

MASTEROPPGAVE

Emnekode: MKI210

Navn: Inger Lise Lona

«Usminket og ekte»

Friluftsliv i ungdomsskolen: en studie av et utvalg ungdomsskoleelevers opplevelser knyttet til en overnattingstur i kroppsøvingsfaget.

«Unvarnished and genuine»

Friluftsliv in secondary school: a one sample study examining pupils' experiences with an overnight field trip in physical education.

Dato: 14.05.2020

Totalt antall sider: 47

Abstrakt

Bakgrunn:

Temaet for denne undersøkelsen er elevers opplevelser av friluftsliv i kroppsøvfingsfaget.

Friluftsliv har læreplanmål knyttet til bla overnatting i naturen og naturopplevelser.

Hovedproblemstillingen for denne undersøkelsen er:

- «Hvilke opplevelser gir elevene uttrykk for etter en overnattingstur?»

Metode:

Undersøkelsen ble gjennomført umiddelbart etter en obligatorisk overnattingstur knyttet til friluftslivsdelen i kroppsøving for 10. trinn. 119 elever var med i undersøkelsen.

Undersøkelsen ble gjennomført på en ungdomsskoleskole i Trøndelag. Kvalitativ metode (åpne spørsmål på et skjema etter modell av Sæther ,1990) og kvantitativ metode (spørreskjema med lukkede svaralternativ knyttet til sosial tilhørighet, indre motivasjon og kompetanse) ble gjennomført for å søke svar på problemstillingen.

Resultat:

Resultatene i denne studien viser i den kvalitative delen at elevene uttrykker positive opplevelser av naturen, seg selv og sosiale størrelser. I den kvantitative delen viser elevene høy grad av oppfattet kompetanse, indre motivasjon og opplevd sosial tilhørighet.

Konklusjon:

Resultatene i denne studien viser at elevene har hatt positive naturopplevelser og at elevene mestrer friluftsliv, er indre motivert og at det sosiale miljøet synes å ha vært positivt. En overnattingstur på ungdomsskolen på 10 trinn er relevant for å kunne nå målene knyttet til friluftsliv i skolen.

Abstract

Background:

The subject of this study is pupils experiences with friluftsliv in physical education. Friluftsliv as a school subject includes competences such as spending a night outdoors and nature experiences. The main research question is therefore:

- **“What are pupils experiences after spending a night outdoors?”**

Methods:

The study was conducted immediately after an obligatory trip where the pupils had to spend a night outdoors, as stated in the curricula for friluftsliv in physical education, 10th grade. 119 pupils participated in the study. A secondary school in Trøndelag, Norway was chosen to participate. The study used both a qualitative method (open questions based on a model by Sæter, 1990) and a quantitative method (a questionnaire with closed questions related to social belonging, intrinsic motivation and competence) in order to investigate the research question.

Results:

The qualitative part of the study shows that the pupils express positive experiences related to nature, themselves and social sizes. The quantitative part of the study demonstrate a high level of perceived competence, intrinsic motivation and experienced social belonging.

Conclusion:

The present study's results show that the pupils express positive nature experiences and master friluftsliv as a school subject, are intrinsic motivated, and indicate that there is a positive social environment. It is relevant to spend a night outdoors in 10th grade in order to reach the competence goals in friluftsliv as a school subject.

Forord

I denne skrivende stund markerer masteroppgaven slutten på min femårige utdannelse. Jeg ser tilbake på tre fine og innholdsrike år ved grunnskolelærerutdanningen ved NTNU Trondheim, og to spennende og kunnskapsrike år på masterløpet kroppsøving og idrettsvitenskap ved Nord Universitet. Fra et fleksibelt og friere studentliv, gleder jeg meg til å ta fatt på nye utfordringer og arbeidsoppgaver innenfor skole, og da spesielt rettet mot kroppsøving og fysisk aktivitet, som er det faget jeg rangerer høyest. Masteroppgaven har gitt meg noen erfaringer rikere, og interessen for friluftsliv i skolen har desto blitt større.

En stor takk rettes mot mine to veiledere, Eivind Sæther og Svein Olav Ulstad. De har vist både interesse og stor entusiasme for mitt studieprosjekt gjennom lengre telefonsamtaler og mail-korrespondanser. De har kommet med gode råd, kloke ord og konstruktive og oppmuntrende tilbakemeldinger. Det har vært til stor hjelp, og som har bidratt til at fokuset og motivasjonen min i denne skriveprosessen har holdt seg oppe.

Jeg vil også takke skolen og informantene som sa seg villige til å delta i mitt studieprosjekt. Uten dere hadde det ikke vært mulig å gjennomføre dette. Samtidig vil jeg også takke friluftslivsstudentene ved Nord Universitet som gjennomførte overnattingsturen, slik at jeg hadde mulighet til å innhente empiri.

Og til slutt, men ikke minst, en takk til Gordon Setteren Shana, som har minnet meg på at luftepauser mellom skrivestundene, har gjort godt. Du har bidratt til at studiehverdagen har vært fylt med energi og sosialt samvær.

Inger Lise Lona

Nord Universitet, mai 2020

Innholdsfortegnelse

1.0 Innledning.....	1
1.1 Bakgrunn for valg av tema	1
1.2 Problemstilling.....	2
2.0 Teori	3
2.1 Friluftsliv	3
2.2 Friluftsliv i skolen.....	5
2.3 Naturopplevelse	7
2.4 Naturkvaliteter, individvariabler og fellesskapet.....	8
2.5 Selvbestemmelsesteorien	9
2.6 Tidligere studier.....	12
2.7 Beskrivelse av overnattingsturen	13
3.0 Metode.....	14
3.1 Design	14
3.2 Utforming av spørsmål til spørreskjemaet.....	15
3.3 Utvalg	15
3.4 Metodiske valg	17
3.5 Beskrivelse av måleinstrumentene	17
3.6 Analyse	18
4.0 Resultat.....	20
4.1 Kvalitative data:.....	20
4.2 Kvantitative data:.....	22
5.0 Diskusjon.....	24
5.1 Naturkvaliteter	24
5.2 Individvariabler	26
5.3 Fellesskapet	27
5.4 Naturopplevelser.....	28
5.5 Selvbestemmelsesteorien.....	29
6.0 Konklusjon	31
Litteraturliste	32

1.0 Innledning

Kroppsøving er en læringsarena og et obligatorisk fag, som skal gi elevene ulike læringsutbytter. Friluftsliv, som et av tre hovedområder i faget, har til hensikt gjennom kompetansemålene å gi elevene fysiske ferdigheter og kunnskap slik at elevene kan oppholde seg og ferdes i naturen (Utdanningsdirektoratet, 2015a). Kroppsøving med friluftsliv er et allmenndannende fag i skolen som kan påvirke- og forhåpentligvis forme elevene. Holdninger og verdier elevene kan tilegne seg i kroppsøving kan gi glede og nytte også senere i det voksne liv. Ved å oppholde seg ute i naturen, der elevene kan bygge opp kompetanse, kunnskap og glede knyttet til friluftsliv, kan det bidra til en positiv og sunn livsstil, samt god helse. Studier viser at friluftsliv har positiv innvirkning på både psykisk og fysisk helse (Klima- og miljødepartementet, 2018).

Hvordan vi opplever friluftsliv som et fenomen, og hvilke verdier vi tilegner oss ut ifra fenomenet, vil ifølge Tordsson (2010) være individuelt. Tidligere oppdagelser og erfaringer fra barndommen, arv, sosialisering, kultur og opplæring er noen faktorer som kan påvirke i hvilken grad vi tilegner oss de ulike verdiene. I denne oppgaven vil jeg se på opplæringen av friluftsliv i den norske skole, da med fokus på hvordan elevene opplever friluftsliv og hvilke naturopplevelser de får.

De offentlige myndigheter har utformet og bestemt hva læreplanen i faget kroppsøving skal inneholde. Læreplanen definerer hva elevene skal lære, men gir ingen eksakt beskrivelse av hvordan de ulike målene skal oppnås. Dermed står skolen og lærerne noe friere til å bestemme hvordan de disponerer tidsbruk og innhold i timene, innenfor visse rammer.

Gjennom emnet friluftsliv vil skolen ha i oppgave å videreformidle den norske kulturen til dagens barn og ungdom. Funksjoner, kvaliteter, verdier og holdninger som tidligere ble overført gjennom familielivet, vil i økende grad være skolens oppgave og ansvar å innfri.

1.1 Bakgrunn for valg av tema

I en systematisk gjennomgang av empiriske studier basert på friluftsliv i den norske skole, skrev Abelsen og Leirhaug (2017) en artikkel som presenterer forskningsbasert kunnskap knyttet til elevers opplevelser med friluftsliv i skolen. De konkluderte med at det var gjort lite forskning på området, og at det derfor finnes lite empirisk forskningsbasert kunnskap som omhandler elevers opplevelser med friluftsliv i skolen. Selv om det finnes lite forskning på

friluftslivundervisning i skolen, finnes det likevel noe forskning på området (Sæther, 1990; Bagøien, 1992; Mikkelsen, 2013; Weider, 2018; Naustdal, 2012; Helle, 2017; Wiken, 2011; Sølvik, 2003; Åvangen, 2008; Kongsrud, 2004; Grøteide, 2019; Glimo, 2019). Mer om studiene vil jeg komme tilbake til senere i oppgaven.

1.2 Problemstilling

Hensikten med denne studien er å skaffe tilveie kunnskap om hvilke opplevelser elevene tilegner seg fra friluftslivsundervisning gjennom en overnattingstur. I tillegg ønsker jeg å bidra til ny kunnskap om temaet som vil kunne nyansere og belyse elevenes opplevelser knyttet til friluftsliv på ungdomsskolen. På bakgrunn av studiens tema, hensikt og valg av ungdomsskolen som arena, er følgende problemstillingen formulert:

- *Hvilke opplevelser gir elevene uttrykk for etter en overnattingstur?*

Siden jeg velger å benytte meg av både kvalitativ og kvantitativ forskningsmetode, har også følgende underproblemstillinger blitt formulert:

- *Hva er naturopplevelse for eleven?*
- *Hva forteller elevene om hvilke opplevelser naturen ga de på overnattingsturen?*
- *På hvilken måte påvirket fellesskapet med de andre elevene opplevelsen av å være ute?*
- *I hvilken grad føler elevene kompetanse, indre motivasjon og sosial tilhørighet i løpet av overnattingsturen?*

2.0 Teori

Jeg har valgt å dele inn kapittelet i to hoveddeler. I den første delen vil jeg belyse friluftsliv som fenomen, for deretter å trekke frem friluftsliv i et skoleperspektiv. Skolekonteksten i denne oppgaven gjør at det kan være viktig å tolke skolens læreplaner i lys av friluftsliv. Dette vil da være den gjeldende læreplan, samt den kommende læreplan. Her vil gjeldende læreplan (LK-06) og kommende læreplan, (LK20) bli trukket frem. For å treffe kjernen av friluftsliv, vil naturopplevelse bli belyst.

I den andre hoveddelen vil selvbestemmelsesteorien av Deci og Ryan (2000) der kompetanse, indre motivasjon og sosial tilhørighet være dimensjoner som vil bli presentert. Samtidig vil tidligere forskning bli beskrevet.

2.1 Friluftsliv

Friluftsliv som begrep kan ifølge Tordsson (2010) anvendes og oppfattes på ulike måter. Begrepet friluftsliv er en del av dagligtalen og fremstiller ulike aktiviteter som foregår i naturomgittede omgivelser. Begrepet friluftsliv kan virke komplekst og diffust noe som kan medvirke til at det stadig oppstår diskusjoner rundt begrepets innhold (Lauritzen, 2010). Selv om begrepet har ulike betydninger, er det naturlig å vise til den offentlige definisjonen som kommer frem i Meld.st. nr.18 (2015-2016), og lyder som følger; «*Opphold og fysisk aktivitet i friluft i fritiden med sikte på naturopplevelser og miljøforandringer*» (Klima- og Miljøverndepartementet, 2015-2016a, s.10). Den offentlige definisjonen er åpen og gir ingen konkret beskrivelse av hva begrepet friluftsliv eksakt er eller ikke er. En kan derfor ha ulike forståelser for hva begrepet innebærer. Det er verdt å legge til at denne definisjonen ble gjeldende for den første stortingsmeldingen om friluftsliv i St.meld. nr. 40 fra (1986-1987), og fortsatt sto uendret i St.meld. nr.39 i (2000-2001), men også i Meld.st.nr 18 (2015-2016) (Klima- og Miljøverndepartementet, 1986-1987b; Miljøverndepartementet, 2000-2001c; Miljøverndepartementet, 2015-2016a). Dette selv om samfunnet stadig er i endring. Formålet bak en slik definisjon er å sikre målrettet arbeid innenfor området, samt vite hva friluftsliv er og innebærer slik at kjerneverdiene blir ivaretatt i arbeidet for å legge til rette og stimulere for friluftsliv (Klima- og Miljøverndepartementet, 2015-2016a). Samtidig kan friluftsliv bidra til å fremme helsen, da friluftsliv er en kilde til miljøengasjement, velvære, personlig utvikling og livskvalitet, der også samhandling mellom naturopplevelse og fysisk aktivitet er betydningsfull (Klima- og Miljøverndepartementet, 2015-2016a). Med å beholde definisjonen

slik den per dags dato, vil det kunne gi mulighet til å forske på og sammenligne friluftslivsutøvelse fra år til år.

En undersøkelse gjort av Miljødirektoratet i 2017 viste at hele 86% av Norges befolkning oppga at de var svært (35 prosent) eller ganske (51 prosent) interesserte i friluftsliv (Statistisk sentralbyrå, 2019). Undersøkelsen viser at det er liten forskjell mellom kjønn, men at de yngre oppgir at de er noe mindre interesserte enn de eldste. Den høye deltagelsen i friluftsliv synes å indikere at friluftslivskulturen står sterkt og at naturopplevelser har betydning for folk flest i Norge (Odden, 2008).

Dette harmonerer med hva Odden (2008) fant i sin doktorgradsavhandling som omhandlet utviklingen av norsk friluftsliv (1970-2004). Tall fra 2004 viste at hele 95% av den norske befolkningen utøvde en eller annen form for friluftsliv. Ifølge Odden (2008) har aktiviteter som er lett tilgjengelige utendørs som sykkelturner, fotturer og bading, økt i oppslutning, mens de mere tradisjonelle aktivitetene som bær- og sopplukking, skiturer og fisketurer har hatt en nedgang på 13%, 9% og 6%. Det er verdt å nevne at friluftslivet har blitt mere spesialisert og mangfoldig de senere årene. Etter år 2000 kan det synes som om det har vært en viss økning i ungdoms deltakelse i tradisjonelle friluftaktiviteter (Lagestad, Bjølstad & Sæther, 2019; Breivik & Rafoss, 2012).

Ulike rammefaktorer som fremmer eller hemmer friluftsliv kan være flere. Sosioøkonomiske forhold som foreldrenes inntekt, utdanning, etnisitet og materielle ressurser kan være noen faktorer som påvirker utøvelse av friluftsliv. Det kan også transport, terreng, tid, samt lovverket. En viktig faktor for tilgang – og utøvelse av friluftsliv, er friluftslivsloven og allemannsretten. Friluftslivsloven (Lovdata, 2018) har til hensikt å verne friluftslivets naturgrunnlag, samt sikre allmennhetens rett til fri ferdsel og opphold i naturen. Dette gir muligheten for at alle kan utøve friluftsliv som en trivselsskapende, helsefremmende og miljøvennlig aktivitet som bevares og fremmes. I St.meld. 39 (2000-2001c) står det at Allemannsretten gir oss muligheten til å ferdes fritt i utmark (Klima- og miljødepartementet, 2000-2001c). Det er med andre ord en rettighet ikke alle land har.

2.2 Friluftsliv i skolen

En arena som introduserer og vedlikeholder deltakelse av friluftsliv er ifølge Meld.st. nr.18 (2015-2016), skolen (Klima- og miljødepartementet, 2015-2016a). Innenfor kroppsøvningsfaget er friluftsliv en av tre hovedområder i faget. Det vil si at elever i den norske skole har krav på undervisning innenfor emnet friluftsliv.

I ulike utdanningsløp som for eksempel lærerutdanningen og barnehageutdanningen, har barn og barndom fått en større plass knyttet til friluftsliv (Sæther, 2006). Læreplanen, som i hovedsak er bestemt av staten, vil fungere som direktiver for skoler og lærere om hva som skal foregå i skolen (Imsen, 2009). Det vil med andre ord si at det er myndighetene som bestemmer innholdet i de ulike fagene, samt hvor mange timer de ulike fagene skal ha når det kommer til skolens totale undervisningstid (Imsen, 2009). Hvilken undervisningsmåte det faglige innholdet skal overføres til elevene, er opp til hver enkelt lærer.

I den gjeldende læreplanen, *Kunnskapsløftet*, (LK-06), i fagplandelen for kroppsøving står friluftsliv som et av tre hovedområder. Tanken bak planen er å sikre at elevene får tilstrekkelig kompetanse for å kunne ferdes i og verdsette opphold i naturen. Det skal også legges vekt på bruk av nærmiljøet, lokale friluftstradisjoner, og hvordan oppholde og orientere seg i naturen i ulike årstider (Utdanningsdirektoratet, 2015a).

Hos noen barn og unge vil deltakelse i friluftsliv sammen med foreldre og andre voksne gjennom oppveksten, gi grunnlag for ulike handlingsmønstre og innarbeidelse innenfor friluftsliv seinere i livet (Odden, 2008). Det vil trolig bli overført ferdigheter og meningsmønstre knyttet til friluftsliv fra foreldre, og videre til deres egne barn. Dette gjelder dessverre ikke for alle barn og unge. Etersom Odden (2008) mener at friluftsliv må læres gjennom sosialisering og opplæring, og er en viktig forutsetning for at barn og unge vil utøve friluftsliv senere i livsløpet, må økt innsats fra det offentlige nevnes for å styrke friluftslivet. Odden (2008) har valgt å kalle dette en rekrutteringskrise. Det vil si at dagens barn og unge vil stå dårligere rustet til å videreføre tradisjonelle aktiviteter, og dermed må det rettes fokus på økt friluftslivsdeltakelse. Skolen vil dermed være en naturlig bidragsyter for rekruttering av friluftsliv.

Det er gjennom familieturer, barnehage og skole, samt andre sosialiseringsinstitusjoner, at friluftsliv synes å få en del av identitetsdannelsen til den enkelte, og blir en del av norsk kultur. Tordsson (2010) sier at friluftslivkultur er et begrep sammensatt av flere subkulturer, men at kjernen i kulturbegrepet handler om å søke tilbake til røttene og de opptråkkede stiene

som allerede finns ute i skogen, samt hente elementer fra ulike tidsperioder og ulike geografiske områder. Bagøien (2006) trekker frem at kultur fungerer som et opplevelsereiskap der erfaringer styrker opplevelsene og gjør de mere innholdsrike. Den norske kulturen knyttes ofte til menneskers forhold til friluftsliv og natur (Bagøien, 2006). Nordmenn har en felles forståelse av det å være ute på tur i skog og mark. Tidligere erfaringer og opplevelser viser for eksempel at en heller velger å bruke ryggsekk fremfor plastpose når en skal pakke med seg niste og klær. Samtidig vil en erfare gjennom vinter og varierende føreforhold at en må trå varsomt på glatt underlag for å unngå å falle (Bagøien, 2006). Slik blir nordmenns oppsamlede opplevelser, et slags reiskap, som gir oss kunnskap om friluftsliv, med verdiene vi tilegner oss, et fellestrekk ved å være nordmenn (Bagøien, 2006).

Bakgrunnen for at friluftsliv ble et eget hovedområde i faget kan også sees i lys av at vi mennesker har et medfødt behov for dyp kontakt med natur, planter og spesielt dyr (Tordsson, 2010). Tordsson (2010) hevder at naturkontakt er nødvendig for både psykisk, fysisk og sunn menneskelig utvikling, da våre sanseapparater er utformet slik for å spille sammen med inntrykkene fra fri natur. Videre viser Tordsson (2010) til at «unaturlige» omgivelser, samt urbane miljøer uten innslag av planter og dyr, kan gi økt uhelse. Dette samsvarer med en rapport gjort av Miljøverndepartementet (2008, s.12) der det står uttrykt at «(...) menneskets utviklingshistorie har foregått i naturen. Vår kropp, vårt sanseapparat og vårt intellekt er tilpasset et liv i nært samspill med naturen».

En studie gjennomført av Jacobsen, Moser, By, Fjeld, Gundersen og Stokke (2001) viste at friluftslivsundervisning i skolen blir nedprioritert, og at heller andre hovedområder og kompetansemål blir prioritert. Det er verdt å legge til at rapporten viste at det blir mindre friluftslivsundervisning jo eldre elevene ble. Dette er uheldig, da tidligere forskning viser at barn opplever friluftslivsundervisning som noe annerledes og med mere frihet (Weider, 2018; Helle, 2017; Kongsrud, 2004). Dette harmonerer med hva Ommundsen (2013) sier om at kroppsøvingsfaget kan bli sett på som en «fritime» der elevene får et avbrekk fra en ellers hektisk skolehverdag med mye teoretisk- og stillesittende arbeid.

I læreplanen for kroppsøving står det at opplæringen må legge vekt på forholdet mellom naturforståelse og naturopplevelse (Utdanningsdirektoratet, 2015a). Samtidig viser den generelle delen for læreplanen, under «Det miljømedvitne mennesket», at opplæringa skal fremme glede ved fysisk aktivitet og friluftsliv, og at «(...) nøre hugen til å ferdast utanfor oppstukne vegar, til å bruke kropp og sansar for å oppdage nye stader og til å utforske

omverda» (Utdanningsdirektoratet, 2015-2016b). På denne måten skal skolen formidle friluftsliv til elevene ved å forsøke å vekke interesse, glede og nysgjerrighet. Videre heter det:

Friluftsliv rører både kropp, sinn og tanke. Fostringa må leggje vekt på samanhengen mellom naturforståing og naturoppleving: kunnskapen om elementa og om samspelet i livsmiljøet må gå saman med erkjenninga av at vi er avhengige av andre arter, samkjensla med dei og gleda over naturliv (Utdanningsdirektoratet, 2015-2016b).

Sitatet viser at skolemyndighetene har tro på at naturopplevelsen i friluftsliv kan ha betydning for elevene ved at de kan få et bedre forhold til naturen. Gjennom natur og friluftsliv, vil elevene på en annen måte tilegne seg kunnskap og kompetanse, enn i forhold til hva lærebøker gjør. Friluftsliv kan imidlertid ha betydning for oss, siden det rører både kropp, sinn og tanke.

Naturforståelse og naturopplevelse har til dels blitt videreført til den nye læreplanen, Fagfornyelsen, som trer i kraft høsten 2020, der det står at naturopplevelse og bærekraftig ferdsel er sentralt (Utdanningsdirektoratet, 2020a). Nytt for den kommende læreplanen er at begrepet naturglede har blitt tatt i bruk, og at elevene etter 7. trinn skal reflektere over naturopplevelser (Utdanningsdirektoratet, 2020b).

2.3 Naturopplevelse

Kjerneelementer i friluftsliv er ifølge Pedersen (1999, s.32) «Naturkontakt og naturopplevelser gjennom sansing og bevegelse i varierte naturmiljøer (...)». Også Sæther (1990) deler denne oppfatningen, der kjernen i friluftsliv ligger i møtet med naturen. Naturopplevelsen kan virke på mennesket på flere måter og den kan nåes ved bruk av kroppslige handlinger, sanser og bearbeides ved tenkning og ved bruk av følelser. Dette kan sees i sammenheng med den offentlige definisjonen av friluftsliv som nettopp peker på at friluftsliv sikter mot miljøforandringer og naturopplevelser (Klima- og Miljøverndepartementet, 2015-2016a).

Natur som regnes som uberørt, slik som fjell, innsjøer, fosser og elver blir ofte oppfattet som attraktive, særlig hvis de i tillegg oppleves som vakre, ville, dramatiske, utfordrende eller spektakulære. I denne sammenhengen blir natur koblet mot miljøer som er atskilt fra moderne utvikling. Det vil si at miljøer som bærer tydelig preg av menneskers aktivitet, slik som plantet skog og byparker, blir oppfattet som mindre verdifulle for naturopplevelsen (Pedersen, 1999).

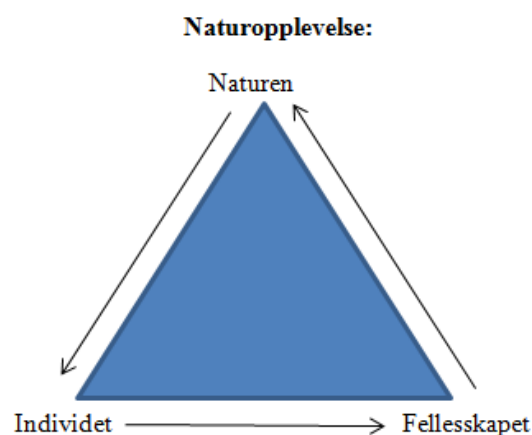
Naturens opplevelsesverdi er ifølge Bjærke (2017) naturens evne til å tilfredsstille følelsesmessige behov hos det enkelte menneske. Faktorer knyttet til disse behovene er identitet, tilhørighet og opplevelse. Forbindelsen mellom menneske og natur gjennom størstedelen av menneskets historie beskrives som en mulig årsak til følelsen av samhørighet mellom menneske og natur (Bjærke, 2017).

Det skal nevnes at det er ikke mange studier som viser til hvilke naturopplevelser elever gjør seg ved friluftslivsundervisning. Studier gjort av Helle (2017) og Sølvik (2003) ble naturopplevelse trukket fram der det å nyte naturen, oppleve å se dyreliv, kjenne på kulde, tunge bakker og overnatte i snøhule noen av naturopplevelsene som ble nevnt. Det trekkes frem at naturopplevelse, sosialt samvær og fysisk aktivitet er etablerte motiver og er sentrale for nordmenns utøvelse av friluftsliv (Odden, 2008).

2.4 Naturkvaliteter, individvariabler og fellesskapet

Sæther (1990) har utarbeidet en modell over naturopplevelsen i sin avhandling «*Erfaringsbasert friluftsliv, naturopplevelse, ansvar for natur*» der naturopplevelse kan oppleves og sees ut ifra tre dimensjoner. Disse er naturkvaliteter, individvariabler og fellesskapsdimensjonen.

Modellen består av naturen, individet og fellesskapet der er alle tre dimensjoner gjensidig påvirker hverandre og gir grunnlaget for naturopplevelse (Sæther, 1990). Det er viktig å merke seg at modellen ikke rangerer de tre dimensjonene. De tre begrepene kan også ha ulik vektlegging og oppleves forskjellig fra menneske til menneske (Sæther, 1990).



(Figur 1: Dimensjoner ved naturopplevelse (Sæther 1990)).

I den første av de tre dimensjonene blir naturkvaliteter knyttet til egenskaper til leirliv, vandring og padling. Estetiske kvaliteter, terrenget, det livgivende systemet og været er faktorer som påvirker hvilke naturopplevelser som blir formet hos den enkelte (Sæther, 1990). Ifølge Tordsson (2010) har naturen ingen rammer eller regler for hvordan den enkelte skal forholde seg eller utfolde seg, da hver og en velger sine handlinger.

Individvariabler blir i modellen beskrevet som alle tenkelig ulike personpreferanser et menneske kan ha når det møter naturen. Menneskets tidligere erfaringer, og hvordan disse erfaringene påvirker mottakelighet og begrensninger, er også viktig for naturopplevelser (Sæther, 1990). Enkeltindividet møter naturen som en verden full av uttrykk, stemninger, farger og andre kvaliteter, der fjellets mektighet, skogens stillhet, elvas lekenhet og stjernehimmelens alvor, berører disse kvalitetene oss på hver vår måte (Tordsson, 2010). Det vil med andre ord si at naturens åpne tiltale medfører et spekter av opplevelser som i stor grad formes av oss, og våre valg, måten vi opplever og handler på (Tordsson, 2010).

Fellesskapsdimensjonen vil omhandle hvordan det sosiale forholdet påvirker naturopplevelsen til hvert enkelt individ. Det vil si at det spiller en rolle hvilke sosiale relasjoner det er i gruppen, samt at kommunikasjonen mellom personene påvirker opplevelsen (Sæther, 1990).

På tur i lag med andre mennesker er vi sammen om naturmøter som kan påvirke oss. Vi gleder oss sammen, deler inntrykk og varmer oss ved det samme bålet og bærer hverandres byrder. Å være sammen med andre mennesker på tur stiller krav om ansvar, empati og omsorg, og det vil kunne gi mulighet for utvikling av disse egenskapene (Tordsson, 2010). Å være på overnattingstur kan gi ny livsformerfaring for unge mennesker (Pedersen Gurholt, 2010). Det må også nevnes at selv om naturopplevelser er positive og livsbærende, byr naturopplevelser også på utfordringer og motstand. Naturen kan by på hard vind som gjør det tungt å gå, bratt terreng eller mørket kan virke skremmende eller mellommenneskelige relasjoner kan være vanskelige, også i naturen (Sæther, 1990).

2.5 Selvbestemmelsesteorien

Innenfor selvbestemmelsesteorien (SDT) er menneskelig personlighet og motivasjon faktorer som forteller noe om hvordan individet samhandler og opptrer i det sosiale miljøet (Legault, 2017). Deci og Ryan (2000) understreker at det er spesielt tre grunnleggende behov som gjelder for alle individer: selvbestemmelse, kompetanse og sosial tilhørighet. Om disse tre behovene er dekket, vil sjansen for at individet oppnår indre motivasjon og trivsel være til stede. De psykologiske behovene påvirker den indre motivasjon i positiv retning, mens

forhold som forstyrrer disse behovene, vil hindre indre motivasjonen i å oppstå (Wang & Biddle, 2007). Dette harmonerer med hva Reeve (2002) sier, om at frustrasjon av behovene kan føre til mindre motivasjon, lavere behovstilfredshet og svakere sosial fungering.

I så måte kan positive tilbakemeldinger (feedback) gis med hensikt å motivere og støtte individet i den gitte oppgaven, men det kan også oppfattes som kontrollerende hvis det administreres på en pressende måte (Legault, 2017). Lærerens støtte knyttet til elevens tilhørighet, autonomi og kompetanse vil være komplementære og viktige i en skolesammenheng (Reeve, 2002). Støtte vil innebære å vise klare forventninger, gi utfordringer ut fra elevens kompetansenivå og feedback på riktig tidspunkt (Reeve, 2002). Deci og Ryan (2000) argumenterer for at det er nødvendig med positive tilbakemeldinger gjennom oppfølging og støtte for at elevenes indre motivasjon skal fremmes. Deci og Ryan (2000) påpeker at opplevd sosial tilhørighet er en forutsetning for at elevene skal oppleve motivasjon og trivsel til den gitte aktiviteten.

De tre grunnleggende behovene er selvbestemmelsesteoriens plattform. Teorien tar utgangspunkt i hvordan ulik motivasjon kan knyttes opp mot positive og negative handlinger, prestasjoner og trivsel (Lillemyr, 2007). Dermed vil teorien ifølge Lillemyr (2007) bygge på i hvilken grad den sosiale konteksten som individet er en del av, kan påvirke og tilfredsstille autonomi, tilhørighet og kompetanse.

Innenfor SDT er det vanlig å skille mellom indre og ytre motivasjon. Deci og Ryan (1985) hevder at den indre motivasjonen ikke er bundet til ytre belønning, men vil si at handlinger blir utført på bakgrunn for individets interesse og glede ved aktiviteten. I tillegg uttrykker de at aktiviteter som blir utført for aktivitetens del, ikke har noen andre faktorer som påvirker utførelsen. Men det er viktig å tilføye at den gitte aktiviteten tilfredsstiller de tre grunnleggende psykologiske behovene som nevnt ovenfor (Deci & Ryan, 1985). I motsetning vil den ytre motivasjonen referere til andre faktorer som påvirker utførelsen av en aktivitet. Ytre motiverte handlinger kan basere seg på krav og forventinger, slik som karakterer eller egne ønsker og verdier (Deci & Ryan, 1985).

Siden SDT er en motivasjonsteori og tar for seg behovene på et generelt plan for å forstå hva som driver individer i ulike aktiviteter, innehar selvbestemmelsesteorien seks underteorier. I og med at oppgaven tar sikte på elevenes naturopplevelse, der naturkvaliteter, hvilke inntrykk individet tilegner seg og fellesskapets betydning, vil det være to underteorier som blir

presentert i denne oppgaven. Disse er kognitiv evaluering (CET) og grunnleggende psykologiske behov (BPNT).

Kognitiv evaluering (CET)

Kognitiv evaluering (CET) bygger på hvordan både interne og eksterne hendelser påvirker menneskers egen motivasjon (Legault, 2017). Når individer er motiverte, er de ikke opptatte av hvilket utfall som vil bli mottatt for å delta i aktiviteten, men utførelsen blir gjort på grunn av et iboende ønske, der aktiviteten er tilfredsstillende i seg selv (Legault, 2017). Dette blir som nevnt tidligere omtalt som indre motivasjon. Det vil si at aktiviteten er knyttet til interesse og lysten til å utføre den. Ytre motivasjon derimot bygger på at en aktivitet blir utført på grunn av utfallet av aktiviteten og ikke aktiviteten i seg selv.

Gjennom CET blir autonomi og kompetanse trukket frem som viktige faktorer. Autonomi blir presentert som et medfødt behov, da det omhandler det å føle seg fri til å utføre handlinger ut ifra egen interesse (Legault, 2017). Kompetanse blir beskrevet som et behov der det å fullføre et mål blir sentralt, samt at det å føle mestring, må ligge til grunn for å søke etter optimale utfordringer (Legault, 2017). Det er verdt å understreke at de to behovene er nært knyttet til indre motivasjon. Teorien trekker frem ideelle utfordringer og konstruktive tilbakemeldinger som fremmer kompetanse og støtte for autonomi, og som bidrar til opplevd kompetanse for individet i den gitte aktiviteten (Deci & Ryan, 1985). Det vil ha motsatt effekt om individet opplever utfordringene eller tilbakemeldingene i form av tidsfrister, oppgaveprestasjon eller trusler (Ryan & Deci, 2000). I så måte vil ikke kompetanse alene gi indre motivasjon, men individet må også oppleve selvbestemmelse for at indre motivasjon skal oppstå (Deci & Ryan, 1985).

Grunnleggende psykologiske behov (BPNT)

BPNT utdyper og tydeliggjør hvilken rolle de tre behovene har for menneskers helse og trivsel (Ryan & Deci, 2000). I BPNT blir behovene omtalt som medfødte, og hver og en av oss ønsker å få tilfredsstillt disse behovene, uavhengig av alder, kjønn og kultur (Legault, 2017).

Autonomi omhandler opplevd autonomi og muligheter for valg i læresituasjonen, mens behovet for kompetanse, sier noe om hvordan individet føler en tilstrekkelighet i samspill med miljøet. Det siste behovet, sosial tilhørighet, vil være knyttet til det å føle seg som en del av gruppa (Legault, 2017).

Individer er bundet til og avhengig av omgivelser for å overleve (Legault, 2017). I denne miniteorien er velvære (well-being) omtalt når alle tre behovene er tilstrekkelig dekket (Legault, 2017). Det å oppleve velvære vil bety å ha en oppfattelse av å fungere (Deci & Ryan, 2002). Det vil si den grad en person opplever mening, selvrealisering, og optimal funksjon (Legault, 2017).

2.6 Tidligere studier

Studier som omhandler friluftsliv og sosial tilhørighet viser at begreper som samarbeid, verbal kommunikasjon, samhold, og det å motivere og hjelpe hverandre er faktorer som kommer positivt til syne (Mikkelsen, 2013; Weider, 2018; Helle, 2017; Sølvik, 2003; Åvangen, 2008; Kongsrud, 2004). Hos noen av studiene ble bålet trukket frem som en naturlig samlingsplass som virket inkluderende for gruppen (Helle, 2017; Sølvik, 2003; Kongsrud, 2004). Dette harmonerer med hva Tordsson (2010) fremhever, da bålet blir din tilværelses midtpunkt.

Studiene knyttet til generell friluftslivsundervisning og motivasjon viser at elever opplever friluftslivsundervisning som kontrollert, og at ytre faktorer påvirker deltakelsen (Mikkelsen, 2013; Naustdal, 2012; Åvangen, 2008). I studien til Mikkelsen (2013) ble det gjort et undervisningstiltak, der formålet var å fremme elevmedvirkning og muligheten for valg. Studien hadde som hensikt å belyse pedagogiske hensyn knyttet til undervisningen, der tilfredsstillelse av elevene sine psykologiske behov var i fokus. Ifølge Mikkelsen (2013) er elevenes erfarte frihet en viktig faktor for å fremme autonom motivasjon, trivsel og meningsfulle opplevelser i undervisningen, og at tiltaket førte til mere opplevd frihet og autonomi.

I tillegg til Mikkelsen (2013) viser også studiene til Weider (2018), Helle (2017) og Kongsrud (2004) at elevene opplevde frihet og autonomi. Dette er i motsetning til hva studiene til Naustdal (2012) og Åvangen (2008) der elevene opplevde å være lite delaktige i planleggingen og har lite eierskap til turen knyttet til friluftslivsundervisning.

Informantene til Åvangen (2008) og Naustdal (2012) uttrykte at de var usikre på hvilke vurderingskriterier lærerne så etter i emnet friluftsliv. Det er verdt å legge til at elevene i studien til Åvangen (2008) refererer til mere praktisk arbeid fremfor teori. Dette er noe som blir uttrykt i studien til Helle (2017) da samtlige av informantene hevdet at kunnskap læres bedre ute i naturen istedenfor i klasserommet eller via film.

Det er kun to av åtte studier som sier noe om naturopplevelse (Helle, 2017; Sølvik, 2003). Her blir det å nyte naturen, oppleve å se dyreliv, kjenne på kulde, tunge bakker og overnatte i snøhule naturopplevelser som blir nevnt.

2.7 Beskrivelse av overnattingsturen

Overnattingsturen som denne studien tar utgangspunkt i ble planlagt og gjennomført av friluftslivsstudenter ved Nord Universitet våren 2019. Det overordnede målet for turen var å legge til rette for at elevene skulle tilegne seg gode naturopplevelser, samt etter beste evne innfri mål for emnet friluftsliv i kroppsøvingsfaget etter 10.trinn. Det var totalt 139 elever i tiende trinn som deltok på turen, samt 5 lærere/miljøarbeidere fra ungdomsskolen og 17 studenter fra friluftslivsstudiet.

For å bidra til gode naturopplevelser, hadde elevene muligheten til å velge hvilken tur de ønsket å være med på, og dermed hvor de ville dra, samt hvilken aktivitet (gå /sykle/ ski) de foretrakk. Dermed kunne de i noen grad avgjøre hvem de ville være sammen med. Studentene som hadde praksis på turen, fikk også velge hvilken tur de ønsket å delta på. Det ble også satt av tid til egenaktivitet, dette for å unngå at elevene skulle kjenne på at turen bare var noe obligatorisk de måtte være med på.

Gåturen og sykkelturen hadde oppstart ved skolen, og det var barmark og fine forhold for gjennomførelse av de ulike turene. De som skulle på skitur ble kjørt med buss til et fjellområde med snø. I følge yr.no varierte temperaturen den 26/4 mellom 9,9 og 20,8 grader, ingen nedbør, vind var ikke registret, sol. For fjellet var det noe lavere temperatur 5,5 til 16,7 grader. Ingen nedbør, delvis sol. Kort oppsummert spilte været på lag på denne overnattingsturen. For mere utfyllende beskrivelse av turen, se vedlegg nr.3.

3.0 Metode

I dette kapittelet vil jeg først redegjøre for to ulike tilnærminger for metode, kvalitativ og kvantitativ metode. Deretter vil jeg begrunne valget for å benytte meg av begge to. Videre vil utforming av spørreskjemaet, rekruttering av informanter, hvordan gjennomføringen av spørreskjemaundersøkelsen ble gjort, og til slutt hvilke kriterier som var gjeldende for utvelgelsen av sitater, bli belyst.

3.1 Design

Denne studien er en kvalitativ og kvantitativ undersøkelse knyttet til ungdom sine naturopplevelser og hvilken type av motivasjon ungdommene har knyttet til en overnattingstur. For å få innsikt i hvilke opplevelser et utvalg ungdomsskoleelever har til emnet friluftsliv i kroppsøving, ble det utformet et spørreskjema som omhandlet temaet. Spørreskjemaet tok utgangspunkt i- og ble utarbeidet etter Thomas, Nelson og Silverman (2011) sine åtte trinn. Disse trinnene innebar; hva en ønsket å finne ut, valg av populasjon, konstruering av spørreskjema, gjennomførelse av forundersøkelse (pretest), konstruering av informasjonsbrev, utsendelse av spørreskjemaet, oppfølging og analyse av resultatene og utarbeidelse av rapport. En svarprosent på over 50% er regnet som bra (Thomas et.al., 2011). Siden spørreskjemaundersøkelsen ble gjennomført første mandag etter overnattingsturen, ble det ikke viet tid til oppfølging. Dette har sammenheng med at undersøkelsen var frivillig, og informantene valgte derfor selv om de ønsket å delta eller ikke.

Spørreskjemaet bestod av både åpne og lukkede svaralternativ. Det vil si at spørsmålene knyttet til naturopplevelse var åpne, der elevene skulle formulere svarene selv, mens spørsmålene knyttet til motivasjon, var svaralternativene gitt og lukket.

Med en kvalitativ metode vil muligheten for å forstå eller beskrive hvordan individer oppfatter verden, og deres relasjoner for hva som betyr noe, være gjeldende (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2016). Mens i kvantitativ metode, vil et stort tallmateriale gi mulighet for å se sammenhenger og tendenser (Johannessen et al, 2016).

I denne studien forteller elevene hva de har opplevd (fenomenene) og tenker gjennom og reflekterer rundt dette (hermeneutikk), før de besvarer spørsmålene i undersøkelsen. Det vil si at metoden er inspirert av fenomenologi og hermeneutikk.

Innenfor kvalitativ design bygger en fenomenologisk tilnærming på å beskrive og utforske mennesker og deres forståelse og erfaringer av et fenomen (Johannessen et al., 2016). En slik

metode blir brukt for å studere hvordan mennesker oppfatter verden, og i denne sammenheng hvilke inntrykk og opplevelser elevene har tilegnet seg fra overnattingsturen (Johannessen et al., 2016). Det er verdt å legge til at ved en fenomenologisk tilnærming er målet å få økt forståelse og innsikt i andres livsverden (Johannessen et al., 2016).

Hermeneutikk er læren om tolkning av tekster (Kvale & Brinkmann, 2015). Med utgangspunkt fra datamaterialet vil teksten bli tolket, og satt sammen som en helhet og for gi en dypere forståelse av innholdet (Kvale & Brinkmann, 2015). Formålet med metoden er at elevene skulle skape og introdusere egne ord og uttrykk. Dette datamaterialet inneholder elevenes egne, unike uttrykk og refleksjoner fra spørsmålene, og dette kommer til syne da de har svart noe av det samme, men også ulikt på spørsmålene. I denne studien ble de ulike utsagnene lest, studert og skilt ut i forhold til tema for undersøkelsen.

Hensikten med metoden, var at jeg ønsket å samle inn empiri fra mange informanter på forholdsvis kort tid, samtidig som det ga muligheter for å generalisere resultater fra utvalg til populasjon (Johannessen et al, 2016). I tillegg var ønsket at elevene skulle få uttrykt sine naturopplevelser som kunne fortelle noe om deres meninger og synspunkter om det å være ute på tur sammen med klassekamerater de omgås mye eller mindre med i løpet av en skolehverdag.

3.2 Utforming av spørsmål til spørreskjemaet

Utforming og valg av de åpne spørsmålene i spørreundersøkelsen ble gjort etter modellen til Sæther (1990). Modellen representerer naturen, individet og fellesskapet. På bakgrunn av modellens tre dimensjoner som er hvilken måte naturen påvirker opplevelsene, hva som var elevens naturopplevelse, og hva fellesskapet gjør med inntrykkene til elevene, ble det utarbeidet spørsmål i tre kategorier for å dekke disse dimensjonene. Med de lukkede spørsmålene i undersøkelsen, ble noen spørsmål hentet fra (Williams & Deci, 1996; McAuley, Duncan & Tammen, 1989; Reeve & Sickenius, 1994). De resterende lukkede spørsmålene ble formulert og konstruert etter hva jeg ønsket å få svar på. Det skal nevnes at noen av de lukkede spørsmålene ikke ble brukt senere i studien, da de ikke hadde betydning for oppgaven.

3.3 Utvalg

Rekruttering av informanter ble gjort over e-post. Etter avtale med rektor ved en skole i Trøndelag, ble spørreundersøkelsen gjennomført våren 2019. Siden undersøkelsen ikke inneholdt noen form for sensitiv data, eller skulle behandle personopplysninger som kunne

spores tilbake til eleven, var det ikke nødvendig å melde inn prosjektet til Norsk senter for forskningsdata (NSD). Det vil si at elevene som deltok i undersøkelsen, er anonyme, og det ikke er mulig direkte eller indirekte å identifisere de. Dermed faller de utenfor personopplysningslovens definisjon, og prosjektet trengs derfor ikke å meldes inn (Christoffersen & Johannessen, 2012). Informantene kunne selv samtykke om de ønsket å delta i undersøkelsen siden de var fylt 15 år, da vanlig praksis for samtykke er 15 års aldersgrense (Datatilsynet, 2018). Det var noen få av elevene som ikke valgte å bli med i undersøkelsen.

Informasjonsskriv (se vedlegg 1) ble utformet og sendt til foreldre og foresatte på forhånd av undersøkelsen. Informasjonsskrivet inneholdt opplysninger om hvilke rettigheter informantene hadde, samt informasjon om hvordan datamaterialet ville bli brukt videre. Det ble opplyst om informantens rett til selvbestemmelse og autonomi, som vil si at vedkommende selv kunne bestemme over sin deltakelse, og at eleven på hvilket som helst tidspunkt kunne trekke seg fra undersøkelsen (Christoffersen & Johannessen, 2012). Dette ble gjort etter forskningsetiske prinsipper og retningslinjer.

Siden elevene var på overnattingstur fra torsdag til fredag, ble gjennomførelsen av spørreskjemaet gjort første mandag etter overnattingsturen. Dette for å sikre at elevene skulle ha opplevelsene og turen friskt i minne, samt tid til å reflektere hva de hadde opplevd.

Informantene i denne studien bestod av totalt N=119 elever derav 65 jenter og 51 gutter, der fem elever ikke oppga kjønn. Elevene gikk i tiende trinn og var fordelt på tre ulike turer. De fikk selv bestemme hvilken tur de ønsket å delta på, og valgmulighetene var gåtur, skitur eller sykkelstur. Det er verdt å nevne at noen elever på trinnet ikke deltok på overnattingsturen, da de hadde legeerklæring, samt at noen elever var syke den mandagen spørreundersøkelsen ble gjennomført.

Under den kvalitative delen er det verdt å nevne at spørsmål som omhandlet naturopplevelse for den enkelte elev valgte 18 informanter å ikke gi oppgi noe svar. Dette gjaldt også spørsmål som skildret fellesskapet og hvilke opplevelser naturen ga. På spørsmål som gjaldt fellesskapet, ble 24 svar stående tom, mens det som gjaldt naturen, valgte 27 informanter å ikke avgi noe svar. En mulig forklaring på at noen valgte å ikke svare, kan være at de åpne spørsmålene kom mot slutten av undersøkelsen, og at elevene syntes det var vanskelig å formulere svarene selv.

3.4 Metodiske valg

Måleinstrumentet som ble valgt for studien var spørreskjema. Dataene ble behandlet kvalitativt og kvantitativt. Kvantitativ forskningsmetode samler inn tallbaserte data, og setter søkelys på et større utvalg av informanter (Lund, 2002). Dette gir bedre muligheter for å generalisere resultatene siden utvalget er stort og at metoden anvender tall (Johannessen et al., 2016). I motsetning til kvantitativ metode og tallbaserte data, opererer kvalitativ forskningsmetode med tekst. Hensikten med metoden er å finne svar på den subjektive virkeligheten til et utvalg informanter (Dalen, 2011). Metoden vil forsøke å gå inn under huden og fange opp hva mennesket tenker, og vil på den måten være en dypere tilnærming (Dalen, 2011). Undersøkelsen ble gjennomført av samme utvalg, og samme antall, både kvalitativt og kvantitativt.

I den kvantitative delen av spørreskjema består spørsmålene av oppfattet kompetanse, indre motivasjon og sosial tilhørighet. I den kvalitative delen av undersøkelsen er naturen, individet og fellesskapet de tre dimensjonene som benyttes for å se hvilke opplevelser informantene gjør seg i emnet friluftsliv. Gjennom å gjøre dette var ønsket at de to ulike tilnærmingene skulle utfylle hverandre sine styrker og svakheter (Creswell, 2014).

3.5 Beskrivelse av måleinstrumentene

Oppfattet kompetanse

De fire utvalgte spørsmålene knyttet til selvoppfattet kompetanse i kroppsøvingfaget, er hentet fra Perceived Competence Scale (PCS) (Williams & Deci, 1996). Spørsmålene hadde blitt testet tidligere og var valide (alpha: 0,82). Eksempler på spørsmålene knyttet til temaene var: «Jeg føler meg trygg på mine ferdigheter i forhold til å delta på en slik overnattingstur» og «Jeg føler meg i stand til å håndtere utfordringene som oppsto på overnattingsturen». Informantene svarte på en 1-7 skala fra 1 (Helt uenig) til 7 (Helt enig).

Indre motivasjon

Indre motivasjon ble målt av totalt fem spørsmål der informantene svarte på en 1-7 skala fra 1 (Helt uenig) til 7 (Helt enig). Spørsmålene omhandlet interessen for overnattingsturen de hadde deltatt på. Noen eksempler på disse var: «Jeg føler det er spennende» og «Det var artig». Spørsmålene som måler indre motivasjon er hentet fra Intrinsic Motivation Inventory (IMI) (McAuley, Duncan & Tammen, 1989). IMI er brukt i tidligere forskning, blant annet Goudas og Biddle (1994), og MSLQ og PCS er oversatt til norsk og tidligere brukt i forskningsprosjekt knyttet til norsk skole (Ulstad, Halvari, Sørebo & Deci, 2016). Dette

styrker validiteten i undersøkelsen. Det vil si at spørsmålene tidligere hadde blitt testet, og var valide (Alpha: 0,89).

Sosial tilhørighet

Under måleinstrumentet for opplevelse ble det brukt sju spørsmål der informantene skulle svare på en 1-7 skala fra 1 (Helt uenig) til 7 (Helt enig). Disse spørsmålene ble hentet fra Reeve og Sickenius (1994), der spørsmålene hadde blitt testet og var valide (Alpha: 0,66). To eksempler er: «*Denne overnattingsturen fikk meg til å føle meg som en del av gruppa*» og «*Denne overnattingsturen fikk meg til å føle med presset til å delta på turen*». For elever som scorer høyt på dette måleinstrumentet vil det begrunnes med at de opplever en sosial tilhørighet til gruppa.

3.6 Analyse

Kvalitativ data

Utvelgelsen av sitater ble gjort etter Malterud (2011) sin metode for analyse av meningsinnhold. Her ble de mest relevante og hensiktsmessige trinnene for analysearbeid valgt ut, da datamaterialet ikke direkte kodes og kategoriseres.

1. Først ble alle utsagnene grundig lest igjennom og skrevet inn i eget dokument. Dette for å få en oversikt over hvor mye datamateriale som var på hvert tema, samt at det ga en god oversikt. Dette er i tråd med hva Malterud (2011) skriver, da forskeren må bli godt kjent med materialet, og danne seg et helhetsinntrykk.
2. Neste steg ble å finne meningsbærende elementer i materialet. Her ble utsagnene som var relevante for problemstillingene skilt ut. Det vil si at det ble gjort en systematisk gjennomgang av datamaterialet, der tekstelementer som ga informasjon og kunnskap om hovedtemaene ble merket og utpekt (Malterud, 2011). Dette ble gjort for å få skilt ut de utsagnene som ga mest mening.
3. Etter grundig gjennomgang av tekstmaterialet og markering av utsagn som var interessante og relevante for studien, ble disse på nytt skilt ut, slik at det kun var igjen fem utsagn for hvert tema. De ulike utsagnene representerer flere utsagn fra datamaterialet. Et eksempel på dette er utsagnet: «*For meg så var naturopplevelsen å ligge i hengekøya og se opp på trærne*» - Dette utsagnet representerer flere utsagn og dimensjoner som handlet om det å overnatte ute i naturen. Et annet eksempel er: «*Det var koselig når alle satt rundt bålet når vi hadde kveldsmat. Alle satt der, noen spiste mat, noen grillet marshmallows. Alle snakket, det var utrolig koselig*». Den sosiale tilhørigheten bålet ga elevene, var noe flere elever satte pris på og ga uttrykk for.

Kvantitativ data

For å gjenskape svarene i spørreskjemaundersøkelsen, ble analyseprogrammet kalt «Statistical Package for the Social Sciences» (SPSS) benyttet. Det ble opprettet et datasett der spørsmål og svaralternativer som ble brukt i spørreundersøkelsen, ble gjenskapt. Datasettet kan sammenlignes som et regneark på Excel. Deretter startet arbeidet med plotting av svarene. Det vil si at alle besvarelsene som omhandlet kompetanse, indre motivasjon og sosial tilhørighet, ble lagt inn i datasettet. Dette måtte gjøres med nøyaktighet, da det ville vært utslagsgivende om noen svar var plottet feil. Derfor var denne prosessen tidkrevende.

Da arbeidet med plotting av svar var ferdig, begynte arbeidet med å analysere og bearbeide tallene. For denne studien ble det valgt å bruke deskriptiv statistikk. Det vil si å bruke gjennomsnitt (mean). De tre første variablene i tabellen som blir presentert nedenfor (tabell 1) ble behandlet slik at spørsmålene knyttet til hver kategori, som var oppfattet kompetanse, indre motivasjon og sosial tilhørighet, ble slått sammen, for deretter delt (avhengig av antall spørsmål). Slik fikk man tallene konstruert.

Siden denne studien bruker deskriptiv statistikk, blir standardavvik (STD) og Alpha gjeldende. Standardavviket forteller noe om spredningen på svarene, mens alpha sier noe om reliabiliteten. Siden det er spørsmål som har blitt slått sammen, og er knyttet til en kategori, vil alpha-verdien representere hvor sterk statistisk sammenheng det er mellom de ulike spørsmålene som måler samme kategori. Det vil si at styrken på relasjonen mellom spørsmålene, viser reliabiliteten (Danielsen, Garrat & Kornør, 2007). Alpha måler korrelasjonen mellom de utvalgte spørsmålene som er knyttet til kategorien, og bør vise et reliabilitetsestimert på over 0.7 (Danielsen et al., 2007). Korrelasjonen mellom de ulike spørsmålene knyttet til kategorien, er bedre jo høyere alpha-verdien viser (Danielsen et al., 2007).

Standardavviket (STD) er kvadratroten av variansen (O'Donoghue, 2012). I en undersøkelse kan det være at enkelte enheter har nøyaktig samme verdi som gjennomsnittet, mens andre enheter vil ha verdier som ligger nært gjennomsnittet, eller langt unna (Johannessen et al., 2016). Ved å bruke standardavviket vil man finne ut hvor mye variasjon det er fra gjennomsnittet. Det er da snakk om forskjellige avvik fra gjennomsnittet (Johannessen et al., 2016). Er standardavviket lavt, vil det bety at enhetene/datapunktene ligger nært gjennomsnittet, mens et høyt standardavvik vil bety at enhetene/datapunktene er spredt.

4.0 Resultat

I dette kapittelet vil resultatene fra spørreskjemaundersøkelsen bli presentert. De kvalitative resultatene blir fremstilt som sitater. Sitatene vil bli gjengitt som et eget avsnitt, og bakgrunnen for dette er at sitatene vil bli tydeligere fremstilt og leseren vil oppleve dette som mere oversiktlig og ryddig. Det er ikke valgt fiktive navn til sitatene, da det er meningsinnholdet som er det viktige i teksten.

De kvantitative dataene blir fremstilt som tre deler som presenterer oppfattet kompetanse, indre motivasjon og sosial tilhørighet. Spørsmålene som omhandlet hvert tema, ble slått sammen, for deretter delt på antallet som representerte de spørsmålene knyttet til hvert tema. Det blir da presentert som gjennomsnitt (mean). Videre blir de tre andre delene presentert. Disse ble ikke behandlet slik som de første tre, da det kun var knyttet et spørsmål til hvert tema.

4.1 Kvalitative data:

Hva var naturopplevelse for deg på overnattingsturen?

- *«Mens vi gikk så vi mye av norsk natur. Naturen vår er veldig vakker, og noen ganger tenker vi ikke på den så mye. Det var interessant å være i naturen uten hjelpemidler vi vanligvis bruker».*
- *«Så 30 rådyr og et hull».*
- *«At vi fikk se ny og fin natur, skog, utsikt og elver».*
- *«Det var svært bra. Fin natur og ekstremt godt turvær. Vi fikk utfordret oss i mange forskjellige naturhabitater og fikk sett mye fin natur og fine fugler og andre dyr».*
- *«For meg så var naturopplevelsen å ligge i hengekøya og se opp på trærne».*

Etter å ha gjennomgått datamaterialet grundig flere ganger, viser det seg at ca 25% av informantene som valgte å besvare spørsmålet som omhandler hva naturen ga de, trakk frem været som en faktor. Flere av informantene har uttrykt at det å sove ute og-/eller under åpen himmel var en fin opplevelse. Her ble det å våkne til fuglekvisper nevnt, men også mere spesifikt: *«(...) Ble vekket 06.00 av en hakkespett»*. Andre faktorer som ble trukket fram av var den fine naturen, terrenget, skogen, utsikten og elva. Det å lage mat utendørs har også blitt nevnt gjentatte ganger.

Kan du fortelle noe om hvilke opplevelser naturen ga deg på overnattingsturen?

- *«Stillhet, myggstikk, glede».*
- *«Vi så en veldig fin solnedgang. Det var mastelfarger i horisonten. Det var rett og slett nydelig».*
- *«Den fikk meg til å få ro i sjela».*
- *«Det var koselig å våkne til fuglekvittring, og det ga med en ro å være ute».*
- *«At ferskvannet smakte godt og jeg følte at jeg mestret ting».*

Individvariabler: Et spekter av forskjellige opplevelser ble nevnt, og de som skilte seg ut og som ofte ble repetert var blant annet å oppleve temperaturskifte fra dag til natt, at naturen ga de «ro i sjela» eller fikk de til «å slappe av» og oppleve utallige myggstikk. Det ble også trukket frem det å ta vare på- og sette pris på naturen, oppleve solnedgang, der en informant så fint hadde beskrevet dette med: *«Vi så en veldig fin solnedgang. Det var mastelfarger i horisonten. Det var rett og slett nydelig».* Også beskrivelse fra vinter til vår ble så fint nevnt: *«Naturen var fin og plantene hadde begynt å spire, så det var grønt».*

På hvilken måte påvirket fellesskapet med de andre elevene opplevelsen av å være ute?

- *«Det var koselig når alle satt rundt bålet når vi hadde kveldsmat. Alle satt der, noen spiste mat, noen grillet marshmallows. Alle snakket, det var utrolig koselig».*
- *«Vi ble mer sosial uten internett og dekning».*
- *«Det er noe annet å være ute med de andre, enn på klasserommet. Vi var mere blandet enn vanligvis».*
- *«På en positiv måte. Man ble kjent med de andre på en helt annen måte. Usminket og ekte».*
- *«Jeg synes fellesskapet var veldig bra. Fra mitt perspektiv virket det som at alle var inkludert. Både når vi var med skihopping og når vi var rundt bålet, gjorde fellesskapet alt mye bedre».*

Sosiale variabler: På spørsmålet som omhandlet hva fellesskapet hadde i betydning for den enkelte, svarte 81 av 95 som hadde besvart spørsmålet, at fellesskapet bidro positivt for opplevelsen. Det vil si at 24 informanter valgte å ikke oppgi noe svar. Av de 81 som oppga fellesskapet som noe positivt, ble det å være ute på tur, en fin mulighet til å snakke med noen som man ellers ikke snakker med. Det ble også nevnt av flere at det å motivere og hjelpe hverandre underveis på turen var noe positivt som styrket gruppa. Samtidig ble bålet trukket frem som en sosial arena, der de satt sammen rundt bålet og spiste kveldsmat. Flere av informantene hadde beskrevet at dårlig dekning for telefon, bidro til at det ble flere samtaler.

4.2 Kvantitative data:

Tabell 1:

	N	Variasjonsbredde (Range)	Minimum	Maximum	Mean	STD	Alpha
Oppfattet kompetanse	117	1-7	2	7	6,22	0,83	0,82
Indre Motivasjon	114	1-7	2,20	7	5,29	1,12	0,89
Sosial tilhørighet	114	1-7	2,71	6,86	5,41	0,85	0,66
I hvilken grad er en slik overnattingstur viktig i en skolesammenheng?	117	1-5	1	5	4,00	1,05	
I hvilken grad trivdes du på overnattingsturen?	117	1-5	2	5	4,22	0,70	

Tabellen viser at gjennomsnittet for hva informantene opplevde av oppfattet kompetanse er 6,2 av en skala fra 1-7. Det vil si at de aller fleste i gruppa opplevde at de var trygge på sine ferdigheter, mestret friluftslivsundervisningen, oppnådde det som forventes av dem og følte seg i stand til å håndtere utfordringer som oppsto på overnattingsturen.

Gjennomsnittet knyttet til indre motivasjon som representerte hvilke synspunkter informantene satt igjen med etter endt tur, viste 5,2 av en skala fra 1-7. Spørsmålene knyttet til indre motivasjon var at informantene opplevde at det var spennende, vekket deres interesse, vekket deres nysgjerrighet, at det var artig og at dette var noe de ønsket å gjøre på et senere tidspunkt.

I forhold til elevenes opplevelse av sosial tilhørighet, viser tabellen at gjennomsnittet er 5,4 på en skala fra 1-7. Spørsmålene som fremstilte sosial tilhørighet omhandlet at informantene følte seg komfortable, som en del av gruppa, at de ble kjent med de andre på en annen måte, at de andre brydde seg om deg, følte seg stressa, presset til å delta og at de fikk utviklet ferdighetene sine.

I hvilken grad elevene opplevde at en slik overnattingstur var viktig, viste gjennomsnittet 4,0 på en skala fra 1-5. Det vil si at de aller fleste elevene som deltok på overnattingsturen opplevde at turen var viktig. Samtidig viser tabellen på en skala fra 1-5, i hvilken grad de trivdes på turen, at gjennomsnittet var 4,2. Det vil si at flertallet i elevgruppa opplevde trivsel på overnattingsturen.

5.0 Diskusjon

Kapitlet er delt opp i fem underpunkter, og har underproblemstillingene som overskrift.

Funnene knyttet til elevenes kompetanse, indre motivasjon og sosial tilhørighet vil bli drøftet. Inntrykk og naturopplevelser individet tilegner seg, i tillegg til fellesskapets betydning under slike turer vil også bli diskutert.

Siden de tre grunnleggende behovene i selvbestemmelsesteorien henger tett sammen, er det vanskelig å drøfte disse hver for seg. Derfor vil oppfattet kompetanse, indre motivasjon og sosial tilhørighet drøftes noe sammen.

5.1 Naturkvaliteter – Hva var naturopplevelse for eleven?

Med bakgrunn i tidligere forskning på området, blir naturkvaliteter forbundet til leirliv, vandring, padling, terrenget, det livgivende system og været (Sæther, 1990). Friluftsliv anvendes og oppleves forskjellig ifølge Tordsson (2010), og det vil derfor være forskjellig hva informantene opplevde i løpet av overnattingsturen. Naturkvaliteter som blir uttrykt viser at informantene la merke til fin natur, dyreliv, skog, utsikt, elver og godt turvær. Været, spilte nok en rolle for hvilke opplevelser og inntrykk informantene fikk i løpet av overnattingsturen. Det er sannsynlig at været hadde betydning for studiets funn. Dette kan begrunnes med å se tilbake på værmeldingen det aktuelle døgnet for overnattingsturen. Her ble det meldt god temperatur, delvis sol, og ingen nedbør eller vind i løpet av turen.

En av grunnene til at elevene svarte som de gjorde var trolig det lette, pene været som bidro til at det var enkelt å være- og oppholde seg ute. Været tilrettela for å ta i bruk sansene, få sosial kontakt og legge merke til naturen. Det kan tenkes at regn mest sannsynlig kunne satt en demper på stemninga. Samtidig kan det også tenkes at årstiden påvirket opplevelsene. Å være på overnattingstur på våren, vil muligens gi en større sjanse for godt vær, mildere temperaturer og stiller mindre krav til klær og utstyr. Når snøen smelter bort gradvis, og våren melder sin ankomst, vil typiske vårtegn være med på å forsterke sanseintrykkene.

Gjentakende beskrivelser og sitater om terrenget og naturen som noe vakkert og fint, kan tenkes å ha gjort inntrykk på informantene på ulike måter. Flere av informantene beskrev naturkvaliteter som «fin natur». En av informantene beskrev opplevelsen slik «*Mens vi gikk så vi mye av norsk natur. Naturen vår er veldig vakker, og noen ganger tenker vi ikke på den så mye. Det var interessant å være i naturen uten hjelpemidler vi vanligvis bruker*». Det kan tenkes at denne informanten reflekterte over hva som kjennetegner norsk natur, da eleven svarer at det muligens ikke er noe man vanligvis tenker på. Dette kan formodentlig knyttes til

elevens erfaringsgrunnlag til friluftsliv (Bagøien, 2006), men også om foreldre eller andre voksne gjennom oppveksten har overført meningsmønstre og innarbeidelse innenfor friluftsliv (Odden, 2008).

Flere av informantene valgte å trekke frem det livgivende system som en naturopplevelse på overnattingsturen (Sæther, 1990). To av informantene hadde formulert sine utsagn slik: «*Så 30 rådyr og et hull*» og «*Det var svært bra. Fin natur og ekstremt godt turvær. Vi fikk utfordret oss i mange forskjellige naturhabitater og fikk sett mye fin natur og fine fugler og andre dyr*». Å se flere rådyr over en forholdsvis kort tidsperiode, og som man muligens ikke opplever så ofte, hadde ført til naturopplevelse. Oppmerksomhet og spenning knyttet til det å se mange dyr, er kanskje noe som vekket en interesse for informanten. Hullet, som eleven nevner, kan ha skapt undring, spekulasjon og kanskje nysgjerrighet til hvordan det oppsto, og hvem som hadde eller kanskje bruker det som sitt bosted. Dette kan sees i lys av hva Tordsson (2010) uttrykker, da mennesket har et medfødt behov for dyp kontakt med natur, planter og spesielt dyr. Naturopplevelser knyttet til dyreliv, er også funn som har blitt gjort ved studiene til Helle (2017) og Sølvik (2003).

Det var også flere utsagn som omhandlet det å sove ute i hengekøye, noe som kanskje opplevdes som nytt og spennende for enkelte. En av informantene hadde beskrevet opplevelsen slik: «*For meg så var naturopplevelsen å ligge i hengekøya og se opp på trærne*». Estetiske kvaliteter og egenskaper knyttet til leirliv kan ha påvirket opplevelsen. For noen kan det ha sammenheng med at det var første gang de sov under åpen himmel, mens for andre, kan estetiske kvaliteter som sanseintrykk knyttet til natur, omgivelser og atmosfæren ha påvirket naturopplevelsen (Sæther, 1990).

Studien indikerer at en større andel av informantene opplevde naturen som fin og vakker. En mulig faktor som har påvirkning for disse opplevelsene, kan ha en sammenheng med at elevene opplever naturen som noe atskilt fra den moderne utviklingen. Elevene oppfatter kanskje miljøer som bærer tydelige preg av menneskers aktivitet, slik som byparker og plantet skog, som noe mindre attraktivt (Pedersen, 1999). Det kan være at elevene opplever slike miljøer som mindre verdifulle, og at heller uberørt natur, slik som fjell, fosser, innsjøer og elver, kan i større grad bidra til gode naturopplevelser (Pedersen, 1999).

5.2 Individvariabler – Hva forteller elevene om hvilke opplevelser naturen ga de på overnattingsturen?

Hvordan elever møter naturen og tilegner seg naturopplevelser, er knyttet til deres tidligere erfaringer gjennom utøvelse av friluftsliv (Sæther, 1990). Elevenes tidligere erfaringer vil ha en innvirkning på deres mottakelighet for nye opplevelser, men også begrensninger (Sæther, 1990). Datamaterialet viser at det er forskjeller knyttet til hvilke opplevelser naturen ga elevene på overnattingsturen. Det kan tenkes at en mulig faktor for ulike opplevelser er knyttet til hvordan elevene møtte naturen på. Ifølge Tordsson (2010) vil elevenes møte med naturen, gi et spekter av opplevelser som i stor grad oppleves og formes av den enkelte.

Studien indikerer at mange av informantene opplevde en form for ro og stillhet. Tre av informantene hadde oppsummert sine opplevelser i naturen, slik: «*Stillhet, myggstikk, glede*», «*Den fikk meg til å få ro i sjela*» og «*Det var koselig å våkne til fuglekvitring, og det ga med en ro å være ute*». At noen av elevene opplevde det slik, kan ha en sammenheng med at disse elevene var mottakelige for å kjenne på denne opplevelsen (Sæther, 1990). Tidligere forskning viser også samme funn, da friluftslivsundervisning kan virke som noe annerledes og med mer frihet (Weider, 2018; Helle, 2017; Kongsrud, 2004). Elevene kan ha kjent på følelsen av å få et avbrekk fra en ellers hektisk skolehverdag, og at naturens evne har tilfredsstillt følelsesmessige behov (Ommundsen, 2013; Bjærke, 2017).

Datamaterialet viser at elevene tok i bruk sanseapparatet for å oppleve hva naturen kunne gi. Med å være utstyrt med et sanseapparat, kan vi ta imot inntrykkene fra fri natur (Tordsson, 2010). Dette kommer frem i følgende utsagn: «*Vi så en veldig fin solnedgang. Det var mastelfarger i horisonten. Det var rett og slett nydelig*» og «*At ferskvannet smakte godt og jeg følte at jeg mestret ting*». Å få et innblikk i elevenes opplevelser knyttet til fenomenet, vil gi en forståelse av hvilke inntrykk og opplevelser som har satt sine spor hos eleven (Johannessen et al, 2016). Elevene har reflektert rundt de ulike fenomenene, og de har prøvd å gjengi hvilke opplevelser naturen ga i form av ulike utsagn (Kvale & Brinkman, 2015). Hvilke opplevelser elevene har reflektert rundt, og valgt å formidle, kan ha en sammenheng med hvilke rammefaktorer som fremmer eller hemmer utøvelse av friluftsliv. Kommer elevene fra et ressurssterkt hjem som utøver friluftsliv ofte, og har tilgang og mulighet for å utøve friluftsliv, vil eleven ha et annet grunnlag og utgangspunkt, i møte med naturen (Tordsson, 2010).

5.3 Fellesskapet – På hvilken måte påvirket fellesskapet med de andre elevene opplevelsen av å være ute?

Studien indikerer at de fleste av elevene som deltok på overnattingsturen opplevde at fellesskapet bidro positivt for opplevelsen av å være ute. Dette kan begrunnes med at 81 av de 95 elever som svarte på spørsmålet som omhandlet dette, oppga fellesskapet som noe positivt for opplevelsen. Dette harmonerer med hva tidligere studier knyttet til friluftsliv i skolen viser, da faktorer som samarbeid, verbal kommunikasjon, samhold og det å motivere og hjelpe hverandre blir gjengitt (Mikkelsen, 2013; Weider, 2018; Helle, 2017; Sølvik, 2003; Åvanger, 2008; Kongsrud, 2004).

Det var flere av informantene som uttrykte at overnattingsturen ga muligheten for å snakke med medelever de ellers ikke omgås med. Dette kan sees i lys av Ommundsens (2013) påstand om at enkelte ser på kroppsøvingfaget som en «fritime», der elevene får et avbrekk fra en mere teoretisk- og stillesittende skolehverdag. Friluftsliv kan bli betraktet som noe annerledes, og dette kan oppleves som både positivt og negativt. Emnet legger muligens opp til alternativ livsstilformer, som elevene kanskje ikke vet å sette pris på. Elevene opplever kanskje en slik overnattingstur med noe som bryter fra det hverdagslige, og som gir muligheter for kommunikasjon på tvers av klassene. Siden overnattingsturen var delt inn i ulike grupper ut ifra hvilken aktivitet de hadde valgt, kunne dette føre til at typiske grupperinger innad i klassen og trinnet ble splittet opp. En av informantene uttrykte at *«Det er noe annet å være ute med de andre, enn på klasserommet. Vi var mere blandet enn vanligvis»*. Med en slik tur som bryter fra en vanlig skolehverdag med rutiner og regler, var det flere av elevene som formulerte at fellesskapet påvirket opplevelsen på en positiv måte. En av elevene hadde skrevet *«(...) Man ble kjent med de andre på en helt annen måte. Usminket og ekte»*. Kanskje kan friluftsliv bidra med noe som er opprinnelig og ekte, enn tilstivnede væremåter i ungdomsskolen og på klasserommet. I ungdomsperioden betyr andre ungdommer mye for hvordan man skal oppføre seg, og hvilken smak man skal ha. Dette utsagnet peker på at denne eleven opplevde at kortene med hvordan vi bør oppføre oss ovenfor hverandre, ble delt ut på nytt på denne turen. Og for denne eleven, virket det godt. I så måte kan det trekkes slutninger med at overnattingsturen kunne bidra til at elevene på tur sammen utviklet egenskaper som krav om ansvar, empati og omsorg (Tordsson, 2010).

En annen faktor som mest sannsynligvis har bidratt til at mesteparten av elevgruppa opplevde fellesskapet som noe positivt, var bålet. Tidligere studier som har vært gjort på området viser at bålet blir en naturlig samlingsplass som virker inkluderende på gruppen (Helle, 2017;

Sølvik, 2003; Kongsrud, 2004). Dette samstemmer med hva Tordsson (2010) fremhever, da bålet kan være tilværelsens midtpunkt. Ved å sitte sammen som en gruppe rundt bålet, utveksle og føre samtaler, kan flere føle seg inkludert og blir sett. Å være på tur sammen med andre mennesker påvirker vårt naturmøte (Tordsson, 2010), samt at det kan bidra til en ny livsforming for unge mennesker (Pedersen Gurholt, 2010).

Studien viser også at manglende dekningsforhold for telefon kan ha påvirket opplevelsen av fellesskapet i den grad at elevene ikke kunne være på internett. Som en av informantene beskrev forholdet: «*Vi ble mer sosial uten internett og dekning*». Dette kan ha betydning for at elevene heller rettet fokuset sitt på å være med gruppa og delta aktivt i samtaler, fremfor å bruke tiden på å scrolle på telefonen. På den måten kan dårlig dekningsforhold også ha bidratt til å styrke mottakeligheten for inntrykk av naturopplevelser (Sæther, 1990).

5.4 Naturopplevelser

For å oppsummere elevenes naturopplevelser gjennom de tre ulike dimensjonene i modellen til Sæther (1990), viser studien at flesteparten av elevene sitter igjen med gode naturopplevelser. Det var også et av hovedmålene for overnattingsturen (vedlegg 3).

Datamaterialet viser at det er individuelle forskjeller for hva elevene har opplevd, og valgt å trekke frem, men materialet viser også at mange av de samme opplevelsene blir gjenfortalt. Studien viser at været og det livgivende system har spilt en stor rolle for opplevelsene. Informantene opplevde naturen som fin og vakker, og at den ga en følelse av «ro». Det å oppleve å sove under åpen himmel har for noen av elevene vært en fin naturopplevelse, men også naturens ulike farger og stemninger har bidratt til naturopplevelser. Studien viser at fellesskapet bidro positivt for opplevelsene, og at bålet ble et naturlig samlingspunkt på kveldene.

Studien viser at elevene syntes en slik overnattingstur er viktig i skolesammenheng, da tallet viser 4,0 på en skala fra 1-5. Samtidig viser tallet knyttet til i hvilken grad elevene trivdes på overnattingsturen, 4,2 på en skala fra 1-5. Det indikerer at elevene opplever en slik tur som viktig, og at opplevd trivsel har vært til stede.

Med slike positive funn, kan det argumenteres for at det pedagogiske opplegget har truffet godt. Det er nærliggende å tro at opplegget har vært tilpasset godt for elevgruppen og de ulike læringssituasjonene. Det kan tenkes at turens lengde og varighet, elevenes valgmulighet, deltakelse på bestemt opplegg og tid til egenaktivitet, har bidratt til at elevene opplevde overnattingsturen som svært bra. En mulig forutsetning for å legge til rette for gode

naturopplevelser, kan ha vært å sjekke værmeldingen i forkant av turen. Da kunne lærerne og studentene tilpasset datoen for turen, slik at mye nedbør og kraftig vind kunne blitt unngått. Det er også trolig at valg av tursted kan ha påvirket resultatene. Siden Allemannsretten gir mulighet for å ferdes fritt i utmark, kunne lærere og studenter velge naturområde til overnattingsturen (Klima- og miljødepartementet, 2000-2001c). Siden hovedmålet for turen var naturopplevelser, er det sannsynlig at områder som tydelig bærer preg av menneskers aktivitet ble unngått, og at heller områder som blir oppfattet som attraktive, ble valgt for overnattingsturen (Pedersen, 1999).

Datamaterialet viser at naturopplevelsene har oppstått med bakgrunn fra de tre ulike dimensjonene (naturen, individet og fellesskapet) fra modellen til Sæther (1990). Ulike opplevelser og inntrykk har blitt vektlagt ulikt av informantene. Informantene har reflektert godt rundt sine naturopplevelser og fått presentert sine subjektive opplevelser (Johannessen et al, 2016), med å ha skapt tekst ved å bruke sine egne ord og uttrykk (Kvale & Brinkmann, 2015).

5.5 Selvbestemmelsesteorien – I hvilken grad føler elevene kompetanse, indre motivasjon og sosial tilhørighet i løpet av overnattingsturen?

Studien indikerer at elevene i stor grad opplevde trivsel på overnattingsturen. Det høye gjennomsnittet kan ha en sammenheng med at elevene opplevde de tre grunnleggende behovene selvbestemmelse, kompetanse og sosial tilhørighet, som dekket. Er disse tre behovene dekket, er sjansen større for at individer opplever indre motivasjon og trivsel (Deci & Ryan, 2000).

Siden elevene kunne velge hvilken tur og aktivitet de ønsket for overnattingsturen, kan det ha medført at elevene opplevde selvbestemmelse. Å føle seg fri til å utføre handlinger ut ifra egen interesse, og ha muligheter for valg i læresituasjonen, vil øke sjansen for at individet opplever autonomi (Legault, 2017). Dette samsvarer med en studie gjennomført av Mikkelsen (2013), der det ble utformet et undervisningstiltak som hadde til hensikt å fremme elevmedvirkning og mulighet for valg, der autonom motivasjon og trivsel var i fokus. Studien viste at elevene opplevde mere frihet, som fremmet motivasjon og trivsel, og som resulterte i opplevd autonomi.

Tallene knyttet til oppfattet kompetanse viser at gjennomsnittet for elevgruppen målte 6,2 på en skala fra 1-7. Det vil si at alle i elevgruppa følte en grad av tilstrekkelighet i samspill i møte med mestring og optimale utfordringer (Legault, 2017). En mulig årsak kan være at

undervisningsopplegget for overnattingsturen var tilpasset godt for elevgruppen. Elevene fikk møte ideelle utfordringer som passet deres kompetansenivå og forutsetninger for å mestre oppgavene (Reeve, 2002). Samtidig kan valg av aktivitet og tur spille inn, da elevene kunne velge den aktiviteten de følte de var mest komfortable med.

Studien indikerer at informantene var indre motiverte etter å ha deltatt på turen. Det kan begrunnes med at gjennomsnittet for indre motivasjon viste 5,2 på en skala fra 1-7. Det kan tyde på at de psykologiske behovene har blitt dekket hos flesteparten av informantene, siden behovene er en forutsetning for indre motivasjon (Wang & Biddle, 2007). Elevenes valgmuligheter knyttet til aktivitet, kan også ha hatt betydning for indre motivasjon. Det kan tyde på at elevene utførte aktivitetene og de ulike handlingene ut i fra deres egen interesse og glede, og som vil ha stor betydning for elevens indre motivasjon (Deci & Ryan, 1985). I dette tilfellet vil da de ytre faktorer som obligatorisk deltakelse eller ønsket karakter, være mindre gjeldende (Deci & Ryan, 1985). Hvis de ytre faktorene hadde hatt betydning, ville det vært uheldig i forbindelse med videre deltakelse og utøvelse av friluftsliv. Tidligere forskning på området, viser at elever opplevde friluftslivsundervisning som kontrollert, og at det var ytre faktorer som påvirket elevenes deltakelse (Mikkelsen, 2013; Naustdal, 2012; Åvangen, 2008). Dermed kan tallene for denne studien indikere at flere av informantene vil komme til å utøve friluftsliv og fortsette å gjøre lignende på et senere tidspunkt.

Sosial tilhørighet har i denne studien hatt nær tilknytning til «fellesskapet». Flere av elevgruppa opplevde i stor grad sosial tilhørighet på overnattingsturen, og dermed følte seg som en del av gruppa (Legault, 2017). Opplevd sosial tilhørighet som en av de tre grunnleggende behovene, vil påvirke og tilfredsstillende autonomi, tilhørighet og kompetanse (Lillemyr, 2007). Derfor kan tallet indikere at alle elevene som opplevde sosial tilhørighet, i stor grad kunne oppleve autonomi og kompetanse. Igjen kan faktoren som omhandlet valgmulighet for aktivitet på turen spille en rolle. I så måte kan det tenkes at elevene valgte en aktivitet som de også visste andre i nær relasjon valgte. Dermed kunne de være med å bestemme hvem de skulle dra på overnattingstur med.

6.0 Konklusjon

Denne studien har vist at elevene sitter igjen med positive naturopplevelser. Elevene synes å mestre friluftsliv, er indre motiverte og det uttrykte sosiale miljøet synes å forsterke naturopplevelsene. En overnattingstur på ungdomsskolen på 10.trinn er relevant for å kunne nå målene knyttet til friluftslivsdelen i læreplanen. Dette er mål som omhandler at elevene skal tilegne seg om friluftsliv slik at de på egenhånd kan oppholde seg og ferdes i naturen (Utdanningsdirektoratet, 2015a).

Å sette av tid til friluftslivsundervisning i form av en overnattingstur viser seg å bidra til at flere av elevene blir kjent med hverandre på en annen måte enn i en mere hektisk skolehverdag. En overnattingstur gir muligheter for å vekke interesser og verdier for utfoldelse av friluftsliv, samt at det bidrar til at flere elever får prøve å utøve friluftsliv. Siden det ifølge Odden (2008) viser at samfunnet står ovenfor en rekrutteringskrise når det gjelder å videreføre tradisjonelle aktiviteter knyttet til friluftsliv. Skolen som en sosialiseringsinstans, er en viktig arena for å introdusere elevene for friluftsliv, og kan bidra til at elevene senere i voksen alder, vil utøve friluftsliv (Odden, 2008).

Med en ny læreplan som trer i kraft høsten 2020, der opplæringa skal søke mot naturopplevelse og bærekraftig ferdsel, vil sannsynligvis en slik overnattingstur være med på å innfri disse målene (Utdanningsdirektoratet, 2020a).

Jacobsen et al., (2015) viste at friluftslivsundervisningen i skolen synes å bli nedprioritert. Det betyr imidlertid ikke at alle turer med regi fra skolen er uten verdi for elevene. Min studie viser at naturopplevelser i friluftsliv nytter; elevene opplevde overnattingsturen som noe som var bra for dem. Elevene la merke til naturen og seg selv i en ny setting. Fellesskapet mellom elevene ble oppdaget, skapt og videreutviklet som noe godt. Elevene opplevde kompetanse, indre motivasjon og sosial tilhørighet som noe positivt på denne overnattingsturen.

Litteraturliste

Abelsen, K. & Leirhaug, P.E. (2017). *Hva vet vi (ikke) om elevers opplevelser med friluftsliv i norsk skole – en gjennomgang av empiriske studier 1974-2014*. Hentet fra 20.03.2020:

<https://jased.net/index.php/jased/article/view/615/1975>

Bagøien, T. E. 1992. *Barns naturtilhørighet til et nærfriluftslivsområde* (Mastergradsavhandling). *Høgskolen i Levanger, Levanger..*

Bagøien, T. E. 2006. Barn og norsk friluftslivskultur. I Bagøien, T. E.(Red.), *Barn i friluft: Om verdifullt friluftsliv* (2.utg, 2. opprykk, s.125-138 . SEBU forlag, Oslo.

Bjærke, M. R. (2017). *Inn med naturens egenverdi: Om verdigrunnlaget for norsk miljøpolitikk på 2000-tallet* (Mastergradsavhandling). Universitetet i Oslo, Oslo.

Breivik, G., & Rafoss, K. (2012). Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet – en oppdatering og revisjon. Utgivelsessted: Oslo/Alta: Helsedirektoratet. Hentet fra 03.03.2020: <https://www.norskfriluftsliv.no/wp-content/uploads/2015/01/Fysisk-aktivitet-omfang-tilrettelegging-og-sosial-ulikhet-revisjon-2.pdf>

Creswell, J. W. (2014). *Research design: qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4. utg.). Los Angeles, Calif: SAGE.

Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode - en kvalitativ tilnærming*. Oslo: Universitetsforlaget.

Danielsen, K., Garrat, A. & Kornør, H. (2007). *Måling av brukererfaringer med avhengighetsbehandling: En litteraturgjennomgang av validerte måleinstrumenter*. Hentet fra 25.04.2020:

https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/notater/2007/notat_07_brukererfaringer_rus.pdf

Datatilsynet. (2018, 22.06). *Samtykke frå mindreårige*. Hentet fra 03.03.2020:

<https://www.datatilsynet.no/personvern-pa-ulike-omrader/skole-barn-unge/samtykkje-fra-mindrearige/>

Deci, E.L. & Ryan, R. M. (1985): *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum press, 10, 978-1.

- Deci, E.L., & Ryan, R.M. (2000). *The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior*. *Psychological Inquiry*, 11,227-268.
- Glimo, H. B. (2018). *Blir emnet friluftsliv i kroppsøving på ungdomsskolen ivaretatt?* (Mastergradsavhandling). Nord Universitet, Trondheim.
- Grøteide, H. (2019). *Naturopplevelse som del av kroppsøving i videregående skole* (Mastergradsavhandling). Høgskulen på Vestlandet, Sogndal.
- Gurholt, K. P. (2010). Eventyrlig pedagogikk: friluftsliv som dannelsesferd. I Steinsholt & KP Gurholt (Red.), *Aktive liv. Idrettspedagogiske perspektiver på kropp, bevegelse og dannelse* (s. 175-203). Trondheim: Tapir Akademisk Forlag
- Helle, M. K. (2017). *Friluftsliv i skolen. En kvalitativ studie av elevers erfaringer med friluftsliv på idrettslinjen* (Mastergradsavhandling). Norges Arktiske Universitet, Tromsø.
- Imsen, G. (2009). *Lærerens verden – innføring i generell didaktikk*. 4. utgave. Oslo: Universitetsforlaget.
- Johannessen, A., Tufte, P.A., & Christoffersen, L. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*. 5.utg. Oslo: Abstrakt forlag.
- Klima- og miljødepartementet. (1986-1987b). *Om friluftslivet*. (St.meld.nr 40) Oslo: Klima- og Miljøverndepartementet.
- Klima- og miljødepartementet. (2000-2001c). *Friluftsliv – ein veg til høgare livskvalitet*. (St.meld.nr 39) Oslo: Klima- og Miljøverndepartementet.
- Klima- og miljødepartementet. (2015-2016a). *Friluftsliv – Natur som kilde til helse og livskvalitet*. (Meld.st.nr 18). Oslo: Klima- og Miljøverndepartementet.
- Klima- og miljødepartementet. (2018). *Handlingsplan for friluftsliv: Natur som kilde til helse og livskvalitet*. Oslo: Klima- og miljødepartementet.
- Kongsrud, T.D. (2004). *Friluftsliv i ungdomsskolen i et elevperspektiv: hvordan opplever elevene undervisningen der det utvidede klasserommet er et primitivt skogsmiljø*. (Mastergradsavhandling). Norges idrettshøgskole, Oslo.
- Lagestad, P., Bjølstad, T., & Sæther, E. (2019). Predictors of inactivity among youth in six traditional recreational friluftsliv activities. *Journal of Outdoor Recreation, Education, and Leadership*, 11(1).

- Lillemyr, O.F. (2007). *Motivasjon og selvforståelse, Hva ligger bak det vi gjør?* Oslo: Universitetsforlaget.
- Lovdata.no (2018.) *Lov om friluftsliv (Friluftsloven)*. Hentet fra 05.02.2020: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1957-06-28-16>
- Lund, T. (red.) (2002). *Innføring i forskningsmetodologi*. Oslo: Unipub forlag
- Malterud, K. (2011). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning. En innføring*. (3.utg). Oslo: Universitetsforlaget.
- McAuley, E., Duncan, T., & Tammen, V. V. (1989). Psychometric properties of the Intrinsic Motivation Inventory in a competitive sport setting: A confirmatory factor analysis. *Research quarterly for exercise and sport*, 60(1), 48-58.
- Mikkelsen, T. (2013). *Friluftslivsundervisning i videregående skole: Autonomi eller kontroll?* (Mastergradsavhandling). Norges idrettshøgskole, Oslo.
- Miljøverndepartementet. (2008). *Naturopplevelse, friluftsliv og vår psykiske helse*. Rapport fra det nordiske miljøprosjektet "Friluftsliv og psykisk helse". Hentet fra 12.02.2020: <https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/md/vedlegg/rapporter/t-1474.pdf>
- Naustdal, E.K. (2012). «*Hvorfor skal jeg reise så langt bare for å få tre?*»: *Kvalitativ analyse av minoritetsungdoms livserfaringer i møte med friluftsliv på idrettsfag*. (Mastergradsavhandling). Norges idrettshøgskole, Oslo.
- O'Donoghue, P. (2012). *Statistics for sport and exercise studies: An introduction*. Routledge.
- Ommundsen, Y. (2013). *Fysisk-motorisk ferdighet gjennom kroppsøving*. Universitetsforlaget. Hentet fra 03.02.2020: <https://www.nfk.no/f/p34/i1349bbfb-1189-4362-8029-c13c817db519/2013-ommundsen-y-fysisk-motorisk-ferdighet-gjennom-kroppsøving-et-viktig-bidrag-til-elevenes-allmenndanning-og-laring-i-sk.pdf>
- Pedersen, K. (1999). «*Det har bare vært naturlig*». *Friluftsliv, kjønn og kulturelle brytninger*. (Doktoravhandling). Institutt for samfunnsfag ved Norges Idrettshøgskole. Alta.
- Reeve, J. (2002). Self-determination theory applied to educational settings. I E. L. Deci og R. M. Ryan (red.), *Handbook of self-determination research* (s. 183–203). Rochester, New York: University of Rochester Press.

Reeve, J., & Sickenius, B. (1994). Development and validation of a brief measure of the three psychological needs underlying intrinsic motivation: The AFS scales. *Educational and Psychological Measurement*, 54(2), 506-515.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). *Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being*. *American Psychological Association*, 55(1), 68-78.

Statistisk Sentralbyrå. (2019). *Stor interesse for friluftsliv i befolkningen*. Hentet fra 31.01.2020 på <https://miljostatus.miljodirektoratet.no/Tema/Friluftsliv/>

Sæther, E. (1990). *Erfaringsbasert friluftsliv, naturopplevelse, ansvar for natur*. (Mastergradsavhandling). Høgskolen i Levanger, Levanger.

Sæther, E. (2006). Friluftslivets historie. I Bagøien, T. E (Red.), *Barn i friluftsliv: Om verdifullt friluftsliv* (2.utg, s.141-152). Oslo: Sebu forlag.

Sølvik, R.M. (2003). *Friluftsliv: ein aktuell sosial læringsarena for ungdom med åtferdsvanskar?* (Mastergradsavhandling). Universitetet i Oslo, Oslo.

Tellnes, A. (1985). *Friluftsliv- vegledning, opplæring og informasjon* (Rapport. T – 598), Miljøvernderpartementet. (2000-2001c). St.mld.nr.39. Oslo: Miljødepartementet.

Thomas, J.R., Nelson, J.K. & Silverman, S.J. (2011). *Surveys. Research methods in Physical Activity*. (6th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.

Tordsson, B. (2010). *Friluftsliv, kultur og samfunn*. (1.utg). Kristiansand: Høyskoleforlaget AS.

Ulstad, S. O., Halvari, H., Sørebo, Ø., & Deci, E. L. (2016). Motivation, learning strategies, and performance in physical education at secondary school. *Advances in Physical Education*, 6(1), 27-41. Hentet fra 20.04.2020:

<https://www.scirp.org/journal/paperinformation.aspx?paperid=63403>

Utdanningsdirektoratet. (2015a). *Læreplan i kroppsøving* (KRO1-04). Hentet fra 30.03.2020: <https://www.udir.no/kl06/KRO1-04/Hele/Hovedomraader>

Utdanningsdirektoratet. (2015b). *Generell del av læreplanen: Det miljømedvitne mennesket*. Hentet fra 30.03.2020: <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/generell-del-av-lareplanen/det-miljomedvitne-mennesket/#naturglede>

Utdanningsdirektoratet. (2020a). *Fagfornyelsen: Læreplan i kroppsøving (KRO01-05)*. Hentet fra 30.03.2020: <https://www.udir.no/lk20/kro01-05/om-faget/kjerneelementer>

Utdanningsdirektoratet. (2020b). *Fagfornyelsen: Læreplan i kroppsøving (KRO01-05)*. Hentet fra 30.03.2020: <https://www.udir.no/lk20/kro01-05/kompetansemaal-og-vurdering/kv184>

Wang, C.K.J. & Biddle, S.J.H. (2007): *Understanding young People's motivation toward exercise: An integration of sport ability beliefs, achievement goal theory, and self-determination theory*. I *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport*, Hagger, M. & Chatzisarantis, M. Ed., Human Kinetics, Illinois

Weider, C. (2018). *Hvilke erfaringer gjør elever ved Vg1 seg rundt friluftslivsundervisningen i kroppsøvingfaget? En kvalitativ studie av elevers opplevelser og erfaringer av økt fokus på friluftslivsundervisning ved en videregående skole i Oslo*. (Mastergradsavhandling). Norges idrettshøgskole, Oslo.

Wiken, A.R. (2011). *Hva lærer vi i kroppsøving? Hva oppfatter elevene selv at de lærer, og er dette i tråd Kunnskapsløftet 2006?* (Mastergradsavhandling). Norges idrettshøgskole, Oslo.

Williams, G. C., & Deci, E. L. (1996). Internalization of biopsychosocial values by medical students: A test of self-determination theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, pp. 767-779.

Åvangen, L.S. (2008). *Friluftsliv på idrettsfag i en videregående skole: en kvalitativ studie av fire elevers opplevelser, erfaringer og læringsutbytte i friluftslivsundervisningen på idrettsfag i en videregående skole*. (Mastergradsavhandling). Norges idrettshøgskole, Oslo.

Vedlegg

1) Informasjonsskriv til foreldre og foresatte:

Informasjon angående spørreskjemaundersøkelse etter endt overnattingstur

I forbindelse med mitt mastergradsprosjekt ved Nord Universitet, ønsker jeg at elevene gjennomfører en spørreundersøkelse som vil omhandle hvilke naturopplevelser elevene opplevde i løpet av overnattingsturen, og hva som påvirket disse opplevelsene.

Spørreundersøkelsen har blitt utformet slik at den ikke inneholder noen sensitive spørsmål, og svarene som elevene avgir vil bli holdt anonymt. Undersøkelsen er basert på frivillig deltakelse, og elevene kan når som helst trekke seg. Elevene skal ikke oppgi navn. Ettersom elevene velger tur uavhengig av klasse, vil det ikke være mulig å identifisere elevene etter klasse. Skolen blir heller ikke nevnt i prosjektet.

Ved prosjektslutt våren 2020, vil spørreskjemaene bli makulert. Det blir ikke foretatt lyd- eller bildeopptak av elevene.

Resultatene fra spørreundersøkelsen vil bli brukt som data for min masteroppgave, og det er kun veilederne mine; Eivind Sæther og Svein Olav Ulstein, som sammen med meg vil ha tilgang til opplysningene som blir gitt i spørreundersøkelsen.

Jeg håper så mange som mulig ønsker å delta i spørreundersøkelsen.

Mvh

Inger Lise Lona

Masterstudent v/Nord Universitet

(Kroppsøving og idrettsvitenskap).

2) Spørreskjemaet:

Deltakelse på overnattingstur

I forbindelse med mitt mastergradsprosjekt ved Nord Universitet, ønsker jeg å gjennomføre en spørreundersøkelse etter gjennomført overnattingstur. Hensikten er å innhente data om hvordan dere opplevde selve overnattingsturen, og hvilke naturopplevelser dere fikk på turen. Svarene du avgir vil bli holdt anonymt og det er frivillig å delta, slik at du kan når som helst trekke deg fra undersøkelsen.

(Sett ett kryss. Dette må settes i en av rutene, ikke mellom to ruter).

1) Kjønn:

Jente	Gutt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2) Har du «natur, miljø og friluftsliv» som valgfag?

Ja	Nei
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3) Hvor ofte utøver du friluftsliv på fritiden?

Aldri/ sjelden	1-2 ganger per uke	3-6 ganger per uke	Hver dag
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4) Har du på fritiden i løpet av ungdomsskolen overnattet ute?

Ja	Nei
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5) Hvilken type aktivitet valgte du for overnattingsturen?

Sykkeltur	Skitur	Gåtur
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Svar i forhold til hvor sant det er det som står i de fire påstandene under
(Sett ett kryss. Dette må settes i en av rutene, ikke mellom to ruter):**

- 1) Jeg føler meg trygg på mine ferdigheter i forhold til å delta på en slik overnattingstur.

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

- 2) Jeg klarer å mestre friluftslivundervisning der det er lagt opp til overnattingstur.

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

- 3) Jeg føler at jeg oppnådde det som forventes av meg på overnattingsturen.

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

- 4) Jeg føler meg i stand til å håndtere utfordringene som oppsto på overnattingsturen.

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

**Svar i forhold til hvor sant det er det som står i de to påstandene under
(Sett ett kryss. Dette må settes i en av rutene, ikke mellom to ruter):**

1) Jeg har nok kompetanse til å planlegge og dra ut på en slik overnattingstur selv:

Helt uenig	Veldig uenig	Nokså uenig	Verken enig eller uenig	Nokså enig	Veldig enig	Helt enig

2) Jeg er motivert til å planlegge og dra ut på en slik tur på et senere tidspunkt.

Helt uenig	Veldig uenig	Nokså uenig	Verken enig eller uenig	Nokså enig	Veldig enig	Helt enig

3) Prøv å forklare hva «allemannsretten» er med egne ord:

4) Fikk du praktisert kart og kompass på overnattingsturen?
Sett kryss:

Ja _____ Nei _____

5) I hvilken grad føler du at du kan praktisere kart og kompass? (Sett ett kryss. Dette må settes i en av rutene, ikke mellom to ruter)

I svært stor grad	I stor grad	I noen grad	I liten grad	I svært liten grad

6) I hvilken grad fikk du være med å planlegge overnattingsturen? (Sett ett kryss. Dette må settes i en av rutene, ikke mellom to ruter)

I svært stor grad	I stor grad	I noen grad	I liten grad	I svært liten grad

Svar i forhold til hvor sant det er det som står i de syv påstandene under (Sett ett kryss. Dette må settes i en av rutene, ikke mellom to ruter):

1) Denne overnattingsturen fikk meg til å føle...

Meg komfortabel

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

Meg som en del av gruppa

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

At jeg ble kjent med de andre på en annen måte

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

At de andre bryr seg om meg

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

Meg stressa

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

Meg presset til å delta på turen

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

At jeg utviklet ferdighetene mine

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

Svar i forhold til hvor sant det er det som står i de fem påstandene under

(Sett ett kryss. Dette må settes i en av rutene, ikke mellom to ruter):

- 1) Det jeg føler etter å ha deltatt på en slik overnattingstur er at...

Jeg føler det er spennende

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

Det vekket min interesse

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

Det vekket min nysgjerrighet

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

Det var artig

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

Jeg vil gjøre dette på et senere tidspunkt

Helt enig	Veldig enig	Nokså enig	Verken enig eller uenig	Nokså uenig	Veldig uenig	Helt uenig

1) I hvilken grad er en slik overnattingstur viktig i en skolesammenheng? (Sett ett kryss.

Dette må settes i en av rutene, ikke imellom to ruter):

I svært stor grad	I stor grad	I noen grad	I liten grad	I svært liten grad

2) I hvilken grad trivdes du på overnattingsturen? (Sett ett kryss. Dette må settes i en av rutene, ikke imellom to ruter):

I svært stor grad	I stor grad	I noen grad	I liten grad	I svært liten grad

3) Nå skal du oppsummere overnattingsturen du nettopp har deltatt på med egne ord:

- Hva var naturopplevelse for deg på overnattingsturen?

- På hvilken måte påvirket fellesskapet med de andre elevene opplevelsen av å være ute?

- Kan du fortelle noe om hvilke opplevelser naturen ga deg på overnattingsturen?

4) Er det noe annet du ønsker å kommentere fra overnattingsturen?

2) Beskrivelse av overnattingsturen:

Beskrivelse av friluftslivstur for tiende trinn 2019

Denne beskrivelsen er en punktvis oppsummering av rammefaktorer og noen vurderinger tilknyttet en friluftslivstur på våren for ungdomsskoleelever. En overbyggende ide for friluftslivsturen var å legge til rette for gode turopplevelser. For å gi ungdommene mulighet til gode opplevelser var mye tid avsatt til egenaktivitet og dermed en viktig del av det pedagogiske opplegget. For at turen skulle kjennes som ikke bare et pålegg fikk elevene velge hvilken tur de ville gjennomføre. Studentene fra Nord universitet, som hadde praksis på turen, fikk også velge hvilken tur de skulle delta på.

Deltagere: 139 elever i tiende trinn, 5 lærere/miljøarbeidere fra ungdomsskolen, 17 studenter fra friluftslivsstudiet ved Nord universitet.

Tid: Torsdag 25. april kl 8-fredag 26. april kl 13.30.

Sted: Alle turene startet med utgangspunkt i ungdomsskolen.

Værrapport: Yr.no har historisk værrapport fra området ungdomsskolen 25/ 4 og 26/4 2019. Eksempelvis varierte temperatur 26/4 mellom 9,9 og 20,8 grader, ingen nedbør, vind er ikke registrert, sol. For fjellet var det lavere temperatur 5,5 til 16,7 grader med vindkast på ca 10 ms om kvelden dvs etter at turen var avsluttet. Ingen nedbør, delvis sol. Oppsummert fra yr og deltagerne var været svært bra.

Type turer: To ulike gåturer med utgangspunkt i ungdomsskolen, en sykkelstur med utgangspunkt i ungdomsskolen og en skitur hvor deltagerne ble kjørt i buss til et fjellområde med snø. Det var barmark og fine forhold for fottur og sykkelstur.

Alle elever uten gyldig fravær deltok i det obligatoriske turopplegget knyttet til kroppsøvfingsfaget.

Mål: Legge til rette for at elevene skal få gode opplevelser i naturen og mål for friluftsliv i kroppsøvfingsfaget etter 10. trinn.

Mål for friluftsliv gjennom kroppsøving etter 10. trinn:

Eleven skal kunne

1. orientere seg ved bruk av kart og kompass i variert terreng og gjere greie for andre måtar å orientere seg på

2. praktisere friluftsliv i ulike naturmiljø og gjere greie for allemannsretten
3. planleggje og gjennomføre turar til ulike årstider, også med overnatting ute

Innhold: Todagerstur med overnatting og de krav lærereplanen stiller til bruk av kart og kompass (K/K), kunnskap om allemannsretten og en overnattingstur. Gå/sykle, finne veien ved hjelp av K/K, lage mat på bål, ordne overnattingsplass (gapahuk, telt, snøhytte, hengekøye).

Organisering: 4 grupper drar samtidig på tur, men til ulike geografiske steder i nærmiljøet og med ulike hjelpemidler som ski, sykkel, fottur.

Økonomi: Busstransport, betales av u.skolen

Ansvarsforhold: Ungdomsskolen har ansvar for elever og studenter den tiden praktisk turopplegg gjennomføres

Tidspunkter/milepæler i planleggingen:

- møte mellom lærere og Nord universitet 10/12 1018
- introduksjon for studenter i januar 2019
- møte mellom lærerne og studentene på ungdomsskolen 22. mars
- møte mellom elever og studenter 22. mars
- turforberedelse for studenter 22., 23. og 24. april

Elevene ble gitt mulighet til å velge hvilken tur de ønsket og dermed hvor de vil dra, hvilken aktivitet (gå/sykle/ski) de foretrakk og dermed i noen grad hvem de ville sammen med.

Studentene fikk også velge hvilken tur de ville være med på

Felles for alle elever: Sovepose, underlag, varme klær, mat, drikke pakkes i sekker som ble transportert av den enkelte. Utstyrliste ble utarbeidet og delt ut til elevene. Skolen kjørte utstyr ifm sykkelstur. Eleven ble delt i mat/overnattingsgrupper på 5 (+/-). Elevene laget matpakker til formiddagsmat og frokost (3-4 matpakker) og laget middag på bål (pølser eller frysetørret mat som kunne tilsettes varmt vann fra termos/bål oa). De som hadde telt/presenninger til huk eller hengekøyer tok disse med.

Felles for studentene: Overnattingsutstyr og mat. Faglig opplegg gjennomføres av studentene.

Elevene valgte selv turtype i uke 9 slik at de ulike alternativene kunne presenteres på møte mellom studenter og lærere 2/3. Dette møtet ble ledet av studieleder før de tre ulike turgruppene gikk til hvert sitt rom.

Forsøksleder/masterstudent deltok hverken i planlegging eller gjennomføring av friluftslivsturen.