene. For å finne optimale løsninger blir det tatt opp som et tema, både blant elever og ansatte, men det

er vanskelig å finne en løsning på det da alle ikke har forståelsen for hvordan det skal reguleres for å skape endringer.

### **Spørsmål i forhold til friminutt**

Skolen har et veldig stort og attraktivt uteområde, og det ligger godt til rette med flere ulike aktivitetsrom elevene kan benytte seg av. Det var derfor viktig å stille spørsmål om hva rektor mener hensikten med friminuttene er, og om han tror det er ulike meninger blant lærerne i forhold til dette. Rektor svarte:

*«Det tror jeg kan være litt forskjellig. Altså, det er klart at du skal forflytte deg fra den ene aktiviteten til den andre mange ganger, det skal det være, det skal være rom for det. Men jeg, jeg er ikke sikker på ... Det å ha et friminutt, det er ikke erlik det å være fysisk aktiv egentlig. Det kan være det å sette seg ned å slappe av, snakke med venner og venninner og bygge relasjoner og bygge det som vi fint kaller sosial kompetanse. [...] Så tenker jeg at friminuttet skal, da bør vi i alle fall klare å ivareta mangfoldsbehovet til elevene. For behovet for aktiviteter i det friminuttet er veldig forskjellig fra elev. Man må i alle fall klare å ivareta den som har lyst til å ut for å spille fotball, den som har lyst til å sitte å spille sjakk, den som har lyst til å prate. Altså sånn at vi har ... det er det som ansatte ser som friminuttet sin funksjon mest som tenker jeg.»*

Her er rektor tydelig på at hensikten med friminutt ikke trenger å være at elevene skal være fysisk aktiv. Her snakker han om at det å bygge sosial kompetanse, og klare å ivareta mangfoldsbehovet til elevene, er noe skolen skal kunne legge til rette for i friminuttene. I tillegg sier han at det skal være rom for forflytning i friminuttene, fra den ene aktiviteten til den andre. Observasjonen viste at det var flest elever som benyttet seg av skolegården i det lengste friminuttet, noe rektor også var bevisst på. Han fikk derfor spørsmål om lengden på timene og friminuttene endres noen gang, eller om det kjøres samme timeplan over flere år. Han svarte:

*«Vi kjører samme timeplan over flere år, det gjør vi. Men vi har endra, men der har ikke ... [...]. Svaret på spørsmålet er at det har vært sånn som det er nå, den inndelingen vi har her, har vi hatt siden like før vi kom på ny-skolen tenker jeg, og det var i 2012, så 4-5 år da i alle fall.»*

Skolen kjører samme timeplan over flere år, og har hatt samme timeplaninndeling i 4-5 år. Det ble deretter stilt spørsmål om det er aktuelt å endre lengden på friminuttene, og på det svarte rektor:

*«Vi har ikke drøftet det nå, det har vi ikke. Men vi har hatt og prøvd som jeg sa femminutters friminutt. Vi har det. Men, elevene den gangen var ikke så veldig fornøyd med det altså. De vil ha minimum ... Skal de ... De synes det er tussig å gå. Det blir som å gå direkte over fra en undervisnings økt over til en annen uten en pause. De*

*skal ned og hente boka og i skapet sitt og sånt så. Akkurat nå er det ikke aktuelt det altså. Jeg synes det fungerer godt nå.»*

Her ser vi at det er gjort endringer tidligere. De har prøvd å ha femminutters friminutt, men ettersom elevene ikke var fornøyde med det, ble det endret til minimum tminutters friminutt. Rektor mener det ikke er aktuelt å endre noe mer på dette, da han synes det fungerer godt slik det er i dag.

### **Spørsmål angående tiltak for å øke elevenes fysiske aktivitetsnivå i friminuttene**

For å finne ut om hvilken kultur som råder blant rektor og lærerne på skolen, i forhold til det å påvirke og motivere elevene til å benytte seg av skolegården til å være fysisk aktiv, ble det stilt spørsmål om lærerne oppmuntrer elevene til å bruke friminuttene ute til å være fysisk aktiv. Rektor svarte følgende:

*«Det går jeg ut i fra. Når vi har fellessamlinger så oppmuntrer vi til det, når vi har foreldrene samlet så oppmuntrer vi til det, til at foreldrene også skal påvirke. [...]. Jeg ser jo hvilken endring det ble i aktivitet etter at mobilforbudet i friminuttene kom. Da ble endringen på aktiviteten stor i forhold til passivitet som var i den tiden det var mobilforbud, hvor dem var veldig ... Hvor det var fritt ... Passivitet når det var fritt med mobil i friminuttene, og nå når det er forbud er det en helt annen aktivitet. Det er det. Det ser vi tydelig, veldig tydelig.»*

Rektor går ut i fra at lærerne oppmuntrer elevene til å bruke friminuttene til å være ute i fysisk aktivitet. Selv oppmuntrer rektor til dette på fellessamlinger, og når foreldrene er til stede. Skolen har nå innført et mobilforbud i friminuttene. Rektor mener at dette tydelig har påvirket aktivitetsnivået til elevene i friminuttene til det positive.

Rammefaktorene kan virke både fremmende og begrensende for skolen. Rektor er en avgjørende person i forhold til dette, og vi kan i tillegg si at rektor utgjør en sentral rammefaktor for skolens virksomhet i seg selv. Han fikk derfor spørsmål om noen av rammefaktorene virker fremmende eller begrensende i forhold til å arrangere idrettsdager/idrettsarrangement på skolen:

*«Ikke på skolen, føler jeg ikke det er så mye. Men jeg føler det er noen av rammefaktorene for at vi skal komme oss ut å ta i bruk nærområdet mer enn hva vi får til. Det gjør jeg. [...]. Da må du komme deg noe sted, så der mangler vi litt penger for å få det til, ressurser der for å komme oss ut så mye som mulig. Det er mest det som går på. Men for å få til aktivitetsdager oppå her ... Nei, skulle ikke vi få det til her, tenker jeg, hvem skal få det til da? [...]. Jeg så bare når de kom med «ti på topp» - turene, de turene der, den orienteringsklubben, og ville ha skolene med på det for å ta i bruk det. Det er ikke så enkelt det å ta i bruk det, for da skal du komme deg dit, og det ... Ja, så vi måtte si at dette må bli en oppgave for heimen, akkurat dette.»*



Rektor ser ikke på noen av rammefaktorene som begrensende når det gjelder å arrangere ulike idrettsdager/idrettsarrangement på skolen. Når det gjelder å ta i bruk nærområdet, å komme seg bort fra skolen, blir den ressursmessige rammefaktoren begrensende da de mangler penger til dette. Når det gjelder orienteringsklubbens ønske om at skolen skal delta på «ti på topp» -turene, mener rektor at dette må bli en oppgave for heimen. Rektor ble så spurt om hvilke tiltak han har gjort, og eventuelt kan gjøre, for å øke graden av fysisk aktivitet i friminuttene:

*«Det blir som jeg har sagt det, og at man tar opp temaet til drøfting. At man får kjøpt inn noe ønsket utstyr som er med på å fremme aktivitet. Og det da, og likens at vi får ... at vi stimulerer til aktivitetsdager, turneringer ... Det er vel de tre punktene egentlig som er svaret på det.»*

Her peker rektor på tre punkter for å svare på spørsmålet; han tar opp temaet til drøfting, kjøper inn utstyr som fremmer aktivitet og stimulerer til aktivitetsdager og turneringer.

## 5.0 Drøfting

I dette kapittelet blir observasjons – og intervjuresultatene drøftet opp mot relevant teori belyst i teorikapittelet. Resultatene fra observasjonen og intervjuet blir drøftet hver for seg. For å komme nærmere inn på rektors tanker og holdninger, blir intervjuresultatene fra de ulike analyseområdene drøftet om hverandre.

### 5.1 Drøfting av observasjonsresultat

Resultatene fra observasjonen viste at det var en svært liten andel av ungdomsskoleelevene som benyttet seg av skolegården i friminuttene. Haug, Torsheim, Sallis & Samdal (2010) og Haug, Torsheim & Samdal (2008) fant ut ved sine to undersøkelser at ungdomsskoleelever ved en skole med et stort antall utendørsfasiliteter hadde nesten tre og fem ganger høyere sannsynlighet for å være fysisk aktiv i friminuttene, i forhold til elever ved en skole med få utendørsfasiliteter. Det er viktig å presisere at denne ungdomsskolen har et veldig fint og attraktivt uteområde med mange ulike aktivitetsrom, og dermed et stort antall utendørsfasiliteter. Når man tar denne skolens uteområde i betraktning opp mot denne forskningen, ville man trodd at elevene på denne skolen benytter skolegården i friminuttene i stor grad. Dette er ikke tilfellet, da observasjonsresultatene viser at prosentandelene av skolens elever som benyttet seg av skolegården i de ulike friminuttene var: 2,9%, 11,5%, 6,6% og 3,4%.

Både Breivik (2013) og Gibson (1986) poengterer at omgivelsene bør invitere elevene til å bruke det. Elevene har mange ulike aktivitetsrom de kan benytte seg av, utearealet er relativt nytt, og man finner natur og naturlige omgivelser i nærheten. I følge Gibson (1986) og hans teori om «ecological psychology», er vi mennesker avhengige av at omgivelsene, både de naturlige og de kunstige, påvirker oss for at vi skal være aktive. Både de naturlige og de kunstige omgivelsene på denne skolen er av en slik art at de skal kunne trigge elevene til å bruke det å være fysisk aktiv. Allikevel viser observasjonsresultatene at en svært liten andel av skolens elever benytter seg av skolegården i friminuttene. I tillegg benyttet elevene seg i liten grad av de ulike aktivitetsrommene og utendørsfasilitetene. I de tre første friminuttene var det kun kunstgressbanen elevene benyttet seg av.

Observasjonen viste at den største andelen av observerte elever i alle friminutt var gutter. Dette funnet samsvarer med Helsedirektoratets tabeller (tabell 1 og tabell 2) som viser at gutter tilfredsstillende anbefalingen om 60 minutter gjennomsnittlig daglig fysisk aktivitet i større grad enn jenter. I tillegg er gutter mindre inaktive i forhold til jenter i løpet av en dag (Helsedirektoratet, 2012). Guttene føler seg kanskje mest invitert av kunstgressbanen for å spille fotball. Dette kan derfor være en av grunnene til at observasjonsresultatet viser størst andel av gutter som benyttet seg av skolegården i friminuttene, og da hovedsakelig av kunstgressbanen.

Ulleberg (2006) viser til at skolegårder ofte har et rykte på seg om å bli sammenlignet med luftegårder i fengsler, og at skolegårdens utforming har vært et resultat av at friminuttens hensikt har vært at elevene skal få frisk luft i pausene mellom skoletimene. Hendricks (2011) karakteriserer skolegårder som SLOAB (*spaces left over after building*), den plassen som blir til overs etter at skolebyggingene er ferdigstilte. Dette er nok ikke tilfellet på denne skolen. Det er, som sagt, en relativt ny skole, og skolegårdens aktivitetsrom er varierte i tillegg til at de inviterer en stor andel av ungdomsskolens elever. Det er tydelig at denne skolegården er planlagt i samhold med skolebygningene, og skolens omgivelser skal kunne invitere en større andel av elevene enn det observasjonsresultatene viser.

Det er ikke bare omgivelsene som kan trigge oss mennesker til å være fysisk aktive. I følge Breivik (2013) kan både biologiske og kulturelle faktorer påvirke hvorvidt mennesket er fysisk aktiv. Den biologiske faktoren skrur av, da man er fullt utvokst og har skaffet seg de ferdighetene man trenger. Vi har da ikke lenger et innebygd behov for å være fysisk aktiv. Dette kan vi se i sammenheng med tabell 1, som viser at den største nedgangen av barn og

unge som tilfredsstillt anbefalingene om 60 minutter gjennomsnittlig daglig fysisk aktivitet, skjer mellom 9- og 15årsalderen (Helsedirektoratet, 2012). Det er i denne alderen man går fra barneskole til ungdomsskole.

Disse tallene gjenspeiles også i observasjonsresultatene, som omhandler elever i alderen 13 til 16 år, som viser at det er en svært liten andel av skolens elever som er fysisk aktiv i skolegården i friminuttene. Det er dermed tenkelig at den kulturelle faktoren, som må ta over etter at den biologiske faktoren skrur av, muligens er en dempende faktor for elevenes fysiske aktivitetsnivå i friminuttene på denne skolen. En kultur som er dempende for elevenes fysiske aktivitetsnivå legger ikke vekt på, eller til rette for, fysisk aktivitet (Breivik, 2013). Rektors svar i intervjuet, som belyser hans tanker og holdninger om elevenes benyttelse av skolegården i friminuttene, vil kunne gi en indikasjon på om det er en dempende kultur for dette på skolen.

## **5.2 Drøfting av intervjuresultat**

Rektor fikk under intervjuet spørsmål om hva de ansatte mener hensikten med friminuttene er, og om det eventuelt er aktuelt å øke lengden på friminuttene. Rektor var klar på at det å ha et friminutt ikke nødvendigvis er for at elevene skal være fysisk aktive. Dette tar oss tilbake til Ullebergs (2006) betraktning om at friminuttene før var til for at elevene skulle få frisk luft i pausene mellom skoletimene. Rektor deler nok den samme betraktningen, da han mener at forflytning fra den ene aktiviteten til den andre er en del av hensikten med skolens friminutt.

For at elevene skal kunne benytte seg av uteområdets fasiliteter i friminuttene, er de avhengige av at skolen tilrettelegger slik at det blir satt av tilstrekkelig med tid til elevenes uorganiserte aktiviteter (Departementene, 2004). Slik det er på skolen i dag har elevene tre friminutt på 10 minutter, og et lengre friminutt på 30 minutter. Observasjonsresultatet viste at det var størst andel av ungdomsskolens elever, 11,5% av skolens totale elevantall, som benyttet skolegården i det lengste friminuttet. Dette var rektor bevisst på. På spørsmål om det var aktuelt å øke lengden på friminuttene, sa rektor at det ikke er aktuelt på et nåværende tidspunkt, da han synes det fungerer godt slik det er i dag. Han ser ikke på lengden på friminuttene som begrensende, men sier at elevene selv gir uttrykk for at de ønsker lengre friminutt.

Ut i fra observasjonsresultatet, og rektors svar om at elevene uttrykker at det er ønskelig med lengre friminutt, hadde en økning av lengden på friminuttene kunne vært et hensiktsmessig

tiltak for å øke graden av elevenes benyttelse av skolegården i friminuttene, og på den måten påvirket elevenes helse. Helsedirektoratet (2014) viser til at regelmessig fysisk aktivitet ikke bare gir store helsegevinster, det har også en positiv effekt på konsentrasjon og læring. Selv om rektor mener at hensikten med friminuttene ikke trenger å være at elevene skal være fysisk aktiv, og at å øke lengden på friminuttene ikke er aktuelt, skulle han ønsket at det var større aktivitet i friminuttene blant elevene.

Løsningen for å oppnå større aktivitet blant elevene i friminuttene ligger blant annet hos rektoren selv, som kan legge til rette slik at elevene kan få muligheten til å benytte seg av skolegården i friminuttene. Etersom rektor ikke vil gjennomføre tiltaket elevene har et ønske om, at lengden på friminuttene skal økes, kan det virke dempende på i hvilken grad elevene benytter seg av skolegården i friminuttene. I dette tilfellet vil det være en dempende faktor da rektor ikke legger til rette for lengre friminutt, som kan øke graden av fysisk aktivitet blant elevene i friminuttene (Breivik, 2013). Skolen inviterer til et sosialt fellesskap innendørs, og fokuserer på at friminuttene skal være en pause hvor skolen skal klare å ivareta mangfoldsbetøvet til elevene. Det er dermed lagt til rette for at elevene kan benytte skolens amfi og kantine til å være innendørs i friminuttene, slik at de kan bygge sosiale relasjoner, sitte å slappe av og snakke med venner og venninner.

Rektor har gjort andre ulike tiltak for å øke elevens fysiske aktivitetsnivå i friminuttene. Han oppmuntrer både ansatte og foreldre til å være med på å påvirke elevene til å være mer fysisk aktiv i friminuttene. Det er også innført mobilforbud i friminuttene på skolen. Rektor så en tydelig økning i aktivitetsnivået etter at forbudet kom. Rektor sier at skolen har blitt invitert av orienteringsklubben om å delta på «ti på topp» - turer i nærområdet. Rektor la det ansvaret over på foreldrene. Resaland (2012) viser til at ved å legge ansvaret for barns daglige fysiske aktivitet over på foreldrene, vil det bli økt polarisering av helsen i befolkningen, større økte kostnader for samfunnet, stor økning i fedme og stor økning i diabetes type 2. Skolen bør derfor ta et større ansvar for den forebyggende folkehelsen når stadig flere barn og unge tilbringer mer og mer tid på skolen (Departementene, 2004). I dette tilfellet er det viktig å presisere at rektor ikke legger alt ansvar for elevenes daglige fysiske aktivitet over på foreldrene, man kan heller si at han oppfordrer dem til å bidra.

Rektor selv skulle gjerne tatt med elevene på disse turene etter oppfordring fra orienteringsklubben, men her er det den ressursmessige rammefaktoren som virker begrensende. Den ressursmessige rammefaktoren omhandler økonomien og materielle

ressurser (Imsen, 2006). For at slike turer skal kunne gjennomføres er elevene avhengige av transport. Den ressursmessige rammefaktoren vil da være begrensende i og med at skolen ikke har økonomi til dette. For at de skal kunne arrangere ulike idrettsdager/idrettsarrangement på skolen, mener rektor at ingen av rammefaktorene virker begrensende for det. Dette er noe de arrangerer noen ganger i året for elevene, både innendørs og utendørs.

Rektor i seg selv utgjør også en rammefaktor for skolens virksomhet, da han er en avgjørende person. Hans tanker, holdninger og ansvarsfølelse til elevenes benyttelse av skolegården vil kunne ligge til grunn for i hvilken grad det legges til rette for, og hvilke tiltak rektor gjennomfører, for å øke elevenes aktivitetsnivå i friminuttene. Med andre ord kan vi si at rektors tanker og holdninger kan ha betydning for elevenes grad av fysisk aktivitet i skoletiden. Da rektor fikk spørsmål om han føler noe ansvar for at elevene bør være fysisk aktiv i friminuttene, svarte han at han føler han er ansvarlig for det, og at han hele tiden er på jakt etter løsninger som gir den optimale utnyttelsen. Rektor sier at elevene uttrykker at de vil ha lengre friminutt, men at han ikke alltid får de konstruktive tilbakemeldingene. Han tar derfor på seg ansvaret, men savner konstruktive tilbakemeldinger fra elevene. I og med at rektor er en avgjørende person, kan han ha kontroll og innflytelse over noen av rammefaktorene (Imsen, 2006). Det er derfor rektor selv som må ta grep i forhold til den ansvarsfølelsen han sitter med når det gjelder elevenes fysiske aktivitet i friminuttene.

Resaland (2010) viser med sitt doktorgradsprosjekt at det er mulig å øke elevens fysiske aktivitetsnivå i løpet av skoledagen, og at det har store helsegevinster. Som nevnt tidligere ser ikke rektor på noen av rammefaktorene som begrensende for å sette inn tiltak på skolen for å øke elevenes fysiske aktivitetsnivå. Rektor ble derfor spurt om hvilke tiltak han har gjort, og eventuelt kan gjøre, for å øke graden av fysisk aktivitet blant elevene i friminuttene. Han viser til tre punkter for å svare på det: Tar opp temaet til drøfting, kjøper inn utstyr som fremmer aktivitet og stimulerer til aktivitetsdager og turneringer. Rektor svarte i tillegg på andre spørsmål at han har innført mobilforbud i friminutt, økt lengden på friminuttene fra fem – til ti minutter, og oppfordrer ansatte og foreldre til å være med å påvirke elevene til å øke graden av fysisk aktivitet i friminuttene. Rektor er dermed bevisst på at elevene benytter skolegården i friminuttene i svært liten grad, og prøver å gjøre tiltak for å øke dette.

## 6.0 Konklusjon

Resultatet fra observasjonen viser tydelig at elevene benyttet skolegården i friminuttene i svært liten grad, da resultatet viser 12 elever observert i det første friminuttet, 2,9% av skolens totale elevantall. 47 elever observert i det andre friminuttet, 11,5% av skolens totale elevantall. 27 elever observert i det tredje friminuttet, 6,6% av skolens totale elevantall, og 14 elever observert i det fjerde friminuttet, 3,4% av skolens totale elevantall. Elevene benyttet seg kun av skolens kunstgressbane i de tre første friminuttene, mens de benyttet basketballkurv, grøntområde og lekeapparat i det fjerde og siste friminutt. Skolens uteområde er svært attraktivt og består av mange ulike aktivitetsrom. Det er derfor ingen grunn til å si at dette kan være en dempende eller begrensende faktor. Observasjonsresultatet kan være en indikasjon på at den biologiske faktoren som styrer behovet for fysisk aktivitet, er skrudd av hos de observerte elevene, og de er dermed avhengige av påvirkning fra den kulturelle faktoren.

De største begrensende faktorene i dette tilfellet vil nok derfor være den kulturelle faktoren og rektor selv. Rektor har gjort ulike tiltak for å fremme aktiviteten blant elevene i friminuttene, men de større tiltakene, og tiltaket om å etterkomme elevenes ønske om å få lengre friminutt, uteblir. Ved å øke lengden på friminuttene hadde kanskje en større andel av skolens elever benyttet seg av skolegården i friminuttene. Utfallet av dette kunne ført til en bedring innenfor elevenes konsentrasjon og læring. I tillegg kunne skolen da bidratt med å redusere risikoen for livsstilssykdommer hos elevene, og på den måten oppnå bedre folkehelse.

Ser man resultatet fra intervjuet med rektor opp mot tiltakene han ikke ser noen grunn for å gjøre, gir det en god indikasjon på hvilke tanker og holdninger han har om elevenes benyttelse av skolegården i friminuttene. Betydningen av rektors tanker og holdninger kan derfor virke begrensende for elevenes grad av fysisk aktivitet i løpet av friminuttene. Dette gir dermed grunnlag for å si at skolens kultur når det gjelder elevenes benyttelse av skolegården i friminuttene virker å kunne være en dempende faktor.

Resultatene fra denne undersøkelsen gir en indikasjon på viktigheten av at skolen fokuserer på å legge til rette for at elevene skal kunne benytte seg av skolegården i friminuttene, og på den måten kunne øke graden av fysisk aktivitet blant elevene. Undersøkelsen har en betydning for lærere, og andre som jobber i skolen, da den kan bevisstgjøre viktigheten og fordelene med at det tilrettelegges for å bedre elevenes fysiske aktivitetsnivå i den uorganiserte tiden på skolen.

### Litteraturliste

- Breivik (2013). *Jakten på et bedre liv. Fysisk aktivitet i den norske befolkningen 1985-2011*. Oslo: Universitetsforlaget
- Dalland, O. (2015). *Metode og oppgaveskriving*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS
- Dalen, M. (2013). *Intervju som forskningsmetode – en kvalitativ tilnærming*. Oslo: Universitetsforlaget AS
- Departementene (2004). *Sammen for fysisk aktivitet. Handlingsplan for fysisk aktivitet 2005-2009*. Oslo
- Gibson, J.J. (1986). *The ecological approach to visual perception*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Haug, Torsheim & Samdal (2008). *Physical environmental characteristics and individual interests as correlates of physical activity in Norwegian secondary schools: The health behaviour in school-aged children study*. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity 2008, 5:47. DOI: 10.1186/1479-5868-5-47.
- Haug, E., Torsheim, T., Sallis, J. F. & Samdal, O. (2010). *The characteristics of the outdoor school environment associated with physical activity*. Health education research: Vol. 25 no2 2010. Pages 248-256.
- Helsedirektoratet (2012). *Statistikk om fysisk aktivitetsnivå og stillesitting*. Hentet 5.04.2016: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/fysisk-aktivitet/statistikk-om-fysisk-aktivitetsniva-og-stillesitting>
- Helsedirektoratet (2014). *Anbefalinger om kosthold, ernæring og fysisk aktivitet*. IS-2170. Hentet 05.05.16: <https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/806/Anbefalinger-om-kosthold-ernering-og-fysisk-aktivitet-IS-2170.pdf>
- Helsenorge (2014). *Råd om fysisk aktivitet*. Hentet 02.04.16: <https://helsenorge.no/trening-og-fysisk-aktivitet/rad-om-fysisk-aktivitet#Hva-menes-med-lav,-moderat-og-hoy-intensitet?>
- Hendricks, B. E. (2011). *Designing for play*. Ashgate Publishing Limited, Farnham.
- Imsen, G. (2006). *Lærerens verden. Innføring i generell didaktikk*. Oslo: Universitetsforlaget AS

- Jacobsen, D. I. (2015). *Hvordan gjennomføre undersøkelser? Innføring i samfunnsvitenskapelig metode*. 3. utgave. Oslo: Cappelen Damm AS.
- Resaland, G.K. (2010). *Cardiorespiratory fitness and cardiovascular disease risk factors in children – Effects of a two-year school-based daily physical activity intervention*. The Sogndal school-intervention study. Dissertation from the Norwegian school of sport sciences, 2010.
- Resaland, G.K. (2012). *Fysisk aktivitet i skolehverdagen- hva gjør det med barna?* Hentet 05.05.2016: <https://www.stfk.no/pagefiles/64493/Resaland%20for%20nett.pdf>
- Sosial – og Helsedirektoratet (2002). *Fysisk aktivitet og helse. Anbefalinger*. Rapport nr. 2/2000: Kortversjon mars 2002. Oslo
- Sosial – og Helsedirektoratet (2003). *Skolens utearealer – om behovet for arealnormer og virkemidler*. Rapport: IS – 1130. Oslo
- Ulleberg, H. P. (2006). *Et vidløftig sted. En analyse og diskusjon av skolegården som et sted for pedagogisk virksomhet*. Doktoravhandling. NTNU, Trondheim.



## Vedlegg

### Vedlegg 1: Observasjonsskjema

Observasjonsskjema – fysisk aktivitet i friminuttene ved [REDACTED]

Det noteres midt i friminuttet, eller hvert 5.minutt på de lengre friminuttene. Den nederste raden er for å notere kontinuerlig gjennom hele friminuttet, hvis det er få elever i aktivitet.

Aktivitetsrom: 1) Kunstgressbane. 2) Sykkelbane. 3) Asfaltområde. 4) Volleyballbane/håndballbane. 5) Basketballkurv. 6) Grøntområde. 7) område med lekeapparat.

Friminutt:

Tid	Antall elever i området (totalt)	Gutter	Jenter	Hva/aktivitet	Aktivitetsrom	Aktivitetsnivå (lav, middels, høy)
Hele friminuttet						

## Vedlegg 2: Intervjuguide

1. Hva tror du grunnen er til at elevene sitter inne i friminuttene, og ikke er ute i aktivitet?  
Oppfølgingsspørsmål: 1) Føler du at ungdomsskoleelevene alltid har vært lite fysisk aktive i friminuttene, eller har det blitt mindre med tiden? Hvis svaret er mindre med tiden: Hva tror du grunnen er for at de blir mindre og mindre fysisk aktive i friminuttene?
2. Hva tenker lærerne og rektor om at elevene er så lite fysisk aktive i friminuttene?  
Oppfølgingsspørsmål: 1) Ser lærerne på at elevene er så lite fysisk aktive som et problem?
3. Hvordan tolker de ansatte på skolen hensikten med friminuttene? Er det ulike meninger blant lærerne i forhold til hva hensikten med friminuttene er? Oppfølgingsspørsmål: 1) I hvilken retning føler du at du som rektor påvirker lærerne innenfor dette?
4. Oppmuntrer lærerne elevene til å bruke friminuttene ute og være fysisk aktive?  
Oppfølgingsspørsmål: 1) Arrangerer lærerne noen idrettsdager/idrettsarrangement, eller lærerstyrte aktiviteter i friminuttene i løpet av et skoleår? 2) Er det noen av rammefaktorene som virker hemmende i forhold til å arrangere slike ting?
5. Hva tenker du om det å tvinge elevene ut i friminuttene?
6. Endres lengden på timene eller friminuttene noen gang, eller er det samme timeplan over flere år? Oppfølgingsspørsmål: 1) Er det noen tanker bak lengden på friminuttene og når friminuttene er i løpet av en dag? 2) Er det aktuelt å øke lengden på friminuttene? 3) Det lange friminuttet, er det ment for at elevene skal bruke det til å spise mat?
7. Føler du at du som rektor har et ansvar for at elevene bør være fysisk aktive i løpet av friminuttene?
8. Hvilke tiltak har du som rektor gjort, og kan gjøre, for å øke graden av fysisk aktivitet i friminuttene?
9. Hva tror du den største utfordringen ville vært hvis rektor ville ha prøvd å øke elevenes fysiske aktivitetsnivå i friminuttene?
10. (Tror du elevenes læring på skolen kunne vært forbedret hvis de hadde vært mer fysisk aktive i friminuttene?)
11. Etter disse spørsmålene jeg nå har stilt, er det noen ting du ønsker å nevne, poengtere eller legge til?

### Vedlegg 3: Forespørsel om gjennomføring av intervju og observasjon

Forespørsel om gjennomføring av observasjon av friminutt, og intervju av rektor ved [REDACTED]

Til rektor ved [REDACTED]

Jeg studerer for tiden tredje året faglærer idrett og kroppsøving ved Nord universitet. I forbindelse med min bacheloroppgave ønsker jeg å se nærmere på i hvilken grad ungdomsskoleelever er fysisk aktive i friminuttene på skolen. For å kunne se nærmere på dette vil jeg observere skolens uteområde i friminuttene, og intervju rektor. Under intervjuet vil jeg bruke en mobiltelefon til å ta opp det som blir sagt. Dette vil kun bli brukt under behandlingen av innsamlet informasjon.

Resultatene av observasjonen og intervjuet vil bli brukt i min bacheloroppgave, men skolen, rektor, de ansatte eller den enkelte elev kan ikke gjenkjennes. I bacheloroppgaven vil skolen gå under «en skole i Trøndelag». Dette dokumentet vil være vedlegg i oppgaven, og all informasjon som kan gjenkjenne skolen vil være sladdet.

Jeg håper skolen stiller seg positiv til å delta i denne undersøkelsen. Det er bare å ta kontakt med meg hvis det skulle være noen spørsmål, både før og underveis i prosessen.

Mvh

Maren Aksnes Kristiansen

Mail: [REDACTED]

Mob: [REDACTED]

Godkjenning fra rektor:

Dato: 6/4-16

[REDACTED]



# Opplasting av samtykkeskjema

Opplasting samtykkeskjema

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

BESVARELSE

## Filopplasting

Filnavn	5226410_cand-5665676_5224941
Filtype	pdf
Filstørrelse	68.663 KB
Opplastingstid	26.05.2016 11:32:52



Neste side  
**Besvarelse**  
vedlagt



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

**Forfatter(e):** Maren Aksnes Kristiansen

**Norsk tittel:** Ungdomsskoleelevers friminuttsaktivitet –

Ungdomsskoleelevers benyttelse av skolegården i friminuttene, og  
betydningen av rektors tanker og holdninger rundt dette

**Engelsk tittel:** Secondary school students recess activity –

Secondary school students use of the school yard during recess, and  
the significance of the principals thoughts and attitudes towards  
this

**Studieprogram:** Kroppøving og idrettsfag - 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:** 26.mai 2016

Maren Aksnes Kristiansen  
underskrift

