

Rapport nr. 123/2023

Ellen Andenes, Finn Ove Båtevik og Kjetil L. Høydal

"Bevegelsesglede og mestring"

Erfaringar frå eit prosjekt med fysioterapeut i ungdomsskulen: Fysisk aktivitet, kroppsøvningsfaget og tverrprofesjonelt samarbeid



Forfatter	Ellen Andenes, Finn Ove Båtevik og Kjetil L. Høydal
Utgjevar	Høgskulen i Volda
År	2023
Serie	Rapport
ISBN	978-82-7661-376-6 (digital utgåve)
ISSN	1891-5981
Sats	Forfatter

«Bevegelsesglede og mestring». Erfaringar frå eit prosjekt med fysioterapeut i ungdomsskulen: Fysisk aktivitet, kroppøvingfaget og tverrprofesjonelt samarbeid

© Forfatter/Høgskulen i Volda

Føresegnene i åndsverklova gjeld for materialet i denne publikasjonen. Materialet er publisert for at du skal kunne lese det på skjermen eller framstille eksemplar til privat bruk. Utan særskild avtale med forfatter/Høgskulen i Volda er all anna eksemplarframstilling og tilgjengeleggjering berre tillate så langt det har heimel i lov eller avtale med Kopinor, interesseorgan for rettshavarar til åndsverk.

Rapport / Høgskulen i Volda

Vitskaplege og andre faglege arbeid på høgare nivå enn notat. Både forfatter og institusjon er fagleg ansvarlege for publikasjonen. Arbeida kan vere rapportar frå prosjekt/oppdragsverksemd eller reint teoretiske arbeid av eit visst omfang. Rapportane må vere godt gjennomarbeidde med omsyn til innhald, struktur og språk og innehalde referansar. Rapportane skal vere godkjende av anten dekan eller prosjektleiar eller annan fagperson dei har utpeika og forskingsrådgivar ved HVO.

Innholdsliste

Figurliste	3
Tabelliste	4
Innleiing	5
Metode	5
Erfaringane til elevane	6
Med pandemien som kontekst	6
Aktive ungdomar	7
Potensiale for meir aktivitet i friminutta	7
Mange svært fysisk aktive ungdomar	7
Kven er mest aktive?	7
Endring gjennom ungdomskulen	7
Påverknad av fysisk aktivitet	7
Kroppsøvingfaget	7
Deltaking i kroppsøving	7
Erfaring med kroppsøvingfaget	8
Motivasjon	8
Læringsmiljø og medverknad	8
Samarbeid med kroppsøving som tema	8
Fysioterapeutane og dei andre støttefunksjonane	9
Samarbeid på individnivå	9
Samarbeid på klassenivå	9
Samarbeid på systemnivå	9
Samarbeid med støttepersonell	10
Samarbeid om enkeltelevar	10
Samarbeid mellom fysioterapeut og kroppsøvingslærarane	10
Behov for ulike typar kompetanse	11
Avsluttande refleksjonar	11
Dokumentasjonsdel basert på spørjeundersøkinga	14
Om ungdomane og forholdet til fysisk aktivitet	14
Organisert fritid	14
Oppleving av grunnlag for fysisk aktivitet i eige nærmiljø	14
Fysisk aktivitet gjennom idrett og anna aktivitet	15

Kven er dei mest aktive?	17
Oppleving av skulen	20
Oppleving av haldningar til fysisk aktivitet og anna i nære relasjonar	22
Kroppsøvingsfaget	24
Deltaking i kroppsøving	24
Elevane sine erfaringar med kroppsøving	27
Motivasjon og læringsklima	29
Innhald og arbeidsmåtar	29
Læringsmiljø	31
Rolla til fysioterapeuten og dei andre hjelparane	34
Kjelder	36

Figurliste

Figur 1. Oppleveling av grunnlag for fysisk aktivitet i eige nærmiljø og lokalsamfunn etter om elevane går på «byskulane» eller «bygdeskulane». Prosent av alle elevar. 2023.	15
Figur 2. Oppleveling av ulike sider av skulekvardagen blant ungdomskule-elevane. 2023. Prosent.	21
Figur 3. Oppleveling av tilrettelegging for fysisk aktivitet på skulane. 2023. Prosent.	21
Figur 4. Oppleveling av korleis foreldra «vektar» ulike sider ved kvardagen til elevane. 2023. Prosent.	22
Figur 5. Oppleveling av kva som gir status i venneflokk. 2023. Prosent.	23
Figur 6. Deltaking i kroppsøving 2021 og 2023 samla for alle skulane i prosent.	24
Figur 7. Deltaking i kroppsøving 2021 og 2023 for dei enkelte skulane i prosent.	25
Figur 8. Aktivitet når eleven ikkje deltek i kroppsøving.	26
Figur 9. Oversikt i prosent over deltaking i kroppsøving fordelt på kjønn i 2021 og 2023, «hender det at du ikke deltar i kroppsøvingstimen».	27
Figur 10. Oversikt over andelen elevar som likar kroppsøving og aktivitetane i kroppsøving.	27
Figur 11. Kven elevane snakkar med når dei har problem i kroppsøving. Elevane ved dei to prosjektskulane. Figuren viser kor stor del av alle elevane som har hatt kontakt med kroppsøvingslærar, kor del av alle elevane som har hatt kontakt med kontaktlærar, osv. 2021 og 2023. Prosent.	34
Figur 12. Kven elevane snakkar med når dei har problem i kroppsøving. Elevane ved dei tre andre skulane som deltok i undersøkinga. 2021 og 2023. Figuren viser kor stor del av alle elevane som har hatt kontakt med kroppsøvingslærar, kor del av alle elevane som har hatt kontakt med kontaktlærar, osv. Prosent.	34
Figur 13. Kven elevane snakkar med når dei har problem i kroppsøving fordelt på kjønn. Elevane ved dei tre andre skulane som deltok i undersøkinga. 2021 og 2023. Figuren viser kor stor del av alle elevane som har hatt kontakt med kroppsøvingslærar, kor del av alle elevane som har hatt kontakt med kontaktlærar, osv. Prosent.	35

Tabelliste

Tabell 1. Elevar som er med i nokre av følgjande organisasjonar, klubbar eller lag etter årstal for innsamling. Prosent av alle elevar.	14
Tabell 2. Elevar som er med i nokre av følgjande organisasjonar, klubbar eller lag etter om elevane går på «byskulane» eller «bygdeskulane». Prosent av alle elevar. 2023.	14
Tabell 3. Sjølvrapportert fysisk aktivitet gjennom ei vanleg veke blant ungdomane. 2021. Prosent	16
Tabell 4. Sjølvrapportert fysisk aktivitet gjennom ei vanleg veke blant ungdomane. 2023. Prosent	16
Tabell 5. Test av faktorar som kan ha betydning for omfanget av fysisk aktivitet blant ungdomane. Tabellen viser signifikante samanhengar. 2023.	17
Tabell 6. Ungdomskuleelevane fordelt etter kor mange gonger dei oppgir å vere fysisk aktive i ulike aktivitetar i løpet av ei vanleg veke. 2023. Prosent	18
Tabell 7. Omfang av fysisk aktivitet gjennom idrettslag i løpet av ei vanleg veke. 2021 og 2023. Prosent.	19
Tabell 8. Elevar med høgt omfang av fysisk aktivitet gjennom idrettslag i løpet av ei vanleg veke. 2021 og 2023. Prosent.	19
Tabell 9. Omfang av fysisk aktivitet saman med vennar (f.eks. leik, skating, snowboard, klatring, ballspel og/eller turar) ei vanleg veke. 2021 og 2023. Prosent.	19
Tabell 10. Elevar med høgt omfang av fysisk aktivitet saman med vennar (f.eks. leik, skating, snowboard, klatring, ballspel og/eller turar) ei vanleg veke. 2021 og 2023. Prosent.	20
Tabell 11. Omfang av fysisk aktivitet aleine i løpet av ei vanleg veke. 2021 og 2023. Prosent.	20
Tabell 12. Elevar med høgt omfang av fysisk aktivitet aleine i løpet av ei vanleg veke. 2021 og 2023. Prosent.	20
Tabell 13. Elevane sine erfaringar med aktivitetane i kroppsøving, 2021. Prosent	28
Tabell 14. Elevane sine erfaringar med aktivitetane i kroppsøving, 2023. Prosent	28
Tabell 15. Erfaringar med kroppsøving. Test av faktorar som kan ha betydning for deltaking og om elevane likar kroppsøving. Tabellen viser signifikante samanhengar. 2023.	29
Tabell 16. Innhald i kroppsøving og arbeidsmåtar. Prosent 2021	29
Tabell 17. Innhald i kroppsøving og arbeidsmåtar. Prosent 2023	30
Tabell 18. Innhald og arbeidsmåtar. Test av faktorar som kan ha betydning for deltaking og om elevane likar kroppsøving. Tabellen viser signifikante samanhengar. 2023.	30
Tabell 19. Oppleving av miljøet blant elevane i kroppsøvingstimane. Prosent 2021	31
Tabell 20. oppleving av miljøet blant elevane i kroppsøvingstimane. Prosent 2023	31
Tabell 21. Miljøet blant elevane. Test av faktorar som kan ha betydning for deltaking og om elevane likar kroppsøving. Tabellen viser signifikante samanhengar. 2023.	32
Tabell 22. Lærar si merksemd overfor elevane i kroppsøvingstimane. Prosent 2021	32
Tabell 23. Lærar si merksemd overfor elevane i kroppsøvingstimane. Prosent 2023	32
Tabell 24. Lærar si merksemd. Test av faktorar som kan ha betydning for deltaking og om elevane likar kroppsøving. Tabellen viser signifikante samanhengar. 2023.	33
Tabell 25. Skulesituasjonen. Test av faktorar som kan ha betydning for deltaking og om elevane likar kroppsøving. Tabellen viser signifikante samanhengar. 2023.	33

Innleiing

Prosjektet *Bevegelsesglede og mestring* er gjennomført i regi av Ålesund kommune i perioden 2020–23. Spjelkavik og Blindheim ungdomsskolar har vore prosjektskular gjennom heile prosjektperioden. Ellingsøy ungdomskule vart med i prosjektet våren 2022. Prosjektet er finansiert av Stiftelsen Dam og organisert av Ålesund kommune. Høgskulen i Volda har følgd prosjektet som eit oppdrag for Ålesund kommune.

Oppdraget er gjennomført som eit følgjeforskningsprosjekt. To hovudspørsmål har vore særleg sentrale i arbeidet:

1. Kva erfaring har elevane med fysisk aktivitet, kroppsøvingfaget og det arbeidet som har vore gjort på skulane i samband med prosjektet *Bevegelsesglede og mestring*?
2. Korleis blir det lagt til rette for tverrfagleg samarbeid gjennom prosjektet, og kva er erfaringane med dette?

Det første spørsmålet vart primært studert gjennom innsamling av kvantitative data. Slike data vart samla inn på to tidspunkt i prosjektperioden. Det andre spørsmålet er basert på årlege intervju med nøkkelinformantar i prosjektet. Elles har medverknad vorte tematisert, primært som del av den kvantitative delen av studien.

Etter kvar datainnsamling, vart resultatane formidla til styringsgruppa for prosjektet i Ålesund kommune. Slik sett er det gjennomført ei formativ evaluering av prosjektet. Denne sluttrapporten formidlar hovudfunn frå undersøkingane i prosjektperioden.

Første del av rapporten er formidling og drøfting av hovudfunna. Andre del av rapporten presenterer talmaterialet frå spørjeundersøkingar som vart gjennomførte blant ungdomsskuleelevane på to ulike tidspunkt i prosjektperioden.

I tillegg til denne sluttrapporten, er det publisert ein vitenskapleg artikkel som bygger på analyse av deler av datamaterialet (Båtevik, Andenes og Høydal, 2023). Artikkelen drøftar kva faktorar som påverkar elevar som meiner dei ikkje er flinke nok i kroppsøving.

Metode

Rapporten byggjer på både kvalitative og kvantitative data.

I løpet av prosjektperioden er det gjennomført to spørjeundersøkingar blant elevane. Ei undersøking våren 2021 og ei våren 2023. Det var sendt ut skjema til elevane ved fem ungdomsskular, Spjelkavik, Blindheim, Ellingsøy, Skodje og Ørskog. Dei to siste skulane var ikkje prosjektskular. Desse skulane blei med fordi Ålesund kommune ønskte å invitere fleire enn prosjektskulane til denne delen av studien. Spørsmåla som inngjekk i spørjeskjemaet til elevane handla om fysisk aktivitet og oppleving av kroppsøvingfaget, og var utforma på ein slik måte at det kunne fyllast ut, uavhengig av om elevane var knytte til prosjektskulane eller ikkje.

Sjølve datainnsamlinga vart administrert i skulane, og det vart lagt til rette for at elevane kunne svare på spørjeskjemaet i ein skuletime. Elevane fekk tildelt ei lenkje til skjemaet, noko som betyr at data blei samla inn anonymt. Skulane var informerte om at elevar som ikkje ønskte å delta i undersøkinga skulle få tilbod om anna aktivitet på det aktuelle tidspunktet. Alle elevane på 8. og 10. klassesteg skuleåret 2020/21 og alle elevane på 8. og 10. klassesteg skuleåret 2022/23 fekk tilbod om å delta.

Før undersøkinga vart gjennomført, fekk elevrådet ved Spjelkavik og Blindheimgjekk gi tilbakemelding på utkast til spørjeskjema. I tillegg blei skjemaet testa på nokre elevar på 9. klassesteg ved dei same

skulane. I 2021 vart det registrert 637 elevsvar, som vil seie ein svarprosent på 87 prosent for 8. klassesteg og 77 prosent for 10. klassesteg. I 2023 var svarprosenten høvesvis 66 og 69 prosent. I alt utgjorde dette svar frå 580 elevar. Det er ein del elevar som ikkje har svart på alle spørsmåla. Grunnlagstala varierer dermed ein del frå spørsmål til spørsmål. Sjølv om svarprosenten gjekk ned frå 2021 til 2023, er svarprosenten god, og vi har eit datamateriale som vi vurderer som representativt for elevar på dei aktuelle klassestega.

I samarbeid med prosjektleiinga i Ålesund kommune var det valt ut elevar til to elevpanel på ein av prosjektskulane. Deltakarane av desse panela vart intervjuva ein gong kvart skuleår i prosjektperioden. Målet var at ein skulle fanga opp elevar med ulik motivasjon for kroppsøving; der det eine panelet fanga opp elevar med høg motivasjon for faget, og det andre panelet fanga opp elevar med moderat motivasjon for kroppsøvingfaget. Det viste seg vanskeleg å reindyrke slike forskjellar i motivasjon. Vår vurdering er likevel at panela representerte ei breidde med ulik motivasjon for kroppsøvingfaget. Panela var sett saman av elevar som starta ungdomskulen hausten 2020 og avslutta våren 2023, dvs. at dei hadde vore ungdomsskuleelevar i heile prosjektperioden. Av praktiske årsaker vart det også nokre endringar i samansettinga av panela i perioden. Den viktigaste funksjonen til desse panela var å få refleksjonar frå elevane både på kroppsøvingfaget og på prosjektet, slik at vi fekk utdjupa nokre perspektiv og mønster frå spørjeundersøkinga. Etterkvart som elevane modnast, og vart trygge på oss som forskarar, gav dette meir og meir nyttige innspel og refleksjonar rundt prosjektet og kroppsøvingfaget.

Vidare vart det gjennomført kvalitative intervju med utvalde nøkkelinformantar i prosjektet. Denne datainnsamlinga vart gjennomført gjennom tre rundar med fokusgruppeintervju på to av prosjektskulane. Første datainnsamling vart gjennomført våren 2021 og siste våren 2023. Det første året vart det gjennomført ni intervju, det andre året fem og det siste året ni. Utval av nøkkelinformantar vart gjort på bakgrunn av kven som samarbeidde med fysioterapeuten på skulane. I tillegg til at vi intervjuva dei to fysioterapeutane som var tilsette i prosjektet, intervjuva vi skuleleiinga, kroppsøvingslærarane, og personar i ulike støttefunksjonar, som helsesjuepleiarar, sosiallærarar og miljøterapeutar. Intervjuva har sett søkjelys på kva erfaringar dei ulike profesjonsutøvarane har med prosjektet og samarbeidet med fysioterapeutane.

Erfaringane til elevane

Erfaringane elevane har med fysisk aktivitet og kroppsøvingfaget er basert på spørjeundersøkinga som gjekk ut til alle 8. og 10.-klassinange ved dei fem skulane våren 2021 og 2023. Det gir eit bilete av den konteksten prosjektet er gjennomført innanfor, der elevane seier noko om sitt eige forhold til fysisk aktivitet og kroppsøving som fag. Datagrunnlaget (tabellar og figurar) som ligg til grunn for oppsummeringane, er inkludert i siste del av rapporten.

Med pandemien som kontekst

Gjennomføringa av prosjektet og aktiviteten blant elevane er tydeleg prega nedstenginga av skulane og samfunnet elles under Covid-pandemien. Mange av utviklingstrekkene vi ser blant elevane kan utan tvil knytast til pandemien. Dette gjer det i nokre tilfelle vanskeleg å vurdere om resultatane ta kan kopleast til tiltak i prosjektet *Bevegelsesglede og mestring*, eller først og fremst er snakk om konsekvensar av pandemien. I tillegg kjem innføringa av læreplanverket *Fagfornylese*, som formidlar nye idear om kroppsøvingfaget. Etter kvart som *Fagfornylese* har vorte implementert i skulen, kan dette også ha påverka elevane sitt forhold til faget i den aktuelle perioden (meir om dette i avsnittet «Avsluttande refleksjonar»).

Aktive ungdomar

Det er generelt høgt aktivitetsnivå blant ungdomane på dei fem skulane. Godt over halvdelen, nærare bestemt 56 prosent i 2023, er medlem av eit idrettslag.

Potensial for meir aktivitet i friminutta

Eit stort fleirtal av elevane gir uttrykk for at det er gode forhold for å drive fysisk aktivitet i eige nærmiljø. Verre er det med tilrettelegging for fysisk aktivitet i friminutta. Her er mange elevar kritiske.

Mange svært fysisk aktive ungdomar

Sjølvgansert fysisk aktivitet saman med vener er den aktiviteten der flest ungdomar deltek. Organisert aktivitet gjennom idrettslag gir i tillegg høgt aktivitetsnivå for mange. Langt over halvdelen av elevane (63,4 prosent) er på trening i regi av eit idrettslag i løpet av ei vanleg veke, om vi legg tala frå 2023 til grunn. Ein av tre (32,8 prosent) er svært aktive og trenar med eit idrettslag fire gonger i veka eller meir. Elles viser tala relativt høgt innslag av annan aktivitet, for eksempel aktivitet på treningssenter, aktivitet saman med familie, men også eigenaktivitet.

Det er såleis høg aktivitet blant mange, men også variasjon blant ungdomane. Det er for eksempel 12,5 prosent som i snitt registrerer deltaking i to former fysisk aktivitet utanfor skulen, minst to gonger per dag. Tala for gutane er høgst (17 prosent). Nesten fire prosent (3,9 prosent) har registrert aktivitet minimum tre gonger per dag. Motsatsen til desse er tre prosent som ikkje har registrert noko fysisk aktivitet i løpet av ei vanleg veke.

Kven er mest aktive?

Gutane skil seg ut blant dei med eit svært høgt aktivitetsnivå. Gutane er i større grad enn jentene aktive gjennom organisert idrett, på treningssenter, gjennom eigenorganisert fysisk aktivitet saman med vener, samt fysisk aktivitet aleine. Jentene deltek i større grad enn gutane i fysisk aktivitet saman med familien.

Endring gjennom ungdomskulen

Vi registrerer moderat nedgang i fysisk aktivitet blant elevane frå 8. til 10. klassesteg. Det gjeld både organisert og eigenorganisert aktivitet. Samtidig er dei som var svært aktive (fysisk aktivitet i idrettslag fire gonger eller meir i veka) i 8. klasse endå meir aktive som 10.-klassingar.

Påverknad av fysisk aktivitet

Det store fleirtalet av ungdomane opplever at både ungdomsmiljøet og foreldre gir uttrykk for at fysisk aktivitet har stor verdi. Saman med det å vere flink på skulen er det å vere fysisk aktiv på fritida ein verdi som mange ungdomar opplever blir formidla gjennom foreldra.

Kroppsøvfaget

I den nye læreplanen (Fagfornyninga) blir kroppsøving presentert som eit sentralt fag for å stimulere til livslang rørsleglede og ein fysisk aktiv livsstil basert på eigne føresetnader. Vidare er det eit utalt mål at faget skal motivere elevane til å halde ved like ein fysisk aktiv og helsefremjande livsstil etter avslutta skulegang og i framtidig arbeidsliv (Utdanningsdirektoratet, 2020). Moen et al. (2018) syner i ein rapport at fleirtalet av elevar frå 5.-10. trinn i grunnskulen likar kroppsøvfaget godt, men at trivselen vert redusert med aukande alder.

Deltaking i kroppsøving

Studien vår viser at deltakinga i kroppsøving i skulen er lågare i 2023 enn i 2021. Det gjeld særleg blant dei yngste ungdomskuleelevane. Blant dei på åttande klassesteg auka andelen av dei som seier

at dei ikkje deltek i faget med nærare 12 prosentpoeng frå 2021 til 2023. Det er fleire både blant dei som ofte, dei som av og til og dei som sjeldan ikkje delteke i timane.

Erfaring med kroppsøvingsfaget

Dei fleste elevane gir likevel uttrykk for at dei likar kroppsøvingsfaget og aktivitetane dei har i faget. Endringane frå 2021 til 2023 er små.

Sjølv om eit stort fleirtal har mange positive erfaringar med kroppsøvingsfaget, registrerer vi at den eksponeringa av kvar enkelt som faget gir, kan opplevast som problematisk for relativt mange elevar. Vi utfordra elevane med tanke på å vurdere det viser deira sjølvoppfatninga i kroppsøving. Påstanden var positivt lada: «Jeg føler at de andre i klassen tenker at jeg er flink». I alt 37,6 prosent av elevane i 2021 var ueinige i påstanden. Sjølv om denne andelen var noko mindre i 2023, var det framleis mange elevar som gav uttrykk for det same (31,2 prosent). Negative sjølvoppfatning handlar altså om det å føle seg vurdert av andre i faget. Her er det klare forskjellar mellom elevane. Dette er dokumentert i artikkel frå prosjektet (Båtevik, Andenes & Høydal, 2023). Det er langt vanlegare blant jenter enn blant gutar å ha ei negativ sjølvoppfatning i faget. På same måte er dei som ikkje er aktive i organisert fysisk aktivitet overrepresenterte blant elevane som opplever det slik. I tillegg er det to andre grupper som er overrepresenterte i denne gruppa. Det gjeld for det første dei elvane som ikkje opplever at dei blir sett og forstått av kroppsøvingslæraren. Til sist er dei som ofte gruar seg til å gå på skulen overrepresenterte blant elevane som har ei negativ sjølvoppfatning i kroppsøving. Artikkelen viser at desse samanhengane er gyldige, sjølv når vi kontrollerer for samvariasjon mellom dei aktuelle variablane. Biletet er såleis samansett, der fleire faktorar gjer at delar av elevgruppa har ei negativ oppfatning av seg sjølv og kor flinke dei føler seg i kroppsøvingsfaget.

Motivasjon

Motivasjonen for kroppsøvingsfaget varierer blant elevane. Konkurranseselementet i faget er viktigare for nokre elevar enn andre. Samla sett står konkurranseselementet sterkt i elevgruppa, og minst like sterkt i 2023 som i 2021.

Læringsmiljø og medverknad

Det store fleirtalet av elevane opplever læringsmiljøet som bra. Endringane over tid ser rett nok ut til å peike i negativ retning, men det er snakk om små forskjellar mellom 2021 og 2023.

Det store fleirtalet av elevane føler seg sett og forstått i faget, og elevane som opplever at dei blir sett og forstått deltek i større grad enn andre i kroppsøving og gir i større grad uttrykk for at dei likar faget. Kva som er årsak og verknad kan sikkert diskuteras. Det er likevel nærare 30 prosent av elevane som meiner at eigne innspel ikkje blir høyrte og tatt på alvor i kroppsøvingstimane.

Samarbeid med kroppsøving som tema

Ein viktig del av gjennomføringa av prosjektet *Bevegelsesglede og mestring* handlar om samarbeidet rundt kroppsøvingsfaget. Ved å rekruttere fysioterapeutar inn i skulen har ein tilført skulane ein annan type kompetanse enn den som er direkte tilgjengeleg i skulen. Fysioterapeutane har ein kompetanse som er direkte relevant for kroppsøvingsfaget. Samtidig har ein gjennom prosjektet løfta fram kroppsøving som eit tydelegare fag også for andre støttefunksjonar i skulen, som helsesjukepleiar og miljøterapeutar med fleire. Fysioterapeuten har hatt rolla som prosjektleiar for prosjektet *Bevegelsesglede og mestring*, der det å sjå på potensialet for samarbeid mellom ulike funksjonar har vore viktig oppgåve.

Samarbeidet mellom fysioterapeutane, kroppsøvlingslærarane og anna personale på skulen skjer både på individnivå, klassenivå og på skulenivå. Samarbeidet kan karakteriserast som tverrprofesjonelt. Tverrprofesjonelt samarbeid kan definerast som: «samarbeid mellom ulike profesjonsutøvere som har en felles oppgave eller et felles prosjekt. De er engasjert i felles beslutninger, noe som innebærer integrasjon av andre faggruppers kunnskap og ferdigheter. Sammen skaper deltakerne ny viten, en «merviten», som er en syntese av samarbeidspartnerne ulike bidrag, som de ikke kan oppnå hver for seg» (Willumsen, Sirnes og Ødegård 2016, s. 39).

Fysioterapeutane og dei andre støttefunksjonane

For elevar, som opplever problem med kroppsøvlingsfaget, ser fysioterapeuten ut til å vere ein relevant samtalepartner på lik line med helsesjukepleiar. At i overkant av kvar tiande elev, 12 prosent av gutane og 10 prosent av jentene, kontaktar fysioterapeutane i slike tilfelle, er uttrykk for at det er eit behov for individuell oppfølging hos elevane.

Samarbeid om oppfølging på individnivå

Samarbeid på individuelt nivå skjer hovudsakleg rundt to ulike elevgrupper: Dei inaktive elevane som ikkje deltek i kroppsøving, og dei «overaktive» elevane som har fått skader, overbelastning eller er overtrente. Dei to ulike gruppene treng ulike former for tilrettelegging. For dei elevane som blir sittande på benken, er problemet sett frå kroppsøvlingslæraren si side gjerne å motivere til deltaking. Den andre gruppa er ofte motiverte for eit alternativt opplegg, og set pris på å få øvingar og treningsopplegg dei kan gjennomføre på eiga hand. I utgangspunktet handlar dette om treningstips, der kompetansen til kroppsøvlingslærar og eventuelt også fysioterapeut, er grunnleggande. Men det kan handle om meir. Mange av desse elevane kan rett og slett ha problem med å avgrense den fysiske aktiviteten. Då blir det snakk om å få hjelp til... *å prioritere slik at dei ikkje køyrer på i alle moglege aktivitetar*, og få hjelp til å utvikle det ein av informantane i ein av støttefunksjonane kallar *ventekompetanse*.

Samarbeid på klassenivå

Samarbeidet på klassenivå handlar om å fremme eit godt klassemiljø. Her har fysioterapeuten i nokre tilfelle deltatt i kroppsøvingstimane. *Kroppsøvingstimane forsterkar på godt og vondt alt dette med klassemiljø og slikt... Viss det har vore eit kull med dårleg miljø og mange mobbesaker, viser dette ekstra tydeleg i kroppsøvingstimen*. I intervjuet både med prosjektleiar og kroppsøvlingslærarane, kjem det fram fleire konkrete eksempel på korleis ein kan jobbe med klassemiljøet i kroppsøvingstimane, for eksempel med frileik, elevmedverknad, lystbetonte aktivitetar etc. Informantane peikar også på betydninga kroppsøvlingsfaget kan ha for å inkludere elevar med spesielle behov, ved at elevane kan lære: *Å ta omsyn til kvarandre, akseptere meir elevar som er litt annleis, for eksempel elevar med Downs syndrom eller Asperger, lære seg å vere tolmodige*. Ei anna utfordring som blir trekt fram av fleire av informantane, er at nokre elevar kan vegre seg for garderobesituasjonen og dusjing. Her har skulane lagt til rette ved at elevane kan få nytte lærargarderoben åleine ved behov. Fysioterapeutane har også bidratt med undervisning i nokre klasser i temaet kroppsidentitet og sjølvbilette.

Samarbeid på systemnivå

Samarbeid på skule eller systemnivå skjer på ulike måtar. Gjennom prosjektperioden har det blitt eit større fokus på fysisk aktivitet og kroppsøving. Det er sett i verk ulike tiltak for å auke den fysiske aktiviteten også utanom kroppsøvingstimane, som «Friday Fun» på Blindheim ungdomsskule og «Open hall» i langfriminuttet på Spjelkavik ungdomsskule. Her vart det lagt opp til at ungdomane kunne delta på eigne premissar, anten formålet var å vere fysisk aktiv eller å vere sosial. Det har også blitt gjennomført avspenningsgrupper. Fysioterapeutane har hatt fast treffetid, i tillegg til å vere i miljøet i friminutta, slik at elevane lett kan ta kontakt ved behov.

Samarbeid med støttepersonell

Fysioterapeuten samarbeider både med kroppsøvingslærarane og det vi kallar støttepersonell, altså miljøterapeutar, sosiallærar og helsesjukepleiarane. Støttepersonellet og kroppsøvingslærarane har ulike erfaringar med samarbeidet. Støttepersonellet løftar fram faste samarbeidsmøte anna kvar veke som svært nyttig. Det sikrar eit felles møtepunkt for alle støttefunksjonane i skulen. Her kan ein diskutere enkeltsaker og meir generelle tema. På desse møta kan ein fordele oppgåver og ansvar mellom seg. Dette er særleg aktuelt for dei elevane som tek kontakt med personar i ulike støttefunksjonar ved skulen: *Nokre elevar «shoppar» litt rundt.... Dei har ikkje ei konkret bestilling, men kjem berre fordi dei ønsker nokon å snakke med.*

I intervjurunden i 2021 kom det fram at det var avgrensa samarbeid mellom fysioterapeutane og helsesjukepleiarane. Dette samarbeidet har blitt styrka i løpet av prosjektperioden. Det kan nemnast at fysioterapeutane i prosjektet ønskjer organisatorisk å høyre til under skulehelsetenesta, som er organisert under helsestasjonstenester Ålesund kommune. Ny organisering er likevel ikkje til vurdering i kommunen. Helsesjukepleiarane på si side forklarar det manglande samarbeidet i starten av prosjektet med at dei var usikre på kva fysioterapeuten skulle bidra med: *Vi opplevde at ting vi sat med vart overtatt av nokon andre.* Dei understrekar at når prosjektet har gått seg til, fungerer samarbeidet godt, og det er låg terskel for å ta kontakt med kvarandre for å diskutere faglege spørsmål og kven som skal følgje opp eleven vidare.

Samarbeid om enkeltelevar

Mange av elevane blir følgt opp av fysioterapeuten over tid gjennom meir eller mindre faste avtalar. Kontakten kan skje anten ved at eleven sjølv tek kontakt, eller gjennom støttepersonalet, kroppsøvingslærar eller foreldre. Fordelen når elevane tek kontakt sjølv, er at dei har motivasjon til å jobbe med det som er vanskeleg. Men det er ikkje alltid elevane har ei klar «bestilling» når dei oppsøker hjelp: *Det å ha vondt ein stad kan ha ulike grunnar. Det er også ein inngang til å snakke om psykisk helse. Kan ta kontakt på grunn av noko fysisk, men så dreier samtalen seg over på andre ting.... Og vi treng ulike vegar inn!*

Miljøterapeutane har også samarbeidd med fysioterapeuten rundt einskildelevar. Eit eksempel på eit slikt samarbeid handlar om gi ein alternativ start på veka for ein elev som har det litt vanskeleg: *Har ein elev som treng ein mjuk start på måndagane. Då kan vi møte han saman med fysioterapeuten. Det handlar om å bli sett, å bli tatt vare på, om lag 10 minutt med mjuk start på veka, det handlar om ivaretaking, om mykje meir enn berre det vonde kneet... Å ha fysioterapikompetanse i skulen, vert oppsummert slik av ein av miljøterapeutane: Dette er ikkje luksus, dette er folkehelse i praksis!*

Samarbeid mellom fysioterapeut og kroppsøvingslærarane

Når det gjeld samarbeid mellom fysioterapeut og kroppsøvingslærarane, er det ulik praksis ved ungdomsskulane. På den eine skulen tek kroppsøvingslærarane ofte kontakt med fysioterapeut med tanke på einskildelevar eller klasser, medan det sjeldan er slik kontakt ved den andre skulen. Slike forskjellar i kultur mellom skulane kan ha mange forklaringar, ikkje minst kan det handle om kva samarbeid som er mellom kroppsøvingslærarane internt på skulen. Kroppsøvingslærarane seier at prosjektet med fysioterapeut i skulen har ført til ei større medvit rundt fråvær og at alle skal inkluderast i kroppsøving. Dei meiner at dette – i tillegg til det som har skjedd som ledd i *Fagfornyinga* har ført til eit større fokus på leik og glede, og mindre fokus på prestasjon og konkurranse.

Kroppsøvingslærarane opplever at den gruppa elevar som er mest utforande å jobbe med, er den gruppa som blir «sittande på benken» i kroppsøving. Dette kan vere elevar som ikkje sjølv ber om hjelp, og som kan bli litt usynlege viss dei ikkje blir fanga opp tidleg nok. Det er ulike grunnar til at nokre elevar ikkje deltek i kroppsøving, men både kroppsøvingslærarane og støttepersonale gir uttrykk for at det ofte handlar om eit meir samansett problem: *Det kan vere alt mogleg du kan tenke*

deg. Det kan vere angst, det kan vere mat, det kan vere alt mogleg forskjellig... skulevegring eller sosial angst. Psykiske og sosiale utfordringar kan gjere det vanskeleg å delta i kroppsøving, ikkje minst sett i lys av at dette er eit fag der elevane og deira prestasjonar blir særleg synlege. Dette speglar etter alt å døme noko av dei problems som gjer at relativt mange elevar har ei negativ sjølvoppfatning i kroppsøvingsfaget (jf. avsnittet «Erfaring med kroppsøvingsfaget»).

Behov for ulike typar kompetanse

Informantane, anten det er dei i støttefunksjonar eller kroppsøvingslærarar, set pris på den kompetansen fysioterapeutane tilfører det tverrprofesjonelle samarbeidet. Fysioterapeuten har ein helsefagleg kompetanse med blant anna kunnskap om kroppen, skjelettet og bevegelse. Det er kjernekompetanse til fysioterapeuten. Men fysioterapeutane sjølve beskriv deira kjernekompetanse som mykje meir enn å ha kunnskap om det somatiske eller kroppslege, ikkje minst den pedagogiske kompetansen: *Korleis nå fram, kommunikasjon, samtale og evne til formidling.* Kunnskap om motivasjon blir også trekt fram som nyttig, og det den eine fysioterapeuten kallar *ungdomskompetanse*: Det å forstå ungdommen. Også støttepersonellet er opptatt av at fysioterapeuten bidreg med meir enn kunnskap om kroppen: *Spisskompetanse om for eksempel kne er viktig, men også kven som fyller rolla.* Personelg eignaheit blir altså trekt fram som viktig. Også relasjonskompetanse blir framheva: *Nokre gonger er det kanskje ikkje fagkompetansen som er det viktigaste, men den relasjonen som oppstår: Den som treffer eleven, der eleven er, får kjemi med denne, den får ei hovudrolle, der andre kan supplere...».*

Det å få ein fysioterapeut i skulen gir trygghet. Slike synspunkt kjem til uttrykk både frå elevane og dei dei fagtilsette som har vore involverte i prosjektet. Ein av kroppsøvingslærarane seier det slik: *Vi treng brei fagkompetanse i skulen. Pedagogane har ikkje i same grad slik kompetanse. Det gir trygghet både for elevar og lærarar.* Kroppsøvingslærarane trekker vidare fram at fysioterapeuten har ei anna fagleg tyngde enn dei, sjølv om dei har mykje av den same kunnskap om kroppen: *Ein elev som ikkje hadde tiltrua til meg som lærar, men når fysioterapeuten sa det same, var tiltrua større.* Ein annan kroppsøvingslærar framhevar at det er vesentleg at det er ein annan fagperson enn læraren: *Og eit viktig poeng er at det ikkje er ein lærar! Som har veldig fokus på faget og karaktersetting... Behovet for å ha eit anna blikk, ein annan innfallsvinkel».* Nytt av å ha ulike profesjonar i skulen blir trekt fram av fleire: *Det handlar om å ha eit sett med ekstra auger som ser elevane og sakene frå ein annan ståstad».* Ulike profesjonar har ulike blikk og ståstader for observasjon. Dette gir grunnlag for ei breiare og betre forståing for situasjon til barnet, som igjen kan bidra til betre og meir differensiert hjelp til barnet eller ungdommen (Glavin og Erdal, 2020 s.21). Samtidig blir det framheva at rolleavklaring er viktig for å få samarbeidet til å fungere: *Dette var kanskje litt rotete i starten, vi visste ikkje korleis vi skulle bruke kvarandre og til kva.*

Avsluttande refleksjonar

Oppsummert kan vi seie at prosjektet *Bevegelsesglede og mestring* har ført til auka fokus på fysisk aktivitet og deltaking i kroppsøving. Prosjektet har også ført til meir tverrprofesjonelt samarbeid i prosjektskulane. Fysioterapeuten er eit verdifullt bidrag i det tverrprofesjonelle samarbeidet på skulen, både på individ-, gruppe- og systemnivå.

Tverrfagleg samarbeid i skulen, blir påverka både av organisatoriske og personlege forhold (Hesjedalen, Hetland og Iversen, 2015). Noko som blir trekt fram som spesielt viktig for at det tverrprofesjonelle samarbeidet i skulen skal fungere, er avklaring av roller og ansvar, relasjonsbygging og gjensidig kommunikasjon mellom aktørane i samarbeidet (Tjomsland, Viig og Resaland, 2021, s. 77). Alt dette ser ut til å ha vore til stades i prosjektperioden ved dei to ungdomsskulane. Vidare er det viktig at aktørane har kjennskap til elevane sin skulekvardag og at samarbeidet tek utgangspunkt i betydninga av å møte barna der dei er (Johannessen og Skotheim, 2018). Kanskje er det nettopp det at fysioterapeutane var lokalisert på skulane, som bidrog til at elevane nytta seg av tilbodet, og som

bidrog til det tverrprofesjonelle samarbeidet mellom fysioterapeutane og dei dei andre profesjonsgruppene på skulane.

Meir enn kvar tiande elev tok kontakt med fysioterapeut når dei opplevde problem i kroppsøving. Talet er ikkje så stort i seg sjølv, men speglar nok langt på veg det som var målsetjinga med prosjektet, nemleg å nå «ytterpunkta» med tanke på forholdet til fysisk aktivitet. Det omfattar alt frå elevar som er lite motiverte for å delta i kroppsøvingsfaget og elevar med særlege fysiske utfordringar, til elevar som treng hjelp med tanke på overtrening, feilbelastning, og liknande. Det handlar kort og godt om folkehelse og livsmeistring. Folkehelse og livsmeistring er meint å vere eit tema både i enkeltfag, på tvers av fag og som ei heilskapleg tilnærming i skulen (Tjomsland, Viig og Resaland, 2021). Kroppsøvingsfaget er særleg sentralt i realiseringa av denne målsettinga, og synest å vere eit viktig bidrag i dette arbeidet på prosjektskulane.

Vurdert ut frå tilbakemeldingane til fysioterapeutane, har dei nådd nettopp desse gruppene. Her har fysioterapeutane, saman med kroppsøvingslærarar, arbeidd målretta mot klassar som trengde særleg oppfølging. Dei har også sett i gang tiltak etter skuletid, der både det sosiale og fysisk aktivitet har vore sentrale element. Om ein gjennom prosjektet har nådd alle i målgruppene, er sjølv sagt vanskelegare å vurdere. Kvantitative data, samla inn blant elevane ved Ålesundskulane, gir for eksempel ikkje nok informasjon til å gjere statistiske analysar for grupper med særlege utfordringar. Til det er desse gruppene for små. Innsikt i utfordringar og tiltak for desse elevane, krev nær oppfølging og målretta kvalitative undersøkingar.

Prosjektet *Bevegelsesglede og mestring* fall i tid saman med innføringa av læreplanverket *Fagfornyninga*. Vårt inntrykk er at prosjektet og *Fagfornyninga* har styrka kvarandre. Prosjektet har ført til større merksemd på manglande deltaking i kroppsøving, samstundes som fagfornyninga har gitt større spelerom for alternative aktivitetar og individuell tilrettelegging.

Det store biletet er at heile 97 prosent av elevane gir uttrykk for at deltaking i kroppsøving er gøy. Rett nok synest biletet å vere litt meir samansett når vi går tettare på talmaterialet. Mellom anna viser tala at deltakinga i kroppsøving har gått noko ned i prosjektperioden. Det er vanskeleg å peike på enkeltfaktorar som kan forklare nedgangen. Det kan likevel nemnast at faget har utvikla seg frå eit idretts- og ferdigheitsfokus, til eit meir helsefremmande fokus der målet er «livslang bevegelsesglede og fysisk aktiv livsstil» (Kunnskapsdepartementet 2020). Vi finn at ein noko større del av elevane i 2023 enn i 2021 rapporterer at det er mykje variert aktivitet som fremjar meistring for fleire. Samtidig er det ein liten auke i elevar frå 2021 til 2023 som rapporterer at det i kroppsøving handlar mykje om å vere best. Dette tyder på at elevane framleis opplever eit prestasjonsfokus i faget, noko som er i strid med intensjonen i *Fagfornyninga*. Vidare er det fleire elevar meiner at dei trivst best når dei konkurrerer. Variasjon i tilnærmingar til både aktivitet og læringsklima vil truleg gi ulike utslag for deltaking hos ulike grupper av elevar. Også medverknad er ein faktor som kan spele inn på deltaking. Vi finn at elevane gjennom perioden vi har studert i noko mindre grad opplever at deira innspel blir høyrte og tatt på alvor. Kva som ligg i dette er vanskeleg å seie, ei mogleg forklaring kan vere at fokus på breidde og variasjon i aktivitet gjer at ein del av elevmassen opplever at deira preferansar for aktivitetar ikkje vert møtt. Det sentrale her er likevel at elevmedverknad krev eit kontinuerleg arbeid, samtidig som elevmedverknad kan vere ein nøkkelfaktor med tanke på korleis elevane opplever kroppsøvingstimane og eiga deltaking i desse.

Hausten 2020 vart også det nye tverrfaglege temaet *Folkehelse og livsmeistring* innført i den norske skulen. *Folkehelse og livsmeistring* skal gi elevane «kompetanse som fremmer god psykisk og fysisk helse, og som gir muligheter til å ta ansvarlege valg» (Kunnskapsdepartementet, 2017 s.13). Vidare er målet å bidra til utvikling av eit positivt sjølvbilet og trygg identitet. Eit positivt funn i vår studie er at fleirtalet av elevane rapporterer at dei føler dei er flinke, og at det er fleire i 2023 enn i 2021 som gir uttrykk for at dei andre elevane opplever dei som flinke i kroppsøvingsfaget. Det peikar på ei endring i retning av at sjølvbiletet hos nokre elevar er noko styrka i prosjektperioden. Det er likevel framleis ein

ikkje ubetydeleg del av elevane som hadde ei negativ sjølvopfatning i kroppsøving (jf. Båtevik, Andenes & Høydal, 2023).

At kroppsøving er eit populært fag stemmer overeins med det biletet tidlegare forskning gir av faget (Moen et.al, 2018 s.33). Samtidig kan opplevinga av faget variere sterkt. For enkelte er kroppsøving det faget «dei hatar mest» (Andrew og Johansen, 2005 s.302). Blant ungdomsskuleelevar som gir uttrykk for misnøye, er det for eksempel fleire jenter enn gutar. Dette blir tydeleggjort både i vår studie og i tidlegare forskning (Engebretsen et.al 2020). Det kan vere fleire grunnar til at tilbakemeldingane om kroppsøving kan vere sprikande. Det er eit fag der elevane ofte blir sett og vurdert av medelevar, noko som kan vere problematisk for ungdom i vekst og utvikling. Overvektspromblematikk og stigma knytt til vekt kan gi negative opplevingar i utøvinga av faget (Skogen et.al, 2022). Vi veit at dette også er ein periode i livet der mange sluttar på organisert idrett (Hammer, 2017). Kroppsøving som fag kan med andre ord vere eit fag som nokon opplever som vanskeleg å delta i. At våre analysar viser at relativt mange elevar har ei negativ sjølvopfatninga i faget er såleis verdt å merke seg. Eit viktig element er etter alt å døme at kroppsøving er eit fag der dine prestasjonar og du som enkeltindivid i stor grad blir vurdert, ikkje berre av lærarar og men også i høgste grad av medelevar

Spørjeundersøkingane blant elevane i 2021 og 2023 teikna eit bilete av forholdet elevane har til fysisk aktivitet og kroppsøving. Eitt av måla med undersøkingane var å vurdere betydninga prosjektet kan ha for elevane. Kort oppsummert gir undersøkinga eit bilete av små endringar frå tidleg i prosjektperioden til prosjektet var i avslutningsfasen. Nokre av dei endringane som er registrerte kan også vere vanskeleg å tolke i lys av arbeidet som er gjort i prosjektet, fordi både læreplanverket *Fagfornyninga* og koronapandemien kan ha prega situasjonen for elevane i perioden 2021-2023. Slik sett kjem spora frå prosjektet tydelegare til uttrykk når vi ser på den utvikling som har skjedd gjennom samarbeidet rundt kroppsøvingsfaget i dei aktuelle skulane. Det same gjeld betydninga av å ha fagleg støtte i tilrettelegging av kroppsøvingsfaget og det å arbeide systematisk med tilrettelegging for fysisk aktivitet i skulane i stort. Til sist understrekar erfaringane frå prosjektet betydninga av å sjå og følge opp enkeltelevar. Kroppsøvingsfaget er av fleire grunnar eit viktig fag i skulen, mellom anna som inngang til å fange opp elevar med vanskar både i faget og vanskar som handlar om meir enn kroppsøving. Her vil skulen og elevar ha nytte av eit breitt tverrprofesjonelt samarbeid, på linje med samarbeidet som utvikla seg i prosjektet *Bevegelsesglede og mestring*.

Dokumentasjonsdel basert på spørjeundersøkinga

Om ungdomane og forholdet til fysisk aktivitet

Organisert fritid

Tabell 1. Elevar som er med i nokre av følgjande organisasjonar, klubbar eller lag etter årstal for innsamling. Prosent av alle elevar.

	2021	2023
<i>Fritidsklubb/ungdomsklubb</i>	17,6	18,9
<i>Idrettslag</i>	54,5	56,1
<i>Musikkorps, kor, orkester</i>	7,4	5,4
<i>Andre organisasjonar (speidar, politisk parti, miljøorganisasjon, Raudekrossen og liknande)</i>	8,3	3,8

Tabell 2. Elevar som er med i nokre av følgjande organisasjonar, klubbar eller lag etter om elevane går på «byskulane» eller «bygdeskulane». Prosent av alle elevar. 2023.

	«By- skulane»	«Bygde- skulane»
<i>Fritidsklubb/ungdomsklubb</i>	14,5	33,3
<i>Idrettslag</i>	59,3	53,4
<i>Musikkorps, kor, orkester</i>	6,1	8,5
<i>Andre organisasjonar (speidar, politisk parti, miljøorganisasjon, Raudekrossen og liknande)</i>	3,4	9,5

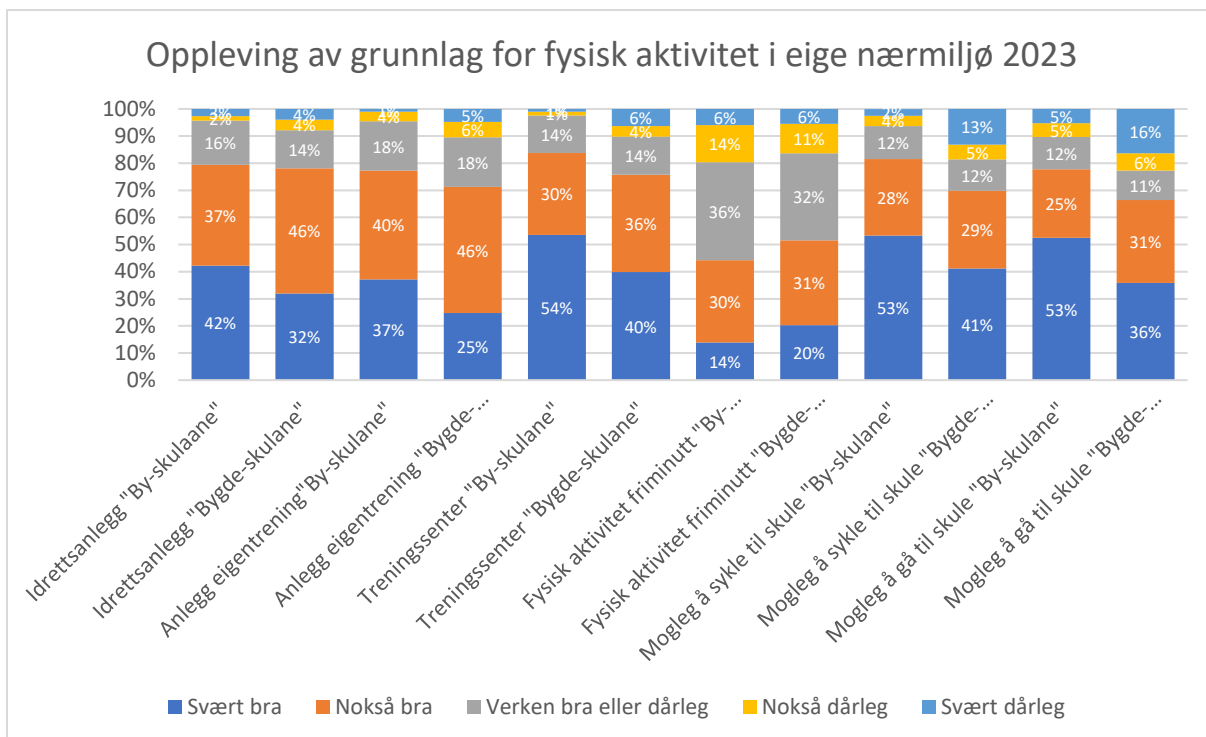
Elevgruppa er engasjerte i ulike organisasjonar, klubbar og lag. Deltakinga i idrettslag er stor. Meir enn halvdel av ungdomskule-elevane var med i idrettslag både i 2021 og 2023. Dette gjeld uavhengig av kvar skulane ligg i kommunen.

Det er også ein liten auke av elevar som er medlem i idrettslag frå 2021 til 2023, samtidig som det er ein nedgang, for musikkorps, kor, orkester og ikkje minst for andre organisasjonar. For «bygdeskulane» synest arenaer med organisert aktivitet utanfor idretten å vere viktig for fleire jamført med «byskulane». Dette gjeld ikkje minst fritidsklubbar/ungdomsklubbar.

Vi har lagt inn eit skilje mellom by- og bygdeskulane når det gjeld spørsmål om nærmiljø og tilgang på aktivitetar i eige nærmiljø. Dette mellom anna fordi avstandane til ein del aktivitetar er større for mange av elevane på bygdeskulane. Spjelkavik og Blindheim er her rekna som byskular. Dei tre andre er klassifiserte som bygdeskular.

Oppløving av grunnlag for fysisk aktivitet i eige nærmiljø

Idrettslaga utgjør ein viktig arena for fysisk aktivitet. Samtidig er det fleire arenaer for fysisk aktivitet. Her er tilbod i nærmiljøet interessante, ikkje minst for barn og unge. Spørsmålet er korleis elevane opplever grunnlag for fysisk aktivitet i eige nærmiljø og lokalsamfunn.



Figur 1. Oppleving av grunnlag for fysisk aktivitet i eige nærmiljø og lokalsamfunn etter om elevane går på «byskulane» eller «bygdeskulane». Prosent av alle elevane. 2023.

Jamt over opplever eit fleirtal av elevane at forholda i nærmiljøa er bra tilrettelagt for fysisk aktivitet. Dei som gir uttrykk for misnøye, utgjer jamt over mindre enn ti prosent av elevgruppa.

Med tanke på tilgang til konkrete «anlegg», er det påfallande få som er tilfredse med grunnlaget for å vere fysisk aktivitet i friminutta. Det gjeld både by- og bygdeskulane. Her er det etter alt å døme eit potensiale for legge betre til rette for uorganisert fysisk aktivitet i friminutta .

Elles er forskjellane mellom skulane prega av at elevane ved byskulane opplever nærmiljøet som meir lagt til rette for fysisk aktivitet enn tilsvarande blant elevane på bygdeskulane. Avstanden til ulike fasilitetar vi naturleg nok vere prega av kvar elevane bur. Dette viser også att med tanke på at færre ungdommar ved bygdeskulane opplever forholda med tanke på å gå eller sykle til skulen som gode, jamført med dei andre ungdomane.

Fysisk aktivitet gjennom idrett og anna aktivitet

Fysisk aktivitet handlar om langt meir enn organisert idrett. Her er det klare forskjellar mellom ettervinteren 2021 og ettervinteren 2023. Forskjellane må forståast i lys av restriksjonane som covid-nedlukkinga medførte i 2021, og at desse var oppheva i 2023.

I tillegg vart det gjort ei endring i skjema frå 2021 til 2023. Ved første registrering hadde vi ein samlekategori som var «Gjennom fysisk aktivitet utanom skulen». I 2023 vart denne delt i «Gjennom treningscenter» og «Gjennom anna organisert aktivitet utanom skulen».

Tabell 3. Sjølvrapportert fysisk aktivitet gjennom ei vanleg veke blant ungdomane. 2021. Prosent

	Ingen gonger	1 gong	2 gonger	3 gonger	4 gonger og meir	I alt	N
Gjennom idrettslag	39,3	3,8	10,7	21,8	24,3	100	633
Gjennom anna organisert aktivitet utanom skulen	62,2	11,1	10,6	7,7	8,4	100	633
Gjennom fysisk aktivitet saman med vener	28,6	25,8	22	10,9	12,8	100	633
Gjennom fysisk aktivitet saman med familie	36,5	36,8	18,2	4,1	4,4	100	633
Gjennom fysisk aktivitet aleine	26,4	27,0	16,0	12,8	17,9	100	633

Tabell 4. Sjølvrapportert fysisk aktivitet gjennom ei vanleg veke blant ungdomane. 2023. Prosent.

	Ingen gonger	1 gong	2 gonger	3 gonger	4 gonger og meir	I alt	N
Gjennom idrettslag	36,6	4,3	9,2	17,0	32,8	100	576
Gjennom treningssenter	54,3	6,9	10,2	10,1	18,4	100	576
Gjennom anna organisert aktivitet utanom skulen	74,5	8,9	6,3	4,0	6,4	100	576
Gjennom fysisk aktivitet saman med vener	37,2	22,7	18,1	11,3	10,8	100	576
Gjennom fysisk aktivitet saman med familie	40,9	35,5	11,3	4,7	7,7	100	576
Gjennom fysisk aktivitet aleine	37,5	21,2	16,0	8,3	17,0	100	576

Covid-nedlukkinga viser mellom att i at fleire var fysisk aktive aleine i 2021 enn i 2023. Den samla aktiviteten i idrettslag var noko mindre i 2021 enn i 2023, men forskjellane mellom dei to tidspunkta er ikkje store.

Brukar vi tala frå 2023 som uttrykk for ein normalsituasjon, viser dette variasjonane i aktivitet blant ungdomane. Av dei 576 ungdomane er det 3 prosent som ikkje har registrert aktivitet på dei aktuelle områda i det heile., medan 0,9 prosent er registrerte med berre ein aktivitet og 4 prosent med to aktivitetar i løpet av ei vanleg veke. I overkant av halvparten (53 prosent) av ungdomane var fysisk aktive tilsvarande ein dag i veka eller meir. Åtti prosent var fysisk aktive tilsvarande 4 dagar i veka eller meir.

Idrettslaga er viktige for den fysiske aktiviteten blant ungdomane. I alt 63,4 prosent trenar minst ein gong og 59,1 prosent trenar minst to gonger til vanleg to gonger i veka i regi av eit idrettslag. Det er faktisk fleire som opplyser at dei er fysisk aktive gjennom idrettslag, enn dei som har svart at dei er medlem av slike lag (jf. tabell 1).

Treningscenter er også populært blant ungdomane. Nærare halvparten av dei er aktive på treningscenter i løpet av ei vanleg veke. Dette trass i at vanleg aldersgrense ved treningscenter er 15 år. Rundt halvdel av dei ungdomane i undersøkinga går på åttande klassesteg, og er såleis under 15 år.

Samtidig viser tala breidda i fysiske aktivitet blant ungdomsskuleelevene. Den uorganiserte aktiviteten er viktig for mange av ungdomane. Ulike kombinasjonar av aktivitet saman med vener, familie

og/eller aleine utgjer ein vesentleg del av aktiviteten blant ungdomane. Også her ser vi utviklingstrekk som er nærliggande å sjå i samanheng med covid-nedlukkinga. Den delen av ungdomane som var aktive saman med eigen familie vart for eksempel noko redusert i den perioden vi har følgd dei.

Kven er dei mest aktive?

Det er store individuelle forskjellar i aktivitetsnivå blant ungdomane. Spørsmålet er om det er systematiske forskjellar mellom ungdomane. Vi har kontrollert for nokre bakgrunnsvariablar for å sjå i kva grad desse viser att i aktivitetsnivået blant ungdomane. Gitt at alder påverkar omfanget av fysisk aktivitet, er klassesteg ein slik variabel. Kjønn er ein anna. Økonomien til foreldra, slik ungdomane sjølv vurderer denne, er også interessant i ein slik samanheng. I tillegg har vi sett på betydninga av nærpersonar, anten det er foreldre eller venar. Om foreldra er fysisk aktive eller om det er status i venneflokk å vere fysisk aktive, kan vere relevante opplysningar i ein slik samanheng. Det same gjeld skulesituasjonen, dvs. opplevinga av vere integrert i skulen eller ikkje.

Tabell 5. Test av faktorar som kan ha betydning for omfanget av fysisk aktivitet på ulike arenaer blant ungdomane. Tabellen viser signifikante samanhengar. 2023.

Type aktivitet	Klassesteg	Kjønn	Fysisk aktive foreldre	Økonomi foreldre	Status til idrett i venneflokk	Integrert i skulen
Idrett	-	**	-	-	**	*
Treningscenter	***	***	-	-	-	-
Anna organisert fysisk aktivitet utanom skulen	-	-	-	-	-	-
Saman med vener	-	***	-	-	-	-
Saman med familie	-	***	**	-	-	-
Aleine	-	**	-	-	-	-

+ $p < 0.10$; * $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; *** $p < 0.001$

I praksis er det lite systematiske forskjellar blant elevane, gitt dei variablane vi har sett på. Det viktigaste unntaket er kjønn.

Idrett. Gutane er i større grad enn jentene aktive gjennom organisert idrett. Dei som er aktive i idrett er også i større grad del av ein venneflokk der det å vere god i idrett har ein høg status. Dei som opplever seg minst integrerte i skulen, er også mindre aktive gjennom idrettslag. Blant dei som føler seg lite integrerte i skulen, er det 48 prosent som er aktive i idrettslag minst ein gong i veka. Blant dei som føler seg godt integrerte i skulen, er det 65 prosent som er aktive i idrettslag minst ein gong i veka.

Treningscenter. Sjølv om det også er ein del på åttande steg som er aktive på treningscenter, er det først og fremst dei på tiande klassesteg som er aktive her. Tala her blir tydeleg påverka av bruk av aldersgrenser for slik aktivitet. Dei på tiande klassesteg er såleis klart meir aktive enn dei yngre når det gjeld aktivitet på treningscenter. I tillegg er gutane meir aktive enn jentene. Blant jentene er det 38 prosent som er aktive på treningscenter minst ein gong i veka. Blant gutane er det 52 prosent som er aktive i idrettslag minst ein gong i veka.

Anna organisert fysisk aktivitet utanom skulen. Vi fann ingen systematiske forskjellar i gruppa med tanke på kva grupper som er mest aktive i annan organisert fysisk aktivitet på fritida.

Fysisk aktivitet saman med vener. Gutane deltek meir i fysisk aktivitet (leik, ballspel, turar og liknande) saman med vener enn jentene. Blant jentene er det 58 prosent som er aktive på saman med vener minst ein gong i veka. Blant gutane er det 67 prosent som er aktive i idrettslag minst ein gong i veka.

Fysisk aktivitet saman med familie. Jentene deltek meir i fysisk aktive saman med familien enn gutane. Er foreldra fysisk aktive, aukar sjansane for at ungdomane er med på turar og liknande saman med foreldra. Blant jentene er det 64 prosent som er aktive saman med familie minst ein gong i veka. Blant gutane er det 55 prosent som er aktive saman med familie minst ein gong i veka.

Fysisk aktivitet aleine. Gutane er i større fysisk aktive enn jentene på eiga hand. Forskjellane her ligg først og fremst i at det er meir vanleg blant gutane enn blant jentene å trene tre gonger eller meir på eiga hand i løpet av ei veke.

Tabell 6. Ungdomskuleelevane fordelt etter kor mange gonger dei oppgir å vere fysisk aktive i ulike aktivitetar i løpet av ei vanleg veke. 2023. Prosent

Fysisk aktivitet i løpet av ei vanleg veke	Gut (%)	Jente (%)
Ingen gonger	3	2
1-7 gonger	34	56
8-14 gonger	46	36
Meir enn 14 gonger	17	7
I alt	100	100
N	294	270

Det er ein vesentleg forskjell mellom aktiviteten mellom gutane og jentene. Medan 43 prosent av jentene er aktive meir enn sju gonger på ei vanleg veke, gjeld det same 63 prosent av gutane. Forskjellane utgjer såleis heile 20 prosentpoeng.

Aktiviteten blant ungdom endrar seg over tid. Det kan handle om at ungdom går frå ein aktivitet til ein annan, i form av at ungdomane kan gå frå andre aktivitetar og over til treningssenter når dei er på slutten av ungdomsskulealder, slik tabell 5 er ein indikasjon på. Nedanfor ser vi på endringane blant ungdomane frå 8. til 10. klassesteg med tanke på fysisk aktivitet i idrettslag, fysisk aktivitet saman med vener og fysisk aktivitet aleine.

Tabell 7–9 illustrerer såleis endringane i fysisk aktivitet får elevane gjekk på 8. klassesteg til dei var på 10. klassesteg. Samtidig blir elevane som var på 10. klassesteg i 2023 samanlikna med dei som var på 10. klassesteg i 2021 på dei same skulane.

Tabell 7. Omfang av fysisk aktivitet gjennom idrettslag i løpet av ei vanleg veke. 2021 og 2023. Prosent.

Gjennom idrettslag		8. klassesteg	10. klassesteg
Minst 1 gong	2023		58 %
	2021	68 %	52 %

Tabell 8. Elevar med høgt omfang av fysisk aktivitet gjennom idrettslag i løpet av ei vanleg veke. 2021 og 2023. Prosent.

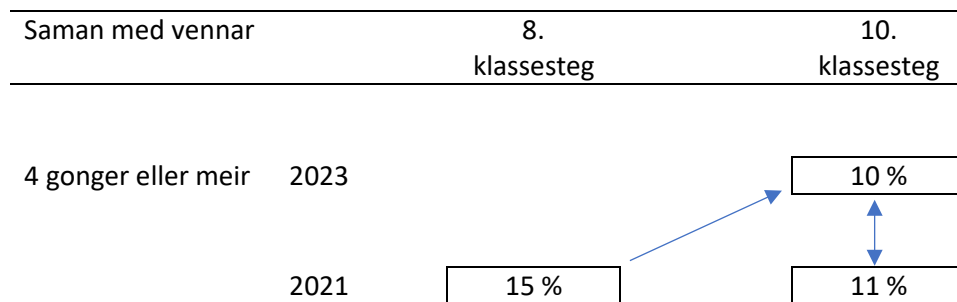
Gjennom idrettslag		8. klassesteg	10. klassesteg
4 gonger eller meir	2023		30 %
	2021	26 %	22 %

Fysisk aktivitet i idrettslag er klart større blant 10.-klassingane i 2023 enn tilsvarande i 2021. Det gjeld både dei som er aktive gjennom idrettslag minst ein gong, og blant dei mest aktive. Tala må etter alt å døme tolkast i lys av vilkåra for å trene med idrettslag under Covid 19. Fråfall i den organiserte idretten er noko som ofte pregar tida i ungdomsskulen (Bakken, 2019, s. 72–73). Dette viser att som ein nedgang i den delen av ungdomane som er fysiske aktive minst ein gong i veka i eit idrettslag i åttande og tilsvarande i tiande klasse (frå 68 til 58 prosent). Blant dei mest aktive er det derimot ein auke frå åttande til tiande. Det betyr i praksis at medan ein del av dei som var aktive gjennom idrettslag som 8.-klassingar er ute av idretten som 10.-klassingar, har andre auka treningsfrekvensen.

Tabell 9. Omfang av fysisk aktivitet saman med vennar (f.eks. leik, skating, snowboard, klatring, ballspel og/eller turar) ei vanleg veke. 2021 og 2023. Prosent.

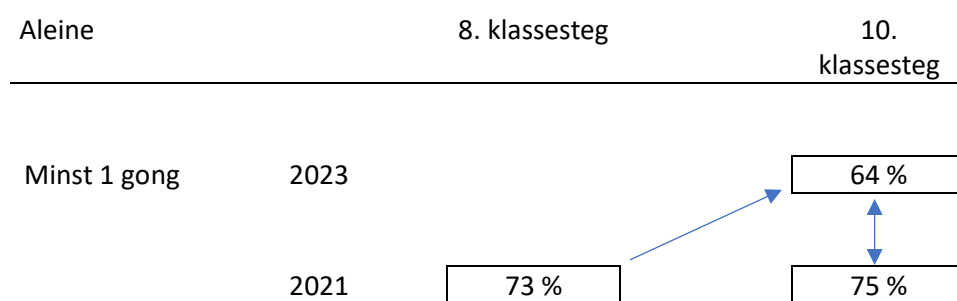
Saman med vennar		8. klassesteg	10. klassesteg
Minst 1 gong	2023		61 %
	2021	74 %	69 %

Tabell 10. Elevar med høgt omfang av fysisk aktivitet saman med vennar (f.eks. leik, skating, snowboard, klatring, ballspel og/eller turar) ei vanleg veke. 2021 og 2023. Prosent.

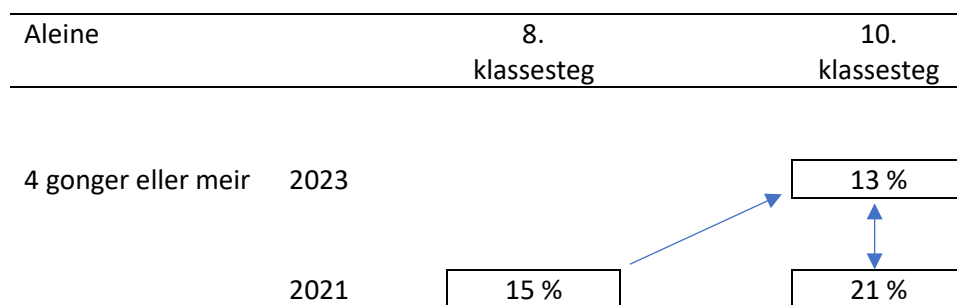


Fysisk aktivitet saman med vennar blir redusert i løpet av ungdomsskulealder.

Tabell 11. Omfang av fysisk aktivitet aleine i løpet av ei vanleg veke. 2021 og 2023. Prosent.



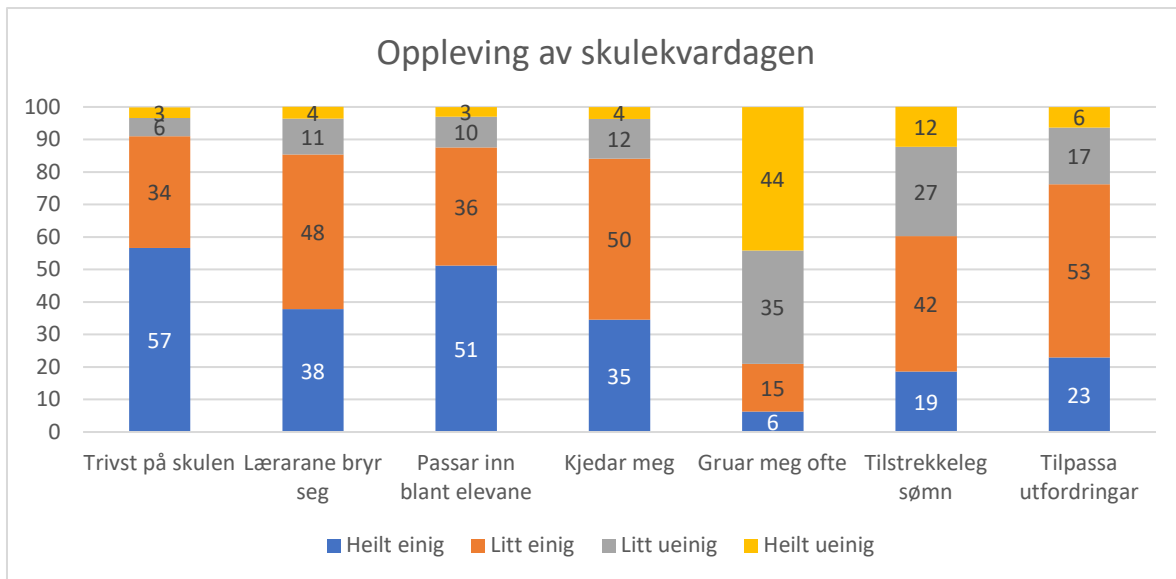
Tabell 12. Elevar med høgt omfang av fysisk aktivitet aleine i løpet av ei vanleg veke. 2021 og 2023. Prosent.



Fysisk aktivitet aleine har gått ned, både om ein ser på utviklinga frå elevane gjekk i åttande til dei var 10.-klassingar og når ein samliknar 10.-klassingar i 2021 og i 2023. Når det gjeld forskjellane mellom dei på 10. klassesteg i 2021 og 2023, er pandemien ei nærliggande forklaring. Avgrensingar i tilgang på organiserte tilbod, resulterte etter alt å døme i meir eigentrening blant dei i 10.-klassingane i 2021, samanlikna med 2023.

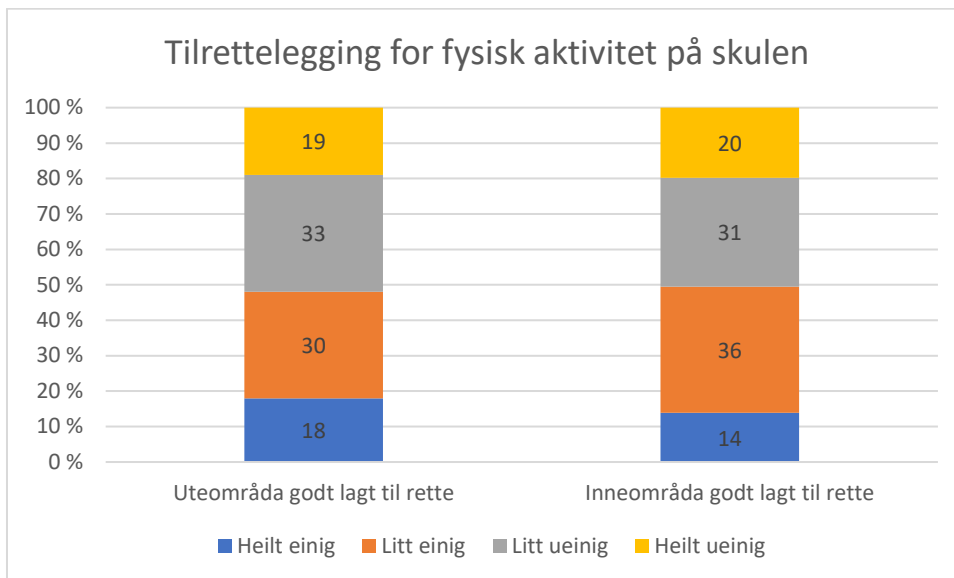
Oppleving av skulen

Skulen er ein arena som grip inn i store delar av livet til ungdomane, både med tanke på fysisk aktivitet, og langt breiare enn det.



Figur 2. Oppløving av ulike sider av skulekvardagen blant ungdomskule-elevane. 2023. Prosent.

Den allmenne trivselen på skulane er jamt over god. Tretten prosent opplever at dei ikkje passar inn blant resten av elvane. Tjueein prosent er heilt eller litt einige i påstanden om «Eg gruar meg ofte til å gå på skulen».



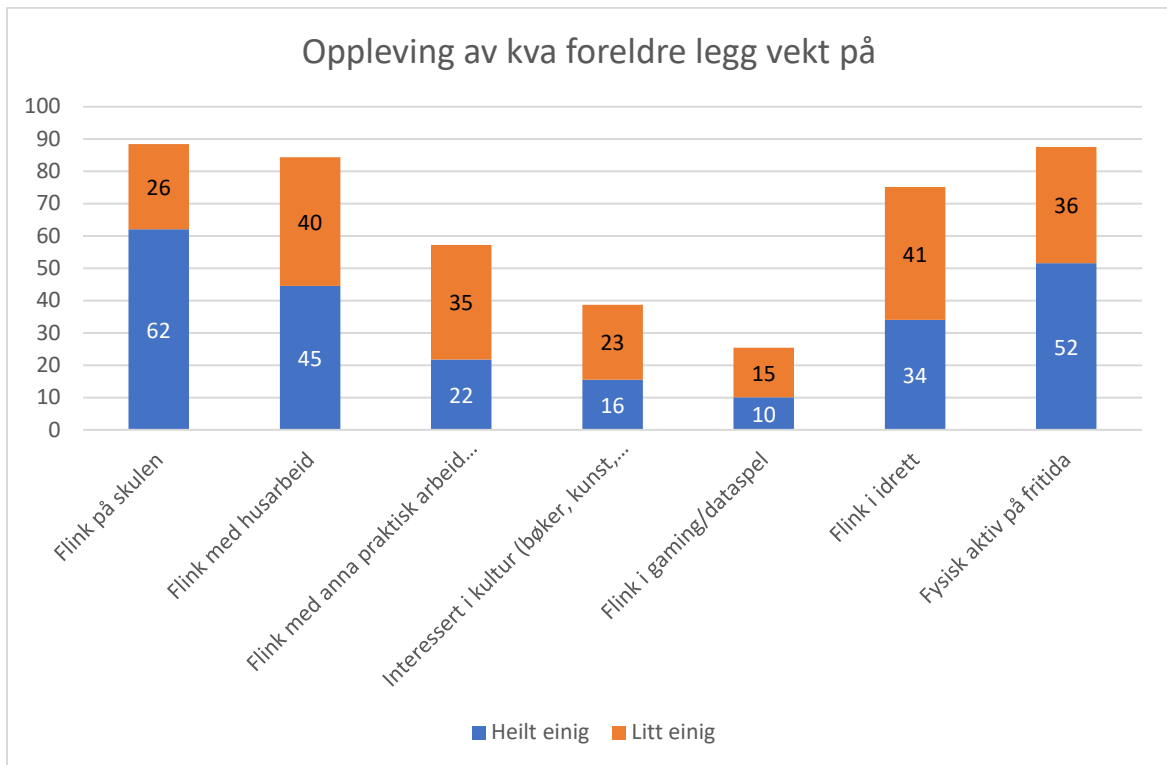
Figur 3. Oppløving av tilrettelegging for fysisk aktivitet på skulane. 2023. Prosent.

Det er ulike oppfatningar med tanke på kor godt det er lagt til rette for fysisk aktivitet på skulane. Det gjeld både ute- og inneområda. Elevgruppa deler seg omtrent på midten i begge tilfelle.

Går vi heilt ned på enkeltskular, er det ein skule som skil seg sterkt ut frå dei andre. For Ørskog er det heile 62 prosent som er heilt einige i at uteområda er godt lagt til rette for ulike typar fysisk aktivitet. Samtidig er det 38 prosent av elevane i Ørskog heilt einige i at inneområde er godt lagt til rette for fysisk aktivitet. Oppløvinga til elevane med denne skulen synest såleis å vere vesentleg annleis enn ved dei andre skulane.

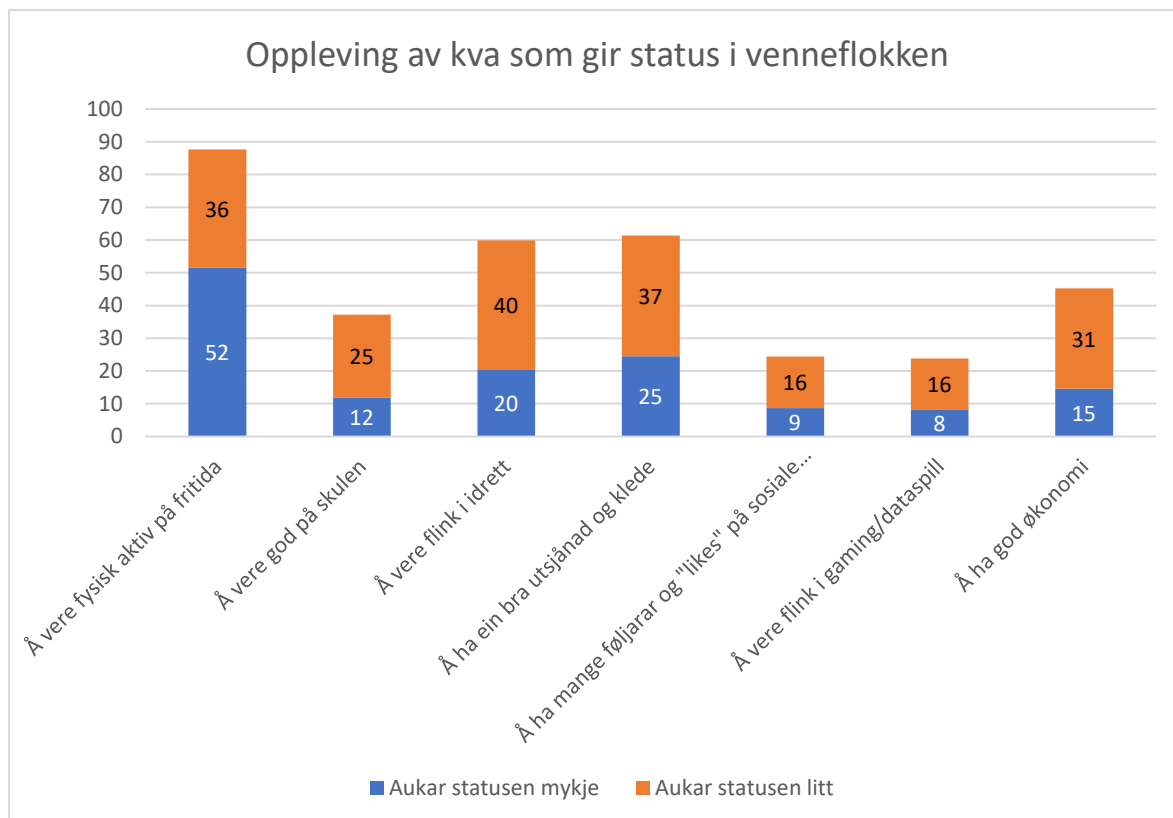
Oppleving av haldningar til fysisk aktivitet og anna i nære relasjonar

Fysisk aktivitet skjer ofte i samspel med andre, og oppleving av fysisk aktivitet kan mellom anna vere påverka av foreldre.



Figur 4. Oppleving av korleis foreldra «vektar» ulike sider ved kvardagen til elevane. 2023. Prosent.

Elevane opplever at foreldra er opptekne at dei skal vere fysisk aktive. Det einaste punktet på lista som kan «konkurrere» med dette, er det å vere flink på skulen. Det å vere flink i idrett er også noko elevane opplever at foreldra er opptekne av.

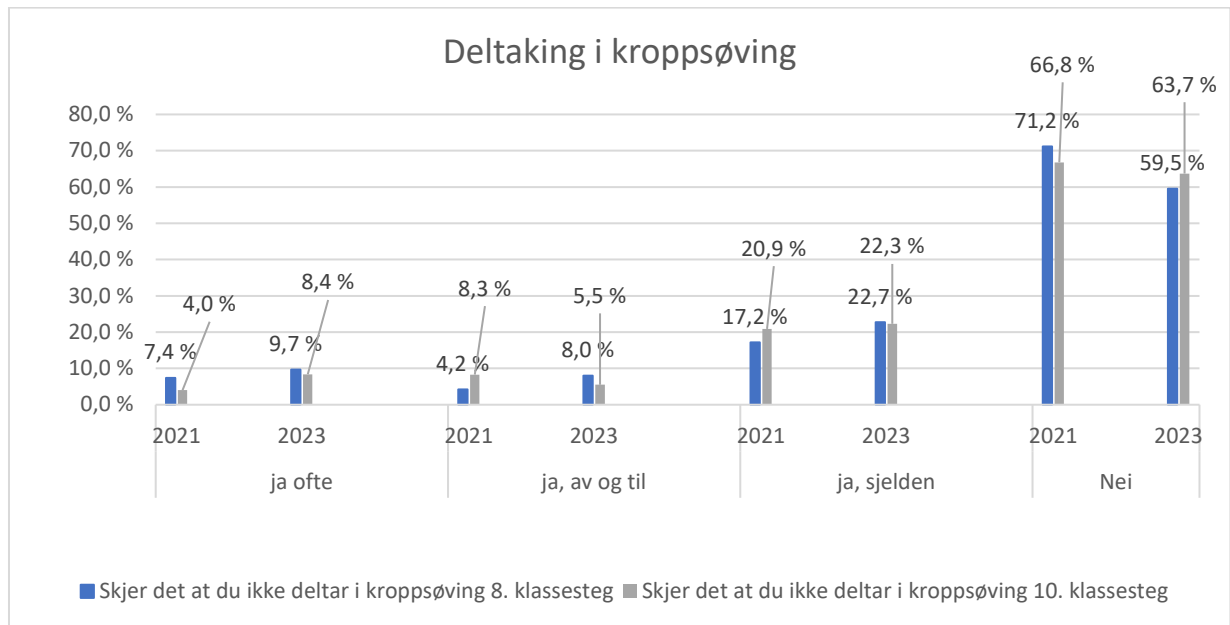


Figur 5. Oppleving av kva som gir status i venneflokk. 2023. Prosent.

Likeins opplever at mange at det å vere fysisk aktiv gir status i venneflokk. På dette punktet synest signala frå foreldre og vennar vere sterkt samanfallande.

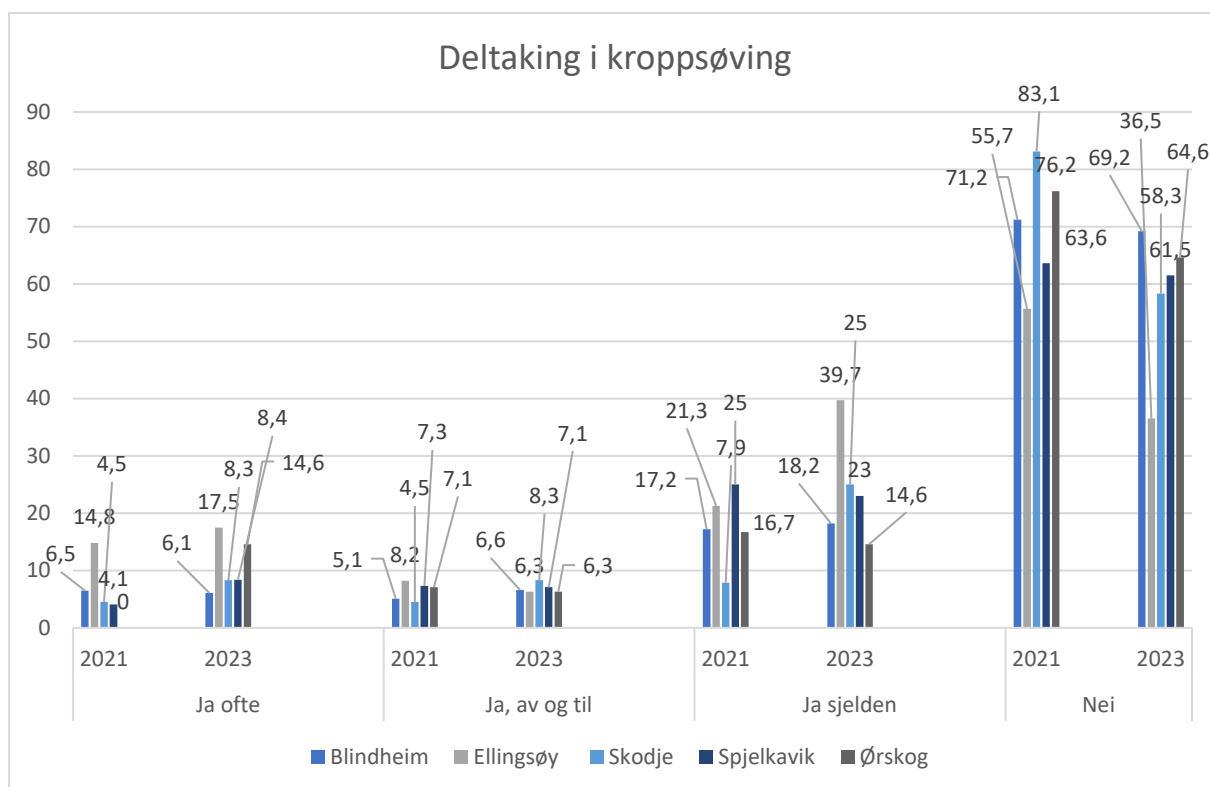
Kroppsøvingsfaget

Deltaking i kroppsøving



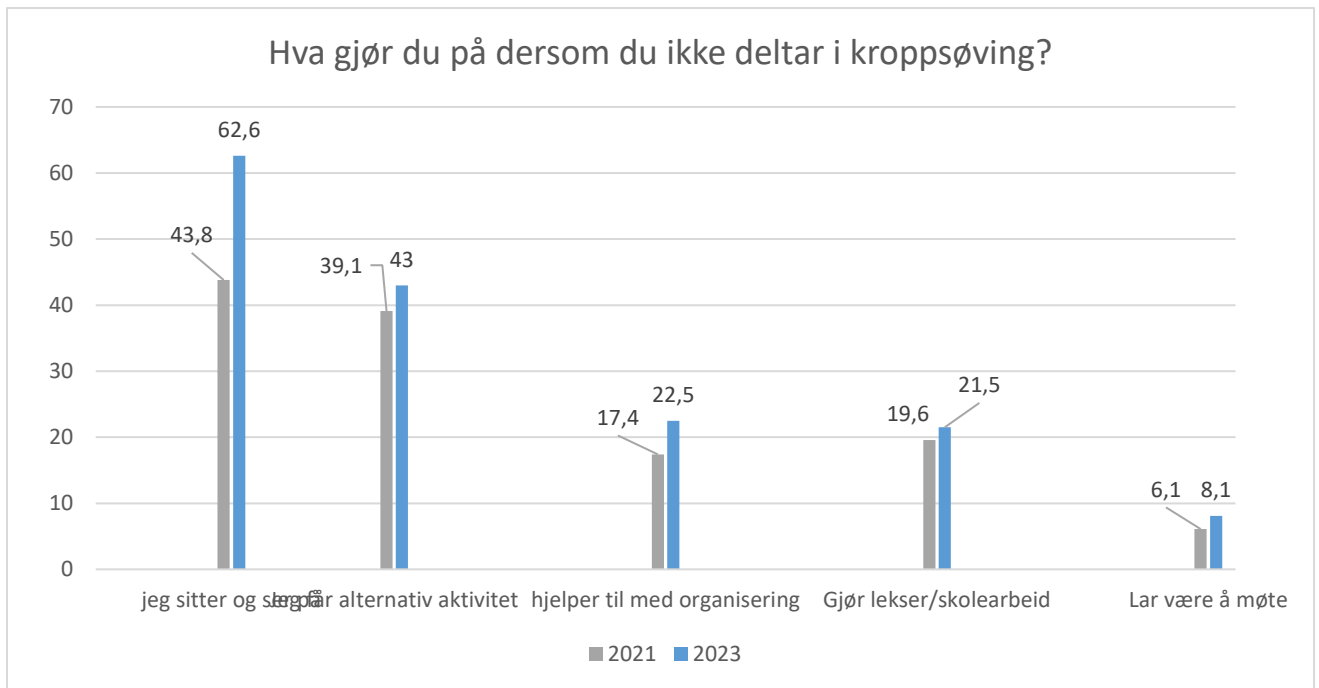
Figur 6. Deltaking i kroppsøving 2021 og 2023 samla for alle skulane i prosent.

Resultata frå undersøkinga viser at deltakinga i kroppsøving har gått noko ned i 2023 samanlikna med 2021. Det er særleg tydeleg på åttande trinn, der deltaking har gått frå 71.2% i 2021 til 59.5% i 2023. På tiande trinn er det ein mindre nedgang frå 66.8% til 63.7.



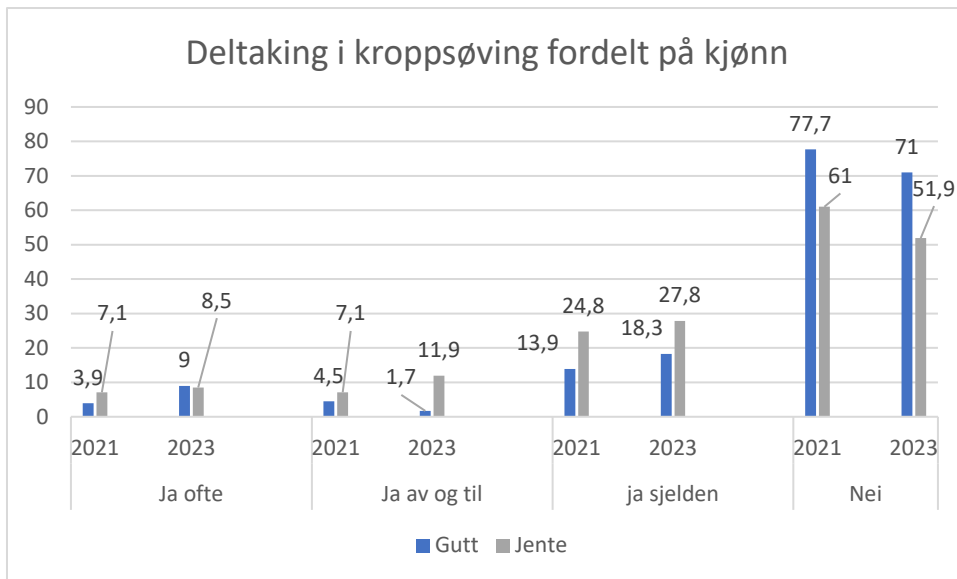
Figur 7. Deltaking i kroppsøving 2021 og 2023 for dei enkelte skulane i prosent.

Deltaking i kroppsøving skil seg mellom skulane. Ser vi på prosjektskulane, Blindheim, Spjelkavik og Ellingsøy finn vi at Blindheim har om lag same deltaking i 2023 som dei hadde i 2021. Spjelkavik har ei dobling frå 4.1 til 8.4 % som seier dei ikkje deltek ofte. Elles er det lite endringar på Spjelkavik frå 2021 til 2023. Ved Ellingsøy svarte 14.8% at dei sjeldan deltok i kroppsøving i 2021, i 2023 har dette auka til 17.5%. Vi finn vidare ei stor auke i dei som svarer at dei deltek sjeldan, samt ei tilsvarende reduksjon blant dei som alltid deltek. Hos kontrollskulane, Skodje og Ørskog, finn vi at Ørskog har gått frå 0% som ofte ikkje deltek til 14.6%. Vidare finn vi at 64.6% svarer at dei alltid deltek. I 2021 var andelen 76.2%. Også ved Skodje skule ser vi ei auke i blant dei som ofte ikkje deltek, samt at vi finn ein markant nedgang blant dei som alltid deltek, frå 83.1% til 58.3%.



Figur 8. Aktivitet når eleven ikke deltek i kroppsøving

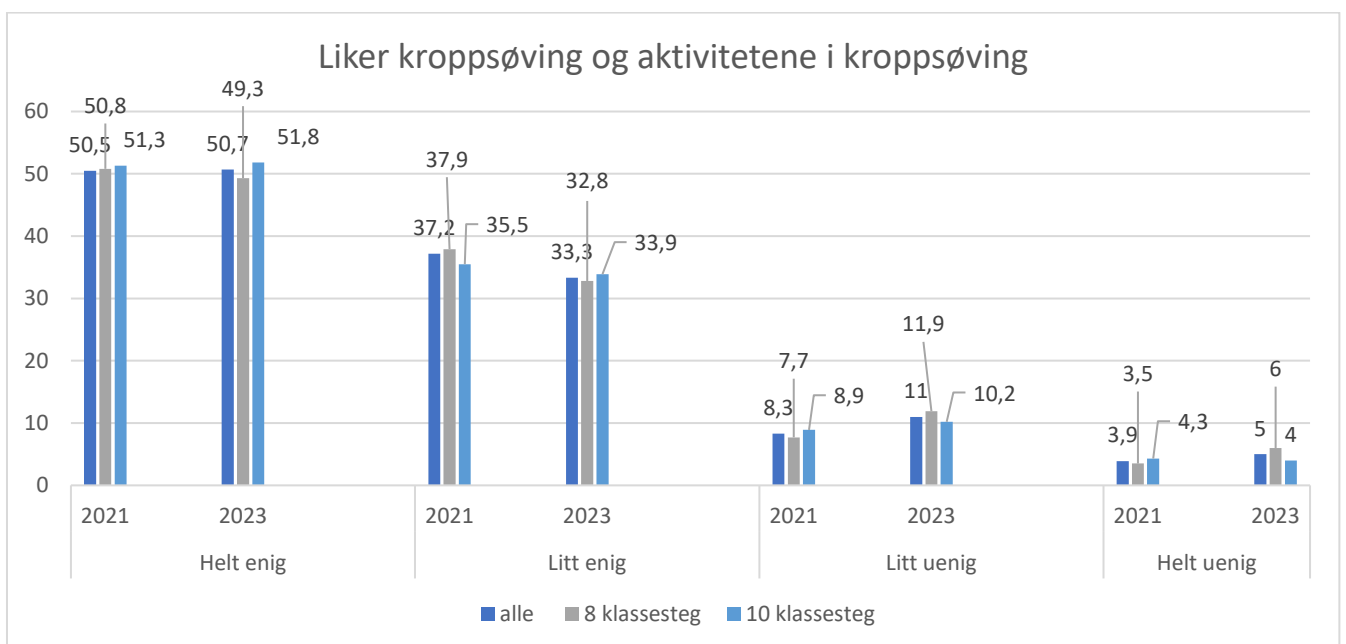
Resultata viser at det er fleire elevar i 2023 som sit og ser på dersom dei ikkje deltek i timen samanlikna med 2021. Det er noko auke i tal på elevar som lar være å møte, samt at nokon fleire gjer lekser eller skolearbeid. Vi ser ei lita auke i tal på elevar som får alternativ aktivitet og hjelper til med organiseringa av timen.



Figur 9. Oversikt i prosent over deltaking i kroppsøving fordelt på kjønn i 2021 og 2023, «hender det at du ikke deltar i kroppsøvingstimen?».

Det er nedgang blant dei som rapporterer at dei alltid deltek i kroppsøving både hos gutane og jentene. Hos gutane er det er ei meir tydeleg auke i dei som ofte ikkje deltek i kroppsøving samanlikna med 2021. Hos er det størst auke ikkje deltek av og til og som seier at dei sjeldan ikkje deltek.

Elevane sine erfaringar med kroppsøving



Figur 10. Oversikt over andelen elevar som likar kroppsøving og aktivitetane i kroppsøving.

Figur 10 viser at det store fleirtalet av elevane likar faget og aktivitetane i faget. I 2023 svarer 84% at dei er heilt einig eller litt einig i at dei liker kroppsøving og aktivitetane i faget. I 2021 var andelen 87,7% . Det er små endringar i tala frå 2021 til 2023, men vi kan sjå ein liten tendens til at auke i andelen som ikkje likar faget og aktivitetane. Dette gjeld særleg for åttande trinn.

Tabell 13. Elevane sine erfaringar med aktivitetane i kroppsøving, 2021. Prosent

	Heilt einig	Litt einig	Litt ueinig	Heilt ueinig	I alt	N
Det er kjekt å delta	56.1	41.3	1.8	0.7	100	549
Eg føler eg er flink	53.0	36.0	9.1	1.8	100	547
Det er viktig å delta for å vere i fysisk aktivitet	60.7	30.2	5.8	3.3	100	550
Eg blir i betre fysisk form av å delta	41.3	38.8	15.3	4.6	100	549
Eg likar å vere i aktivitet saman med andre	65.9	26.6	6.0	1.5	100	546
Eg føler de andre i klassa tenkjer eg er flink	21.7	43.0	24.9	10.4	100	530

Tabell 14. Elevane sine erfaringar med aktivitetane i kroppsøving, 2023. Prosent

	Heilt einig	Litt einig	Litt ueinig	Heilt ueinig	I alt	N
Det er kjekt å delta	59.7	37.4	2.7	0.2	100	479
Eg føler eg er flink	57.2	34.2	7.1	1.5	100	479
Det er viktig å delta for å vere i fysisk aktivitet	58.7	30.4	8.0	2.9	100	477
Eg blir i betre fysisk form av å delta	38.7	39.3	17.4	4.6	100	476
Eg likar å vere i aktivitet saman med andre	66.2	29.0	4.0	0.8	100	476
Eg føler de andre i klassa tenkjer eg er flink	26.3	42.4	24.8	6.4	100	467

Det er små variasjonar i erfaringane elevane har med kroppsøving frå 2021 til 2023. I overkant av 97% av elevane svarer heilt einig eller litt einig på at det er gøy å delta i kroppsøving. Vi finn ei lita auke i tal på elevar som svarer at dei likar å vere i aktivitet saman med andre, 95% av elevane er eining eller litt einig i 2023, medan 92.5% var eining eller litt einig i 2021. Det er vidare ei auke, i elevar som rapporterer at dei føler at dei er flinke og at andre tenkjer dei er flinke i kroppsøving i

2023 versus 2021. Det er likevel framleis ein stor del av elevane som opplever å ha negativ sjølvoppfatning i faget (jf. Båtevik, Andenes & Høydal, 2023).

Tabell 15. Erfaringar med kroppsøving. Test av faktorar som kan ha betydning for deltaking og om elevane likar kroppsøving. Tabellen viser signifikante samanhengar. 2023.

Erfaringar med kroppsøving	Deltaking i kroppsøving	Liker kroppsøving
Føler eg er flink	**	**
Føler dei andre tenkjer eg er flink	*	**
Føler at eg ikkje er så flink som dei andre	**	-
Liker å vere i aktivitet saman med andre	-	**
Trivst best med aktivitet i grupper	**	**
Kjønn	**	**

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; *** $p < 0.001$

Motivasjon og læringsklima

Innhald og arbeidsmåtar

Tabell 16. Innhald i kroppsøving og arbeidsmåtar. Prosent 2021

	Heilt einig	Litt einig	Litt ueinig	Heilt ueinig	I alt	N
Opplever ikkje at konkurranse er viktig	15.7	35.7	33.7	15.0	100	600
Viktig å vise at eg er god	14.7	28.3	28.3	28.7	100	607
Likar best å trene på ferdigheiter utan å konkurrere	28.1	41.3	22.4	8.2	100	598
Trivast best med konkurranse	24.8	36.0	24.3	15.0	100	602
Mykje variert aktivitet som legg til rette for at fleire opplever meistring	24.6	46.1	23.4	4.2	100	595
Kroppsøvingstimane er godt planlagt	44.8	39.1	11.2	4.9	100	596
Har vorte forklart kva som er læringsmål	36.4	34.9	18.9	9.8	100	593

Tabell 17. Innhald i kroppsøving og arbeidsmåtar. Prosent 2023

	Heilt einig	Litt einig	Litt ueinig	Heilt ueinig	I alt	N
Opplever ikkje at konkurranse er viktig	14.2	32.4	36.6	16.8	100	565
Viktig å vise at eg er god	33.0	44.1	16.9	6.0	100	567
Likar best å trene på ferdigheiter utan å konkurrere	19.6	44.2	26.4	9.8	100	561
Trivast best med konkurranse	27.8	37.2	24.6	10.5	100	562
Mykje variert aktivitet som legg til rette for at fleire opplever meistring	25.9	47.7	20.0	6.3	100	555
Kroppsøvingstimane er godt planlagt	39.9	39.0	15.5	5.7	100	562
Har vorte forklart kva som er læringsmål	35.9	35.9	18.9	9.3	100	557

Det er små endringar knytt til om elevane opplever at konkurranse er viktig i kroppsøvingfaget. Vi finn ein liten endring i retning av at konkurranse blir sett på som viktig. Med tanke på kva elevane trivst med, finn vi at ein noko større del av elevane trivst best med konkurranse i timane. Samanlikna med 2021 er det fleire som seier at det viktig for dei å vise at dei er gode i kroppsøving. I 2021 svarte 43% av elevane dei var heilt eller litt einig i at det var viktig for dei å vise at dei er gode. I 2023 var tilsvarande tal 63.8%. Samla kan det tyde på at elevane opplever det å prestere er viktigare i 2023 samanlikna med det dei opplevde i 2021.

Dei fleste elevane meiner det er mykje variert aktivitet i timane, som legg til rette for at fleire opplever meistring, 70% i 2021 vs. 73.6% i 2023. Det er altså ein liten auke mellom dei to tidspunkta, men vi finn også at det er 2% fleire som er heilt ueinig i denne påstanden i 2023 samanlikna med 2021. Det store fleirtalet, 78.9% av elevane er heilt eller litt einig i at timane er godt planlagt. Det er likevel ein liten nedgang på 5% frå 2021. Tabell 18, syner at alle variablane har statistisk samanheng med deltaking og om elevane likar kroppsøving.

Tabell 18. Innhald og arbeidsmåtar. Test av faktorar som kan ha betydning for deltaking og om elevane likar kroppsøving. Tabellen viser signifikante samanhengar. 2023.

Innhald og arbeidsmåtar	Deltaking i Kroppsøving	Liker Kroppsøving
Trivast best når vi konkurrerer	**	**
Variert aktivitet, som gir meistring for fleire	**	**
Legg vekt på samarbeid, og å gjere kvarandre gode	**	**
Timane er godt planlagt	**	**
Har fått forklart læringsmål	**	**

p < 0.05; ** p < 0.01; *** p < 0.001

Læringsmiljø

Tabell 19. Oppleving av miljøet blant elevane i kroppsøvingstimane. Prosent 2021

	Heilt einig	Litt einig	Litt ueinig	Heilt ueinig	I alt	N
Det handlar mykje om å vere best	12.7	36.3	35.2	15.8	100	600
Lov å prøve og feile	57.2	27.6	11.9	3.3	100	598
Godt samarbeid mellom elevane	31.8	51.8	12.2	4.2	100	600
Flinke elevar får meir merksemd	23.9	36.0	22.4	17.8	100	595
Medelevar og lærar er flinke til å gi ros	24.7	47.6	21.4	6.2	100	594
Kroppsøving styrkjer samhaldet i klassa	26.7	39.0	22.6	11.7	100	589

Tabell 20. oppleving av miljøet blant elevane i kroppsøvingstimane. Prosent 2023

	Heilt einig	Litt einig	Litt ueinig	Heilt ueinig	I alt	N
Det handlar mykje om å vere best	16.4	37.2	29.9	16.5	100	562
Lov å prøve og feile	47.7	32.5	12.9	6.9	100	566
Godt samarbeid mellom elevane	27.8	51.2	17.3	3.7	100	562
Flinke elevar får meir merksemd	22.5	35.0	25.9	16.6	100	560
Medelevar og lærar er flinke til å gi ros	23.0	48.8	23.0	5.3	100	562
Kroppsøving styrkjer samhaldet i klassa	23.3	43.8	20.4	12.5	100	559

Resultata tyder det på at eit fleirtal av elevane opplever at det er godt miljø i kroppsøvingstimane. I alt 80.2% seier seg einig eller litt einig i at det er lov å prøve og feile i desse timane. Vidare svarer 79% at det er godt samarbeid mellom elevane. Det er likevel ein liten nedgang frå 2021 der høvesvis 84,8 % svara at det er lov å prøve og feile og 83.6% svara at det er godt samarbeid i klassa. Det kan også sjå ut til at elevane i noko større grad opplever at dei må prestere betre, då talet på elevar som seier det handlar mykje om å være best har auka frå 49% i 2021 til 53.6 % i 2023. Tabell 21. syner at det er statistisk samanheng mellom desse variablane og deltaking samt om dei likar kroppsøvingfaget.

Tabell 21. Miljøet blant elevane. Test av faktorar som kan ha betydning for deltaking og om elevane likar kroppsøving. Tabellen viser signifikante samanhengar. 2023.

Oppleving av miljøet	Deltaking i kroppsøving	Liker kroppsøving
Handlar om å vere best	**	-
Lov å prøve og feile	**	**
Godt samarbeid	**	**
Flinke elevar får meir merksemd	*	-
Medelevar og lærar er flinke til å gi ros	**	**
Kroppsøving styrker samholdet i klassa	**	**

p < 0.05; ** p < 0.01; *** p < 0.001

Tabell 22. Korleis elevane opplever at lærarane viser dei merksemd i kroppsøvingstimane. Prosent 2021

	Heilt einig	Litt einig	Litt ueinig	Heilt ueinig	I alt	N
Er merksam på alle elevane i timen	46.9	37.6	11.4	4.0	100	595
Mine innspel blir høyrte og teke på alvor	27.9	43.1	20.3	8.7	100	585
Kroppsøvingslærar forstår situasjonen min og tek omsyn til den	48.7	34.8	10.3	6.2	100	583
Kroppsøvingslærar tek omsyn til innspel frå klassa	41.5	41.7	12.8	4.1	100	588

Tabell 23. Korleis elevane opplever at lærarane viser dei merksemd i kroppsøvingstimane. Prosent 2023

	Heilt einig	Litt einig	Litt ueinig	Heilt ueinig	I alt	N
Er merksam på alle elevane i timen	39.9	41.3	12.7	6.2	100	567
Mine innspel blir høyrte og teke på alvor	22.9	44.9	23.3	8.8	100	554
Kroppsøvingslærar forstår situasjonen min og tek omsyn til den	39.6	40.0	13.3	7.1	100	563
Kroppsøvingslærar tek omsyn til innspel frå klassa	34.3	44.3	14.3	7.1	100	560

Tabell 24. Lærar si merksemd. Test av faktorar som kan ha betydning for deltaking og om elevane likar kroppsøving. Tabellen viser signifikante samanhengar. 2023.

Lærar si merksemd	Deltaking i kroppsøving	Liker kroppsøving
Merksam på alle elevane	**	**
Forstår min situasjon og tek omsyn til den	**	**
Mine innspel blir hørt og tatt på alvor	**	**
Tar omsyn til innspel frå klassa	**	**

p < 0.05; ** p < 0.01; *** p < 0.001

Lærar si merksemd, og at elevane opplever å bli tekne på alvor og ha medverknad har ein samanheng med både deltaking og om dei likar faget (tabell. 24). Det er ikkje store endringar, men dersom vi ser samla på kategoriane heilt einig eller litt einig finn vi at elevane opplever ein liten nedgang i lærar si merksemd, og at elevane opplever å ha noko mindre medverknad i 2023 (Tabell 23) samanlikna med 2021 (Tabell 22).

Tabell 25. Skulesituasjonen. Test av faktorar som kan ha betydning for deltaking og om elevane likar kroppsøving. Tabellen viser signifikante samanhengar. 2023.

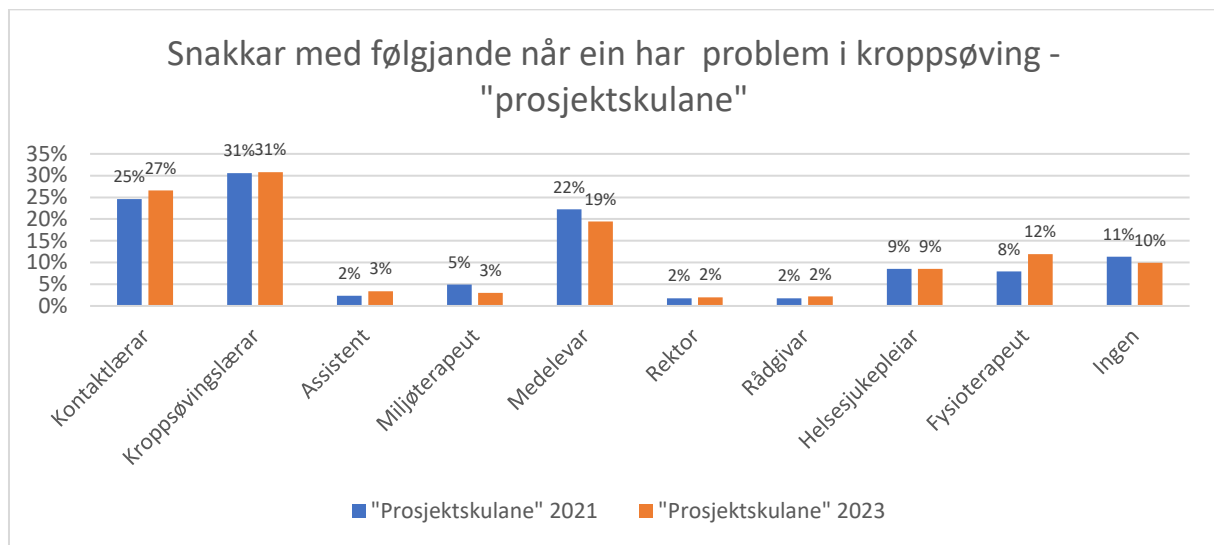
Klassesteg	Deltaking i kroppsøving	Liker Kroppsøving
Klassesteg	-	-
Skulen ein går på	-	*
Trivast på skulen	**	**
Kjedar seg på skulen	**	**
Gruar seg til skulen	**	**
Integreert på skulen	**	**

* p < 0.05; ** p < 0.01; *** p < 0.001

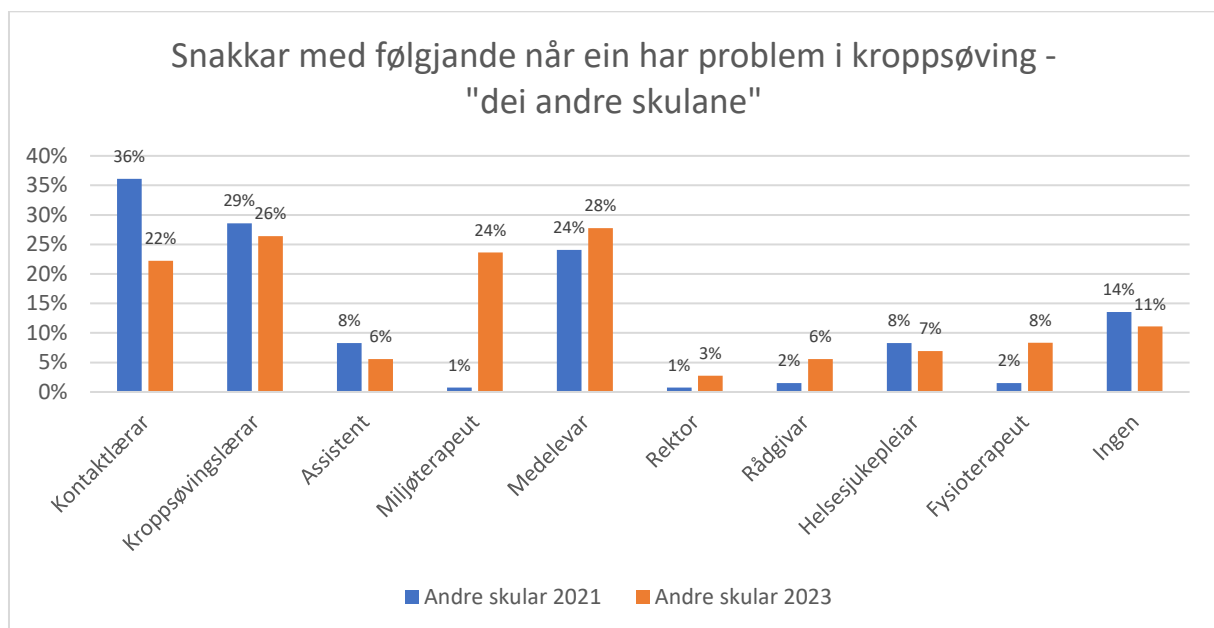
I kor stor grad elevane deltek i kroppsøving verkar å bli påverka av mange variablar, og det er ikkje ei tydeleg forklaring på kvifor fleire ikkje deltek i 2023 samanlikna med 2021. Deltaking i kroppsøving ser ut til å ha samanheng med innhald og organisering i timane, korleis elevane opplever eigne ferdigheiter og korleis andre vurderer deira ferdigheiter, korleis dei opplever å bli ivaretekne og sett av lærar. Analysane viser elles at elevane sin skulesituasjon har samanheng med både i kor stor grad elevane deltek og kor stor grad dei likar faget og aktivitetane i faget. Vi finn at i kor stor grad elevane trivast på skulen, om dei kjedar seg, gruar seg til skulen eller i kor stor grad dei føler dei passar inn har påverknad på både deltaking og trivsel i faget. Desse faktorane er ikkje knytte direkte til kroppsøvingfaget, men handlar meir om korleis elevane opplever heile skulekvardagen samla (Tabell 25). Det er altså meir enn berre dei erfaringane elevane rapporterer i kroppsøvingfaget som spelar inn.

Rolla til fysioterapeuten og dei andre hjelparane

Gjennom prosjektet *Bevegelsesglede og mestring* vart hjelpeapparatet rundt kroppsøving sfaget styrka ved at fysioterapeutressursar vart tilført prosjektskulane.



Figur 11. Kven elevane snakkar med når dei har problem i kroppsøving. Elevane ved det to prosjektskulane. Figuren viser kor stor del av alle elevane som har hatt kontakt med kroppsøvingslærar, kor del av alle elevane som har hatt kontakt med kontaktlærar, osv. 2021 og 2023. Prosent.

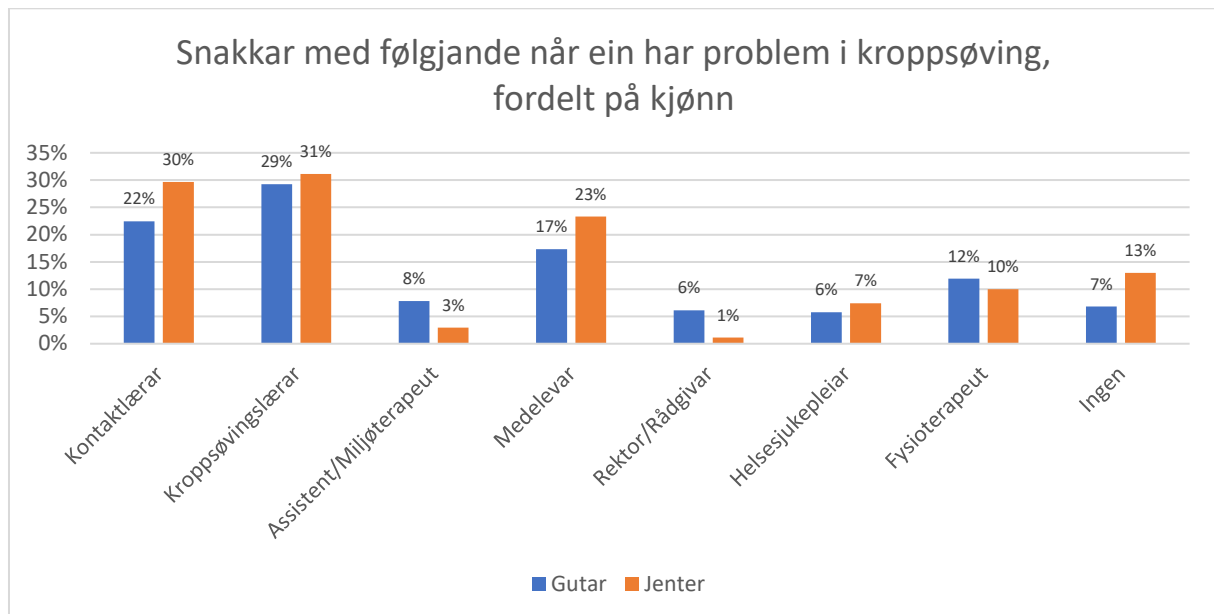


Figur 12. Kven elevane snakkar med når dei har problem i kroppsøving. Elevane ved dei tre andre skulane som deltok i undersøkinga. 2021 og 2023. Figuren viser kor stor del av alle elevane som har hatt kontakt med kroppsøvingslærar, kor del av alle elevane som har hatt kontakt med kontaktlærar, osv. Prosent.

Elevane brukar ulike inngangar når dei har problem i kroppsøving. Dei viktigaste kontaktpersonane i slike situasjonar er naturleg nok kontaktlærar og kroppsøvingslærar. Det å snakke med medelevar er også ein viktig kanal for mange. På prosjektskulane er fysioterapeutordninga den «hjelpetenesta» elevane brukar mest på skulane når dei opplever problem knytt til kroppsøving sfaget. Samtidig brukar også elevane dei andre hjelpetenestene om dei opplever problem knytt til dette faget. Gjennom det

samarbeidet ein har hatt mellom hjelpetenestene på prosjektskulane, kan det vere fleire tilfelle der dei ulike teneste følgjer opp same elevane i konkret saker. Alt i alt er fysioterapitenesta eit supplement, meir enn ei erstatning for dei andre tilboda.

I hovudsak ser det ut som fysioterapiordninga var rimeleg etablert ved prosjektskulane alt etter vinteren 2021, men vi registrerer også ein auke i bruken av fysioterapiordninga i 2023. Samtidig har ein gjennom prosjektet etter kvart i større grad involvert seg i dei andre skulane i utvalet i løpet av perioden, noko som viser att i ein klar auke i bruken av ordninga i 2023 for elevane frå desse skulane.



Figur 13. Kven elevane snakkar med når dei har problem i kroppsøving fordelt på kjønn. Elevane ved dei tre andre skulane som deltok i undersøkinga. 2021 og 2023. Figuren viser kor stor del av alle elevane som har hatt kontakt med kroppsøvingslærer, kor del av alle elevane som har hatt kontakt med kontaktlærer, osv. Prosent.

Det er nokre kjønnsforskjellar i elevgruppa, for eksempel at gutane i noko større grad enn jentene kontaktar fysioterapeut når dei har problem i kroppsøving, medan jentene er i fleirtal blant dei som går til helsesjokepleiar. Forskjellane er likevel små.

Kjelder

- Andrews, T. & Johansen, V. (2005). «Gym er det faget jeg hater mest», *Norsk Pedagogisk Tidsskrift*, 89(4), s. 302–314. <https://doi.org/10.18261/ISSN1504-2987-2005-04-06>
- Bakken, A. (2019). Idrettens posisjon i ungdomstida. Hvem eltar og slutter i ungdomsidretten?. NOVA. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/1298>
- Båtevik, F. O., Andenes, E. & Høydal, K. (2023). Ikkje flink nok? Om negativ sjølvopfatning i kroppsøving. *Norsk Pedagogisk Tidsskrift*, 203–216. <https://doi.org/10.18261/npt.107.3.2>
- Engebretsen, B, Walseth, K & Elvebakk, L (2020). Jenter og kroppsøving. Hvordan kan en aktivistisk tilnærming bedre jenters erfaring med kroppsøvingfaget? *Norsk Pedagogisk Tidsskrift* 104(4), 61–375. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-2987/2020-04-04>
- Glavin, K. & Erdal, B. (2020). *Tverrfaglig samarbeid i praksis. Til beste for barn og unge i kommune-Norge*. Oslo: Kommuneforlaget.
- Hammer, T. M. (2017). *Fysisk aktivitet og idrettsdeltakelse blant barn og unge*. Rapport. NTNU samfunnsforskning.
- Hesjedal, E., Hetland, H. & Iversen, A. C. (2015). Interprofessional collaboration: Self-reported successful collaboration by teachers and social workers in multidisciplinary teams. I: *Child and Family Social Work* 2015, 20, pp 437-445. <https://doi.org/10.1111/cfs.12093>
- Johannessen, B. & Skotheim, T. (red) (2018). *Barn og unge i midten – Tverrfaglig og tverretattlig arbeid i barn og unges oppvekst*. Gyldendal akademisk.
- Kunnskapsdepartementet (2017). *Verdier og prinsipper for grunnopplæringen. Overordnet del*. <https://www.regjeringen.no/contentassets/53d21ea2bc3a4202b86b83cfe82da93e/overordnet-del--verdier-og-prinsipper-for-grunnoppleringen.pdf>
- Kunnskapsdepartementet (2020). *Læreplan i kroppsøving (KR001-05)*. Fastsett som forskrift. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020. <https://data.udir.no/kl06/v201906/laereplaner-1k20/KRO01-05.pdf?lang=nob>
- Moen, K. M., Bjørke, L. & Brattli, V. H. (2018). *Når ambisjon møter tradisjon: En nasjonal kartleggingsstudie av kroppsøvingfaget i grunnskolen (5.–10. trinn)*. Høgskolen i Innlandet. <http://hdl.handle.net/11250/2482450>
- Skogen, I. B., Dahl, S. L. & Høydal, K. (2022). «You are Constantly Trying to Make the Best Out of All Situations»: Adolescents with Overweight and School Nurses in Norway on Weight Stigma and Physical Activity. *Physical Activity and Health*. <https://paahjournal.com/articles/10.5334/paah.197>
- Tjomsland, H. E., Viig, N. G. & Resaland, G. K. (red) (2021). *Folkehelse og livsmestring i skolen i fag, på tvers av fag og som en helhetlig tilnærming*. Fagbokforlaget.
- Utdanningsdirektoratet (2020). *Læreplanverket*. <https://sokeresultat.udir.no/finnlareplan.html?flttypefiltermulti=Kunnskapsl%C3%B8ftet%202020>
- Willumsen, E. (2016). Tverrprofesjonelt samarbeid i utdanning og praksis i helse- og velferdssektoren. I: Willumsen, E. og Ødegård, A. (red): *Tverrprofesjonelt samarbeid- et samfunnsoppdrag*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Willumsen, E., Sirnes, T. & Ødegård, A. (2016). Nye samarbeidsformer- et samfunnsoppdrag. I: Willumsen, E, & Ødegård, A (red). *Tverrprofesjonelt samarbeid- et samfunnsoppdrag*. Universitetsforlaget.