



# Høgskulen på Vestlandet

## Pedagogikk og elevkunnskap 2b 5-10

LU2-PEL415

### Predefinert informasjon

|                       |                               |                        |                            |
|-----------------------|-------------------------------|------------------------|----------------------------|
| <b>Startdato:</b>     | 16-05-2018 09:00              | <b>Termin:</b>         | 2018 VÅR                   |
| <b>Sluttdato:</b>     | 23-05-2018 14:00              | <b>Vurderingsform:</b> | Norsk 6-trinns skala (A-F) |
| <b>Eksamensform:</b>  | Bacheloroppgave               | <b>Studiepoeng:</b>    | 15                         |
| <b>SIS-kode:</b>      | 203 LU2-PEL415 1 B-1 2018 VÅR |                        |                            |
| <b>Intern sensor:</b> | Trond Egil Arnesen            |                        |                            |

### Deltaker

|                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| <b>Navn:</b>        | Roger Blokhus Ekeland |
| <b>Kandidatnr.:</b> | 24                    |
| <b>HVL-id:</b>      | 135948@hvl.no         |

### Informasjon fra deltaker

|                            |   |  |
|----------------------------|---|--|
| <b>Tittel *:</b>           | Korleis påverkar bakgrunnsfaktorane kjønn og fysisk aktivitetsnivå kroppsøvingsundervisninga? |  |
| <b>Antall ord *:</b>       | 10695   |  |
| <b>Navn på veileder *:</b> | Trond Egil Arnesen og Kirsti Frugård  |  |
| <b>Egenerklæring *:</b>    | Ja  | <b>Jeg bekrefter at jeg har registrert oppgavetittelen på norsk og engelsk i StudentWeb og vet at denne vil stå på vitnemålet mitt *:</b> Ja |

### Gruppe

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Gruppenavn:</b>                | Einmannsgruppe                                  |
| <b>Gruppenummer:</b>              | 15  |
| <b>Andre medlemmer i gruppen:</b> | Deltakeren har innlevert i en enkeltmannsgruppe |

Jeg godkjenner avtalen om publisering av bacheloroppgaven min \*

Ja



Høgskulen  
på Vestlandet

# BACHELOROPPGÅVE

”Korleis påverkar bakgrunnsfaktorane kjønn og fysisk aktivitetsnivå kroppsøvingsundervisninga?”

Ei kvantitativ undersøking.

”How does the background factors gender and physical activity level affect physical exercise education?”

A quantitative study.

**Roger Blokhus Ekeland**

**Kandidatnummer 24**

Pedagogikk og elevkunnskap 2b

LU2-PEL415

Høgskulen på Vestlandet, Stord, Grunnskulelærerutdanninga 5 -10

**Rettleiar: Trond Egil Arnesen og Kirsti Frugård**

**23. Mai 2018**

Eg stadfestar at arbeidet er sjølvstendig utarbeida, og at referansar/kjeldetilvisingar til alle kjelder som er brukt i arbeidet er oppgitt, *jf. Forskrift om studium og eksamen ved Høgskulen på Vestlandet, § 10*

## Samandrag

Statistisk sentralbyrå kom i 2017 ut med statestikk på standpunktkarakterane frå elevane som gjekk ut frå ungdomsskulen same år. Statestikken viste oss at kroppsøving var det einaste faget på ungdomsskulen der gutane gjorde det betre enn jentene. Dette, saman med ein nysgjerrigheit hjå meg om korleis dei som er mest fysisk aktive gjer det i kroppsøving samanlikna med dei som er mindre fysisk aktive. Med desse to bakgrunnsfaktorane enda eg på følgjande problemstilling:

### **”Korleis påverkar bakgrunnsfaktorane kjønn og fysisk aktivitetsnivå kroppsøvingsundervisninga?”**

Teorigrunnlaget i oppgåva tek utgangspunkt i kjønn og aktivitetar ungdom driv med på fritida. Her har eg blant anna nytta meg av to rapportar frå Norsk institutt for forskning om oppvekst velferd og aldring (NOVA) (2011 og 2014), Helsedirektoratets sine anbefalingar om fysisk aktivitet (2016) og Deci og Ryan sin sjølvrådeteori (2000a).

Metoden som er nytta er kvantitativ og er utført ved hjelp av spørjeskjema. Utvalet består av 48 elevar på 9. og 10. trinn ved ein ungdomsskule på Vestlandet.

Resultata frå spørjeundersøkinga visar at det er forskjell mellom kjønna i kroppsøvingfaget, og at det er gutar som likar faget best, dei opplev oftare meistring, følar seg tryggare i faget og får betre karakterar i kroppsøving enn det jentene gjer. Det viste seg og at det var store forskjellar når det kom til kor aktive elevane er på fritida, og korleis dette påverka kroppsøvingfaget. Det viste seg at over 80% av elevane som oppfyller Helsedirektoratets anbefalingar om ein time med fysisk aktivitet om dagen (2016), får karakteren 5 eller 6 i kroppsøving, medan bare 20% av elevane som ikkje oppfyller anbefalingane får karakteren 5 eller 6.

Konklusjonen til denne studien er at det visar seg at gutane gjer det betre enn jentene i kroppsøving, og at det kjem av fleire faktorar som meistring i faget, dei likar aktivitetar i faget betre og det at dei følar seg tryggare i faget enn det jentene gjer. Når ein kjem til fysisk aktivitetsnivå kan ein sjå at dei som brukar meir enn 6 timar av fritida si i veka på fysisk aktivitet, likar faget svært godt, likar konkurransar, følar seg tryggare i faget, opplev oftare meistring og får mykje betre karakterar i kroppsøving enn dei elevane som brukar mindre enn 6 timar av fritida per veka i fysisk aktivitet.

## Innholdsforteikning

|  |           |
|--|-----------|
| BACHELOROPPGÅVE.....                         | 1         |
| SAMANDRAG .....                              | 2         |
| <b>INNHALDSFORTEIKNING.....</b>              | <b>3</b>  |
| <b>1.0 INNLEIING OG PROBLEMSTILLING.....</b> | <b>4</b>  |
| <b>2.0 TEORI.....</b>                        | <b>6</b>  |
| 2.1 TEORETISK PERSPEKTIV .....               | 6         |
| 2.1.1 KJØNN.....                             | 6         |
| 2.1.2 AKTIVITET .....                        | 7         |
| 2.2 STYRINGSdokUMENT.....                    | 9         |
| <i>Opplæringslova om elevvurdering.....</i>  | <i>9</i>  |
| <i>Motivasjon og meistring.....</i>          | <i>9</i>  |
| 2.3 TIDLEGARE FORSKING .....                 | 10        |
| <i>Kjønn.....</i>                            | <i>10</i> |
| <i>Aktivitet.....</i>                        | <i>11</i> |
| <i>Motivasjon.....</i>                       | <i>12</i> |
| <b>3.0 METODE.....</b>                       | <b>15</b> |
| 3.1 VAL AV METODE .....                      | 15        |
| 3.2 UTFORMING AV SPØRJESKJEMA .....          | 15        |
| 3.3 UTVAL .....                              | 16        |
| 3.4 GJENNOMFØRING.....                       | 16        |
| <b>4.0 RESULTAT OG DRØFTING .....</b>        | <b>18</b> |
| 4.1 KJØNN SOM BAKGRUNNSFAKTOR .....          | 18        |
| 4.2 AKTIVITET SOM BAKGRUNNSFAKTOR.....       | 34        |
| OPPSUMMERING.....                            | 43        |
| <b>LITTERATURLISTA .....</b>                 | <b>45</b> |
| <b>VEDLEGG .....</b>                         | <b>48</b> |
| VEDLEGG 1 .....                              | 49        |
| VEDLEGG 2 .....                              | 50        |
| VEDLEGG 3 .....                              | 51        |

## 1.0 Innleiing og problemstilling

Eg valde å knyta oppgåva opp mot kroppsøvingsfaget, sidan eg har stor interesse og ønskjer å læra meir om faget. Til denne oppgåva har eg valt å sjå på forskjellar på kjønn, og fysisk aktivitet på fritida, og kva desse bakgrunnsfaktorane har å seie i kroppsøvingsfaget.

Bakgrunnen for at eg valt dette som tema var ein artikkel i Aftenposten publisert 16. Juni 2017, der statistisk sentralbyrå hadde funnet fram til at kroppsøving var det einaste faget der gutane gjorde det betre enn jentene. Og så ville eg også sjå om det var ein samanheng mellom fysisk aktivitet på fritida og kroppsøving. Med dette som bakgrunn enda eg opp med ein slik problemstilling:

**”Korleis påverkar bakgrunnsfaktorane kjønn og fysisk aktivitetsnivå for kroppsøvingsfaget?”**

Det er blitt gjort liknande forskning innanfor kjønn og kroppsøving tidlegare, blant anna av statistisk sentralbyrå som kom med talla som visar at kroppsøving er det einaste faget der gutar gjer det betre enn jenter. NOVA har blant anna laga ein rapport over ungdom sine treningsvanar der dei presenterer interessante funn, blant anna forskjellar mellom treningsvanar for gutar og jenter (Seippel, Strandbu og Sletten, 2011).

Eg har valt å sjå på bakgrunnsfaktorane kjønn og fysisk aktivitetsnivå. Eg kunne også valt å tatt med bakgrunnsfaktorar som foreldre sitt utdanningsnivå og minoritets- og majoritetsbakgrunn, men valte å avgrensa oppgåva til to bakgrunnsfaktorar med tanke på arbeidsmengde og omfang av oppgåva. Og då var det kjønn og fysisk aktivitetsnivå som virka mest interessant i mitt tilfelle.

Eg kjem til å bygge opp oppgåva med teori knytt til kjønn og aktivitet. Eg vel og å ta med teori om motivasjon og meistring knytt til faget. I teoridelen av oppgåva vil eg og presentera styringsdokument og tidlegare forskning om temaet. Eg har også ein metodedel der eg går inn på valet om kvifor kvantitativ metode blei brukt, og om spørjeskjemaet eg nytta i oppgåva.

Til slutt vil eg presentera resultata og drøfta desse med teorien og egne meiningar knytt til kjønn og fysisk aktivitetsnivå, og korleis desse bakgrunnsfaktorane påverkar kroppsøvingsfaget.

## 2.0 Teori

### 2.1 Teoretisk perspektiv

Eg har valt å ta med bakgrunnsfaktorane kjønn og idrettsleg aktivitetsnivå i mitt teoretiske perspektiv til denne oppgåva.

#### 2.1.1 Kjønn

Det er biologisk bestemt kva for kjønn ein er, sett ut ifrå fysiske forskjellar der ein skil mellom han- og hokjønn. Ifølge Bourdieu (2000) er den biologiske forskjellen mellom kjønna, den maskuline og feminine kropp, med på å konstruera oppfatninga i samfunnet at det er forskjell. Kjønn er med på å definera identitet, altså noko som gjer ein bevisst på om ein er gut eller jenta. Menneskjer er ikkje kjønnsnøytrale (Imsen, 2008).

Kjønn kan ver av betydning for kva interesser, erfaringar, opplevingar, verdiar og haldningar eleven har med seg inn i kroppsvøvingundervisninga.... Det er viktig at det planleggjas og gjennomførast kroppsvøvingundervisning som tar omsyn til variasjonen av interesser, erfaring og motivasjon blant gutar og jenter. (Brattenborg, Engebretsen, 2013, s.164).

Imsen (2008) peiker på den sosiale læringsteorien, og at den kan forklara forskjellsbehandlinga av gutar og jenter. Det er også dokumentert at barn og ungdom lærar seg handlingsmønster tilpassa sitt biologiske kjønn ved å imitera rollemodellar.

Ved å ha kunnskap og erfaringar med forskjellar på kjønna skapar ein oss eit godt didaktisk grunnlag for refleksjon, noko som kan føra til meir tilrettelagt kroppsvøvingundervisning for både jenter og gutar (Brattenborg & Engebretsen, 2007).

I 2008 blei det gjennomført ei stor undersøking av NOVA for kunnskapsdepartementet. Undersøkinga såg på nasjonale og internasjonale kjønns-skilnadar i skuleprestasjonar, og handlar om tre ulike primærnivå: Individ, system og skulen i samspel med andre forhold. (Backe-Hansen, Walhovd, Huang 2014). Medan eg har valt å ha fokus på individ og systemnivå i denne oppgåva.

Det finnes fleire studiar som visar forskjellar i motivasjon blant jenter og gutar i ulike aldrar, for eksempel ved at jenter som gruppe er meir prestasjonsmotiverte og engasjerte i skolearbeidet enn gutar som gruppe. Men studiane er ikkje eintydige, og graden av



motivasjon avhenger også av ei rekke andre forhold som problembelasting, sosial bakgrunn og etnisk tilhørsle. (Backe-Hansen, Walhovd, Huang 2014).

Forskinga har fokusert spesielt på arbeidarklassegutar og korleis deira sjølvbilete, aspirasjonar osv. ikkje passar med en middelklasseprega skulekvardag. Men det finnes opposisjonelle elevstiler både blant gutar og jenter, og elevenes kjønnskonstruksjonar oppstår i samspill med andre faktorar. (Backe-Hansen, Walhovd, Huang 2014).

På 1970- og 1980-tallet var teoriar om gutars dominans over jenter, og usynleggjeringa av jentene både frå medelevar og lærerar, framherskjande. Samtidig kunne teoriane om mannlig dominans vanskelig forklare kvifor gutar oppnår dårlegare skuleresultat enn jenter.

Ein utbredt forklaring på gutars dårlegare skuleprestasjonar er at skulen i aukande grad har blitt feminisert. Kjernen hevdas å være at læreryrket langt på veg har blitt eit kvinneyrke. Det kan ha skjedd endringar i skulekulturen som følgje av dette, som gjør at den passar betre for jenter som dermed premierast meir. Meir spesifikt antakast det at jenter lærar betre av kvinnelige pedagogar, mens gutar lærer meir av mannlege pedagogar. (Backe-Hansen, Walhovd, Huang 2014). Endringar i skulens arbeidsformer kan kanskje forklare prestasjonsforskjellar mellom gutar og jenter, særlig knyt til auka ansvar for eigen læring, og meir opne undervisningsformer der dei sosialt flinke vert premiært. Dermed får jentene ein fordel. Når det gjeld matematikk og kroppsøvingfaget, der gutar tradisjonelt gjer det betre – eller litt betre – enn jenter, har nokre vært opptatt av at gutar er meir opptatt av og mestrer konkurranseliknande situasjonar betre enn jenter. Men heller ikkje her er resultata eintydige. (Backe-Hansen, Walhovd, Huang, 2014).

### 2.1.2 Aktivitet

Kjønn kan ver av betydning for kva interesser, erfaringar, opplevingar, verdiar og haldningar eleven har med seg inn i kroppsøvingundervisninga.... Det er viktig at det planleggjas og gjennomførast kroppsøvingundervisning som tar omsyn til variasjonen av interesser, erfaring og motivasjon blant gutar og jenter. (Brattenborg, Engebretsen, 2013, s.164).

Idrett og friluftsliv er den viktigaste organiserte fritidsaktiviteten på alle alderstrinn. Gutar driv med litt meir idrett enn jenter, og aktiviteten minkar med alderen. Likevell driv rundt 70% av ungdomsskuleelevane med idrett. (Vaage, 2012). Det statestatikken ikkje seier noko om, er at mange jenter går over til uorganiserte aktivitetar som jogging, jazzballett, aerobic

eller dans. (Fasting og Sisjord, 2000). Gutane held fast ved harde idrettar kvar det er fysisk styrke og som gjeld, mens jentene vel rolegare aktivitetar som gir meir allsidig og balansert trening. (Imsen, 2014).

I tidsbruksundersøkinga utført av statistisk sentralbyrå 2010, kom det fram at omtrent halvparten av dei som driv med idrett/friluftsliv per døgn, brukte tid på konkurranseidrett eller trening. På dette feltet var gutane meir aktive enn jentene. Blant 9-12-åringar var det for eksempel slik at 30 prosent av gutane og 18 prosent av jentene brukte tid til dette per døgn. Dei som brukte tid på denne forma for fritidsaktiviteter, brukte ein god del av fritida si til dette. I aldersgruppa 9-12 år var tida 1 time og 38 minutt, blant 13-15-åringar var tida 1 time og 50 minutt. (Vaage, 2012).

Hordaland idrettskrets starta i 2008 prosjektet ”idrett og skule – Hand i hand mot heildagsskulen”. Bakgrunnen for at dei starta prosjektet var at Norges idrettsforbund kjørar eit liknande prosjekt på landsbasis med midlar frå Kunnskapsdepartementet. Hovudmålet er å få med seg dei minst aktive, og tilretteleggja for idrett og fysisk aktivitet, slik at alle får oppleve glede og meistring. Får ein opplevd dette vil det bli lettare å få gode aktivitetsvanar tidleg, som igjen vil slå positivt ut for folkehelsa i landet. Tiltak som vil bli nytta er blant anna kompetanseheving av SFO-ansatte og elevar i ungdomsskulen, idrettstimar for elevar i ungdomsskulen, fagdagar i idrett og i tillegg vil kretsen hjelpe til med støtte til lokale idrettslag som har eigne SFO-tiltak (Landaas, 2015.).

## 2.2 Styringsdokument

### Opplæringslova om elevvurdering

Opplæringslova seiar det at elevar i grunnskulen frå 8. trinn skal vurderast med talkarakterar. Ein skal nytta ein skala frå 1 til 6, der bare heile karakterar skal brukast. Karakteren 1 betyr at eleven har svært låg kompetanse i faget, karakteren 2 betyr at eleven har låg kompetanse i faget, karakteren 3 betyr at eleven har nokså god kompetanse i faget, karakteren 4 betyr at eleven har god kompetanse i faget, karakteren 5 betyr at eleven har mykje god kompetanse i faget og karakteren 6 betyr at eleven har framifrå kompetanse i faget. (jf. Kapittel 14.2)

Det er den politiske leiinga i landet som fastsetter og utformar karaktersystemet. Det er politiske ideologiar som gjer at ein aukar eller reduserer bruken av karakterar. Argumentet blant dei som er for auka bruk av karakterar høyrer ein ofte at ”elevane og foreldra ynskjer sjølv karakterar, og at dei derfor har rett til det.” ”Det å bli vurdert og rangert blant andre er ein menneskerett.” ”Samfunnet generelt er konkurranseorientert, kvifor er det da så skammelig at skulen også er det?” Her ser ein konturane av den individualistiske og liberalistiske tenkinga som har rotfeste i oppdragelsesideologien på heimeplanet (Imsen, 2014, s.457).

Ulikt frå andre fag, skal innsatsen til eleven ver ein del av grunnlaget til vurdering i kroppøving. Kompetansemåla seiar at eleven sine fysiske føresetnadar er ein del av vurderinga, og skal ikkje samanliknast med andre elevars kompetanse, som inneber at det er forskriftsstridig å leggja til grunn eit normrelatert vurderingsprinsipp, til dømes ein normalfordelingskurve (Utdanningsdirektoratet, 2013).

### Motivasjon og meistring

Kunnskapsdepartementet kom i 2012 fram til ein strategi for ungdomstrinnet, ”Motivasjon og meistring for betre læring”. Denne strategien gikk ut på ei felles satsing på klasseleiing, rekning, lesing og skriving. Bakgrunnen til denne satsinga kom av statestikk og forskning som viste at elevars motivasjon for læring var lågast på ungdomstrinnet. Føremålet for opplæringa er at ein skal leggje vekt på opplæringa, og gi alle barn og unge kunnskapar, haldningar og verdiar som gjer dei i stand til å delta i arbeids- og samfunnslivet og meistra eige liv. For å oppretthalda dette på ungdomstrinnet har regjeringa komme fram til tre overordna mål for

grunnskuleopplæringa. At alle skal inkluderast og oppleve meistring, alle skal fullføra vidaregåande opplæring og alle skal beherske grunnleggjande ferdigheter som å skrive, rekne, lese, bruke digitale verktøy og uttrykkja seg munnleg. Dette skal gjennomførast ved å gjer opplæringa på ungdomstrinnet meir variert og praktisk. Ein skal styrke opplæringa i dei grunnleggjande ferdigheitene, elevane skal få fleire opplevingar av meistring og auka motivasjon og læring. Alle elevar vil få igjen for styrking av klasseleiing og satsinga på dei grunnleggjande ferdigheitene, også dei fagleg sterke elevane. Satsinga skal føregå i alle fag (Kunnskapsdepartementet, 2012).

## 2.3 Tidlegare forskning

### Kjønn

”Kroppsøving er det einaste faget der gutar gjer det betre enn jenter og oppnår høgare standpunktkarakter enn jentene.” (statistisk sentralbyrå, 26.09.2017.) Tidlegare forskning frå dei siste tiåra visar at gutane dominerer kroppsøvingundervisninga. Grunnen til dette har vist at undervisninga skjer på gutane sine premiss, og at dei er meir fysisk aktive, og at det var mange gutar som ”skjønte seg” på faget. (Brattenborg, Engebretsen, 2013, s.189).

Imsens undersøking frå 1996 bekreftar gutedominansen:

”Gutane likar fotball, andre ballspel, friidrett, øvingar/apparat og konkurransar betre enn jenter. Dette er samtidig dei arbeidsmetodane som blir hyppigast brukt. Dei er også relativt høgt verdsatt av jentene. Dei største forskjellane finn ein i forhold til dans og drama, som er klart betre likt blant jenter enn blant gutar. Dette er dei aktivitetane der er minst av.” (Imsen, 1996, s.51).

Aftenposten kom i 2017 med ein artikkel basert på statistisk sentralbyrå si forskning om standpunktkarakterane i ungdomsskulen, og den viste det at jentene har betre karakterar i alle fag, utan om kroppsøving. Forskjellane i kroppsøvinga er marginale, 4,6 i snitt for gutane, medan jentene hadde eit snitt på 4,5. Medan i fag som samfunnsfag, framandspråk og norsk, visar jentene til betrakteleg betre karakterar enn gutane. I norsk hovudmål hadde jentene ein standpunktkarakter på 4,2, medan gutane hadde 3,5. Også i realfaga, som tradisjonelt har vore

gutars sterke side, får jentene best karakterar, og slikt har det vore i mange år (Sørgjerd, 2017).

Tidlegare har det vert tydelege forskjellar når det kjem til kva arena gutar og jenter trenar på, med gutar i fleirtal i idrettslege aktivitetar som fotball, handball, osv., og jenter i fleirtal på treningssentera. Forskinga til NOVA visar at desse forskjellane blir mindre og mindre. I 2010 viste det seg at det var tilnærma lik deltaking i idrettslege aktivitetar og på treningssentera, medan jenter har noko høgare tal på eigentrening. Samla gjer det at det i 2010 var noko fleire jenter enn gutar som er fysisk aktive (Seippel, Strandbu og Sletten, 2011.).

## Aktivitet

NOVA visar til ein rapport utført av Seippel, Strandbu og Sletten i 2011, om treningsvanar og sosiale skiljelinjer i treningsvanar hjå ungdom i dag. Skiljelinjene dei har brukt er kjønn, alder, majoritets- /minoritetsbakgrunn og om foreldra har god eller dårleg økonomi. Dei undersøker også på kva arena ungdommen trenar på, om det er i idrettslag, treningssenter eller på eiga hand.

Datainnsamlinga frå rapporten er henta frå 1992, 2002 og 2010, så ein får ein peikepinn på korleis utviklinga til ungdommen styrer seg til.

Utviklinga visar til at medlemskap i idrettslag er veldig høgt, på over 2 millionar medlemmer i 2009. Ser ein på endringar dei siste 20 åra visar NOVA-rapporten at det var mindre medlemmer i 2002 enn i 1992, for at det da auka igjen til 2010, som gjorde at det var omtrent like stor prosentdel av ungdommen som var medlem av eit idrettslag i 1992 og i 2010 (47% i 1992 mot 45% i 2010) (Seippel, Strandbu og Sletten, 2011.).

Rapporten visar også at trening i idrettslag minskar frå rundt 60% til om lag 50% i løpet av ungdomsskuleåra, og at trening på treningssenter aukar frå litt under 20% til over 30% i løpet av same perioden. Den visar også at prosentdelen på dei som ikkje trenar i det heile går ned frå 24% i 8.klasse, til 22% i 10.klasse (Seippel, Strandbu og Sletten, 2011.).

Anbefalingar frå helsedirektoratet seiar at barn og unge bør ver i fysisk aktivitet i minimum 60 minuttar kvar dag. Aktiviteten bør ver variert og intensiteten både moderat og hard.

Dei legg til at fysisk aktivitet utover dette vil gi helsegevinstar i det lange løp. Dei seiar og at ein bør ha aktivitet med høg intensitet minst tre gonger i veka, og inkludera øvingar og aktivitetar som gir auka muskelstyrke og styrkar skjelettet.

Eit resultat frå kartlegginga helsedirektoratet gjennomførte i 2011, visar at 43% av jentene og 58% av gutane på 15 år tilfredstill anbefalingane om 60 minutt med moderat aktivitet til dagen.

Kartlegginga visar oss også at anbefalingane senk med aukande alder, og at dagen for ein 15 åring består av 70% stillesitting (Helsedirektoratet, 2011).

## Motivasjon

Definisjonen på motivasjon:

”Motivasjon er eit teoretisk begreip som brukas til å forklare kva som forårsakar aktivitet hjå individet, kva som held denne aktiviteten ved like, kor mykje innsats som settas inn, og kva som gir den retning, mål og meining.” (Imsen, 2014, s.294). Ifølge Imsen (2014, s.293.) handlar motivasjon om korleis følelsar, tankar og fornuft tvinnar seg saman og gir farge, driv og glød til dei handlingane me utførar. Det ligg følelsar og forventningar forut for ein aktivitet, det følgjer med medan me utførar aktiviteten, og det legg seg som eit slør rundt erindringa om handlinga. Motivasjon heng nøye saman med aktivitet, læring og trivsel, og er ein viktig føresetnad for at elevane skal få eit godt utbytte av opplæringa i skulen og følar seg anerkjend i det sosiale fellesskapet.

## Sjølvrådeteori og motivasjon

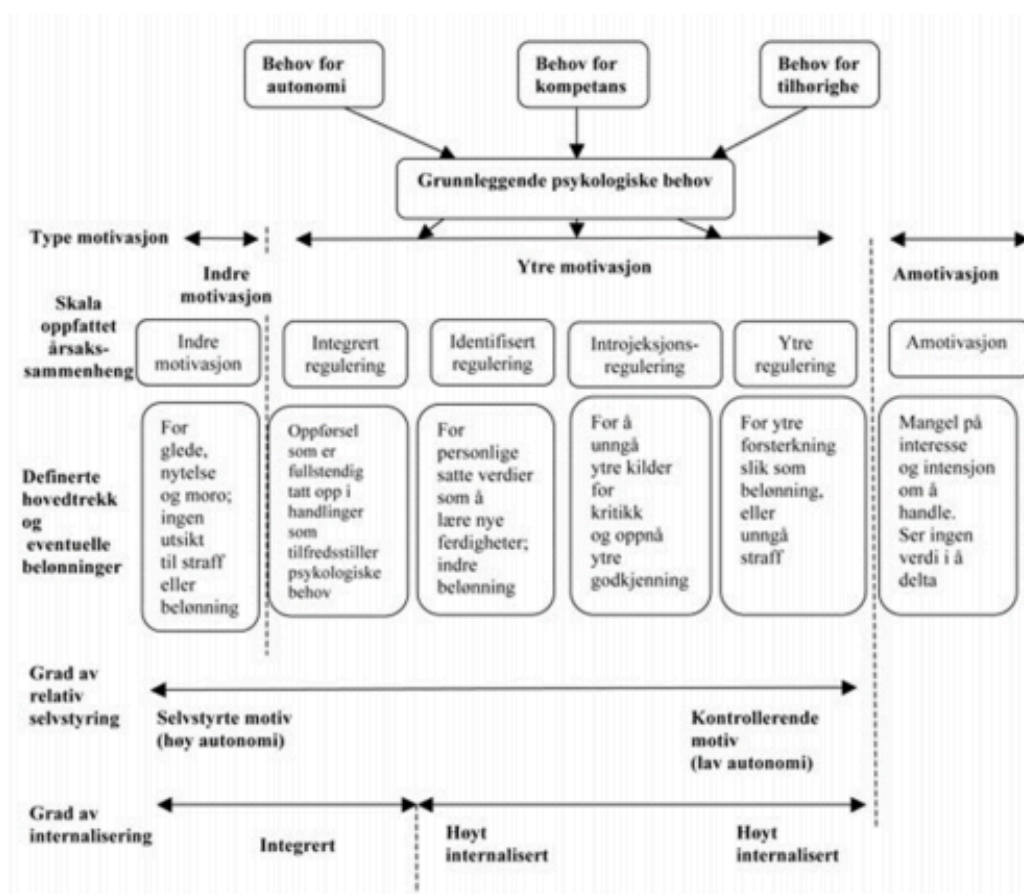
Edward Deci og Richard Ryan står bak sjølvrådeteorien, og blant litteraturen deira kan ein sjå at dei meiner at autonomi, kompetanse og tilhøyrsløse er grunnleggjande behov som ligg til grunn for at menneskjer skal oppleve optimal motivasjon og sjølvkjensle. Autonomi visar til behovet for å vere kjelda til og bestemma over eigne handlingar, kompetanse blir sett på av Deci og Ryan som eit grunnleggjande menneskeleg behov, medan tilhørsle refererer til individets behov og kjensle til sosiale relasjonar. Individets sosiale utvikling er avhengig av desse behova. Indre motivasjon er eit resultat av at autonomi, kompetanse og tilhørsle er tilfredsstillt, og blir på denne måten drivkrafta og grunnlaget for aktivitet.

Indre motivasjon handlar om fasen om tilfredsstilling, utvikling og glede, og er på denne måten knytt til behovet for kompetanse ved at det stimulerer til ein interesse for å utvikle kompetanse og ferdigheitar. (Ryan & Deci 2000a). Det å oppnå kompetanse er tilfredsstillande, samtidig som følinga av suksess kan gi auka oppleving av kompetanse. Ein kan altså seie at indre motivasjon og behovet for kompetanse heng tett saman.

I motsetning til indre motivasjon finn ein ytre motivasjon. Ein aktivitet er ytre motivert når målet er noko anna enn sjølve aktiviteten, som økonomisk vinning, karakterar osv.

Graden av autonomi kan variera stort i ytre motiverte handlingar. Ein kan til dømes delta i ein aktivitet på grunn av at det er obligatorisk, som i kroppsøving, og oppleve liten eller ingen grad av autonomi, eller ein kan delta på bakgrunn av den fysiske vinninga i å delta i aktiviteten, altså ein deltar av ein annan grunn enn aktiviteten i seg sjølv, men for eit framtidig mål. (Ryan & Deci 2000a).

Grunna aukande krav frå omgjevnader som skule og idrettslag om deltaking, vil graden av indre motivasjon minska dess høgare klassetrinn.



Figur 1. Skjematisk framstilling av teorien om sjølvråde, men hovudtrekka i tre av delteoriane: Teorien om grunnleggjande psykologiske behov, teorien om kognitiv evaluering og teorien om organisk integrasjon. (Fritt oversatt etter Ryan og Deci 2007, s. 8) Henta frå Jakobsen (2012).

Fleire studiar har sett på det å oppnå trivsel er å tilpassa undervisning til elevar sine ynskjer og interesser, samtidig som ein føl elevane tett opp og ser til at elevane finn seg til rette i kroppsøvingsundervisninga (Lagestad, 2017).



## 3.0 Metode

### 3.1 Val av metode

Problemstillinga mi, **”Korleis påverkar bakgrunnsfaktorane kjønn og fysisk aktivitetsnivå kroppøvingundervisninga?”** Her skal eg skriva om forskjellar hos kjønna og på idrettsaktivitet som gjer utslag på kroppøvinga. Eg er ute etter å finna gjennomsnittlege forskjellar ved ulike grupperingar, og ved slike undersøkingar krev data i form av målbare einingar, som gir oss kvantitativ metode.

Ved kvantitativ metode blir alle deltakerane spurt om dei same spørsmåla i same rekkefølge, og det blir ofte gitt svaralternativ. Denne typen metode gir derfor i liten grad fleksibilitet og ein kan derfor enkelt samanlikna svara på tvers av deltakarane og settingar. (Christoffersen, Johannessen, 2012, s.17). Svakheita til denne typen metode når ein jobbar med forholdsvis store data er at ein ikkje ser enkelteleven. Det at det blir satt gjennomsnitt gjer at elevar blir satt i båsar, og ein ser på eleven meir som eit resultat enn eit individ. Derfor er det viktig å presisera at talla frå spørjeundersøkinga ikkje er ein fasit, men kan gi ein peikepinn over korleis dei forskjellige gruppene gjer det.

### 3.2 Utforming av spørjeskjema

Å lage spørjeskjema består både i å reflektera over kva opplysningar ein er ute etter, vurderer korleis fenomen kan operasjonaliserast, samt praktisk utforming. Det spesielle med utforming av pre-koda spørjeskjema, til forskjell frå observasjon og kvalitative intervju, er at ein må veta på førehand kva ein skal spørja om. (Christoffersen, Johannesen, 2012, s.129).

Spørjeskjemaet (vedlegg 3) opnar med spørsmål om kjønn, klassetrinn før det går over på spørsmål om korleis dei likar faget kroppøving, korleis motivasjonen til faget er, trygghet i faget, samt idrettsaktivitet på fritida og kva emne innanfor kroppøvinga ein likar og ikkje likar.

Spørjeskjemaet har i hovudsak nytta ein femdelte skala, to opne spørsmål og ein par spørsmål der ein skal rangera fag og emne frå 1-6, over kor godt ein likar det. Ut ifrå spørsmåla sin

eigenart og ordlyd har eg nytta meg av følgjande skalaer:

1. Svært dårleg – Dårleg – Nøytral – Godt – Svært godt
2. Aldri – Sjeldan – Av og til – Ofte - Alltid

### 3.3 Utval

Sidan eg vil sjå på trekk hjå gjennomsnittet av delar av elevgrupper vil eg ta eit tilfeldig utval av elevar i denne undersøkinga. Ved tilfeldig utval er det sannsynleg at ein vil få eit representativt utval, det vil seia at det er sannsynleg at ein får eit representativt utval, som betyr at ein vil få eit utval som kan representere alle einingar i populasjonen (Christoffersen, Johannesen, 2012). Eg valte å spørje eit nokolunde lik mengd elevar i 9.- og 10.-klasse. Elevane vil og bli delt inn i grupper som går på kjønn og idrettsaktivitet. Her vil eg sjå på forskjellar og samanhengar knytt til desse grupperingane.

### 3.4 Gjennomføring

Undersøkinga vert gjennomført på 4 dagar, avhengig av korleis det passa for lærarane i dei forskjellige klassane. Totalt var det 24 gutar og 24 jenter som deltok i undersøkinga. Det var 3 elevar som ikkje svarte på alle spørsmåla i undersøkinga, 2 gutar som ikkje svara på spørsmål 16-19, då desse var på siste sida reknar eg med at dei ikkje har sitt dei, medan ei jente ikkje svara på spørsmål 9, utan at eg trur dette har noko å seia for utfallet i undersøkinga, ettersom talet på fråveret av svar var relativt lågt.

#### 3.4.1 Etikk

Under førebuinga av oppgåva sendte eg ut førespurnad til rektor ved skulen om å få gjennomføra undersøkinga (Vedlegg 1). Før spørjeundersøkinga skulle gjennomførast, vart det levert ut informasjonsskriv til foreldre, der eg fortalde om undersøkinga og kva eg ville spørje om (Vedlegg 2). Der det også vart presisert at undersøkinga var anonym, at deltakinga var frivillig, og at all innsamla data ville bli handsama konfidensielt og sletta når oppgåva vart levert.

### 3.4.2 Rehabiliter og validitet

I all forskning er det spørsmål om kvar pålitelige data er. På forskingspråket betegnast dette som *reheblitet*, frå det engelske *reliability*, som oversatt til norsk er pålitelegheit. Rehabiliter er knytt til nøyaktigheten av undersøkinga sine data, kva data som brukast, den måten det samlast inn på, og korleis det vert nytta (Christoffersen, Johannessen, 2012). Her nytta eg data for å finne gjennomsnittlege verdiar og sette opp diagram som visar likheit og forskjellar mellom grupperingane.

”Data er som sagt ikkje selve virkeligheten, men representasjonar av den.” (Christoffersen, Johannessen, 2012, s. 24). Validitet kjem frå det engelske ordet *validity*, som tydar gyldigheit på norsk. I spørjeundersøkinga (vedlegg 3) til oppgåva var eg ute etter å finna gjennomsnittlege forskjellar mellom gutar og jenter, samt forskjellar på dei som opprettheld anbefalingane frå helsedirektoratet på 1 time med fysisk aktivitet per dag, og dei som ikkje gjer det. For å få gyldigheit i oppgåva valte eg å nytta meg av eit språk eleven ville forstå, dei må og veta kva informasjon dei skal henta fram i svara, og så må dei og veta kva for målestokk dei skal bruka når dei svarar. Som er grunnen til at eg brukte 5-svarsskala og rangering frå 1-6.

## 4.0 Resultat og drøfting

Her i denne delen av oppgåva vil eg sjå på ulike resultata eg fekk etter å ha utført spørjeundersøkinga og drøfta desse. Eg har vald å først sjå på resultata mellom gutar og jenter, for så å sjå på forskjellar mellom aktivitetsnivåa. Ved aktivitet har eg valt å skilja mellom dei som er i aktivitet meir og mindre enn 6 timar i veka på fritida, slik at ein får eit skilje mellom dei som oppfyller helsedirektoratet sine anbefalingar på minst ein time fysisk aktivitet i løpet av dagen, og dei så ikkje gjer det. Her plussar eg på 1,5-2 timar med kroppsøvingsundervisning i løpet av veka, slik at ein får over 7 timar i veka med fysisk aktivitet.

Eg har valt i denne delen av oppgåva å dela opp resultata frå undersøkinga i ulike emne. Dette vil eg gjere med å presentere resultata innanfor eit emne først, for så å drøfte dette emne, før eg begynner med å presentere eit nytt emne og drøfte dette. Når eg er ferdig med å presentere og drøfte alle emna, vil det komme ei oppsummering.

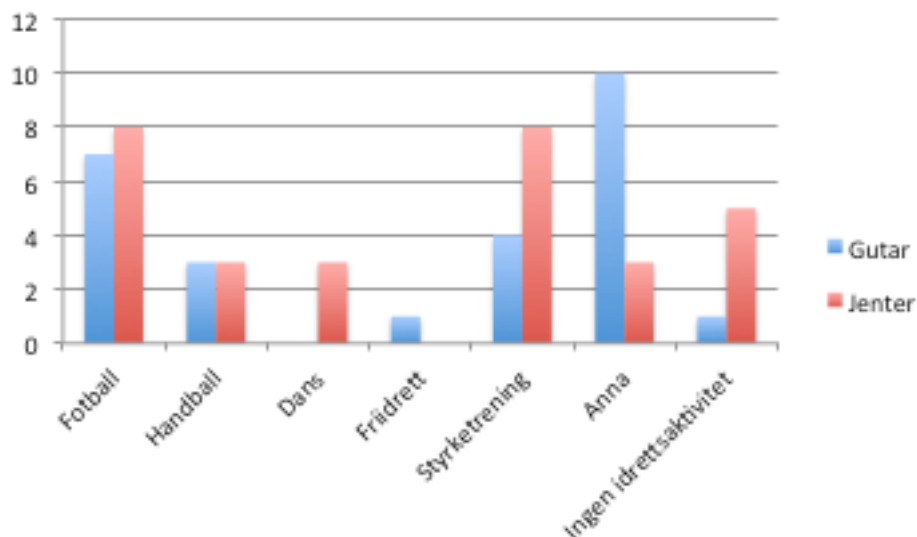
Ved kjønn som bakgrunnsfaktor har eg valt å gå inn på aktivitetar og interesser, konkurranse og trygghet, elevvurdering og lærar og motivasjon og meistring til sist. Etter dette går eg inn på aktivitet som bakgrunnsfaktor og har også her sett på motivasjon og meistring, elevvurdering, og konkurranse og trygghet til sist.

### 4.1 Kjønn som bakgrunnsfaktor

Her vil eg presentera nokre av resultata der eg har delt inn i kjønn for å samanlikna innanfor emna aktivitetar og interesser, konkurranse og tryggleik, elevvurdering og lærar, og til sist motivasjon og meistring. Det var 24 gutar og 24 jenter som deltok i spørjeundersøkinga.

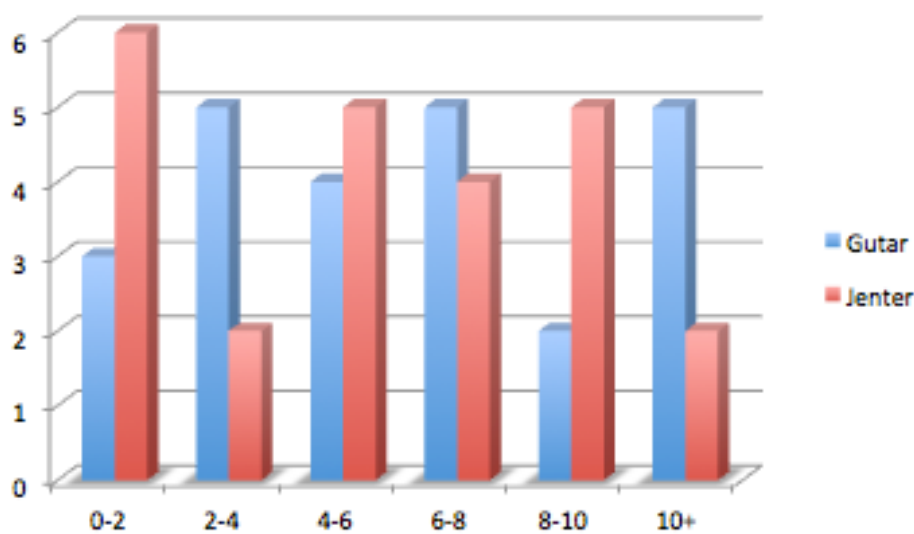
#### Resultat av aktivitetar og interesser

Her vil eg presentera resultata frå spørjeundersøkinga som gjekk på aktivitetar og interesser knytt til kroppsøvfaget. Her har eg tatt med resultata frå spørsmål 3, 4, 5, 13, 14 og 15 frå spørjeskjemaet (Vedlegg 3), samt sett på og vurdert kor godt elevane som driv med ein aktivitet på fritida likar aktiviteten i kroppsøvingsundervisninga. Etter resultata vil eg drøfte rundt det som er presentert.



Figur 2. Spørsmål 3: Driv du med ein idrettsaktivitet på fritida?

Figur 2 visar fordelinga over kva idrettar/aktivitetar elevane som deltok på spørjeundersøkinga driv med på fritida. Den visar at hjå jentene er fotball og styrketrening det mest populære, men at det også er interesse for dans, handball, turn, volleyball og riding. Hjå gutane er og fotball og styrketrening dei mest populære aktivitetane, medan tennis, judo, skating og skøyter også er aktivitetar som vert utført på fritida. Viss ein ser på "ingen idrettsaktivitet" ser ein at det er *eit* tilfelle hjå gutane, medan det er 5 tilfelle hjå jentene.



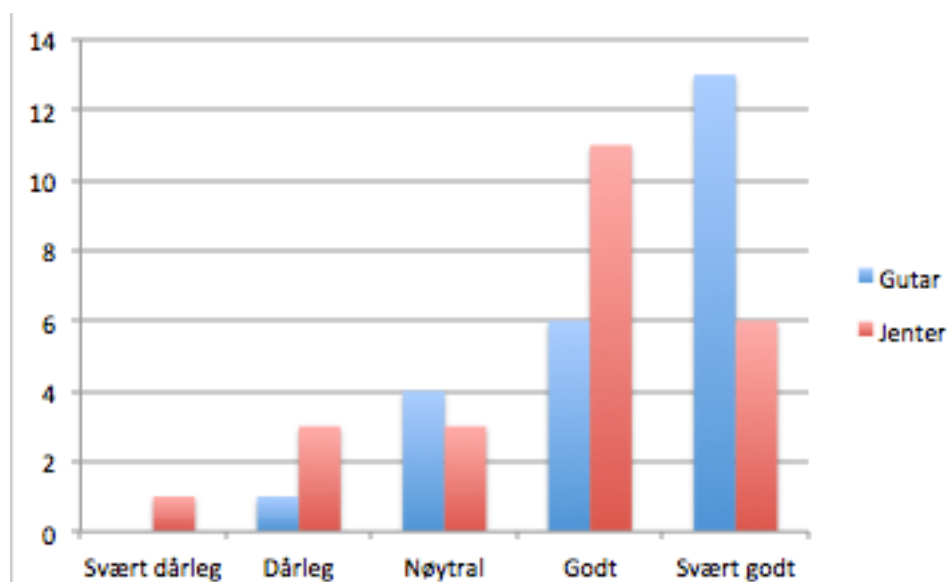
Figur 3. Spørsmål 4: Kor mange timar brukar du på fysisk aktivitet i løpet av veka?

Figur 3 visar kor mange timar av fritida si elevane brukar på fysisk aktivitet i løpet av ei veka.

Ein kan sjå utifrå diagrammet at 3 gutar svarar at dei brukar mellom 0-2 timar i veka på idrettsaktivitet eller trening. 5 gutar svarar at dei brukar mellom 2-4 timar, medan 4 stykk brukar mellom 4-6 timar. Det vil altså seia at 12 av 24 gutar brukar mindre enn 1 time i fysisk aktivitet i løpet av veka, i snitt. Av dei resterande 12, brukar 5 stykk mellom 6-8 timar, 2 stykk mellom 8-10 timar og heile 5 deltakarar i spørjeundersøkinga brukar meir enn 10 timar i fysisk aktivitet i veka.

Hjå jentene kan ein sjå at det er 6 av deltakarane som brukar mindre enn 2 timar på fysisk aktivitet i veka. 2 av jentene frå undersøkinga brukar mellom 2 og 4 timar på fysisk aktivitet, medan 5 brukar mellom 4 og 6 timar på idrettsaktivitet eller trening i løpet av veka.

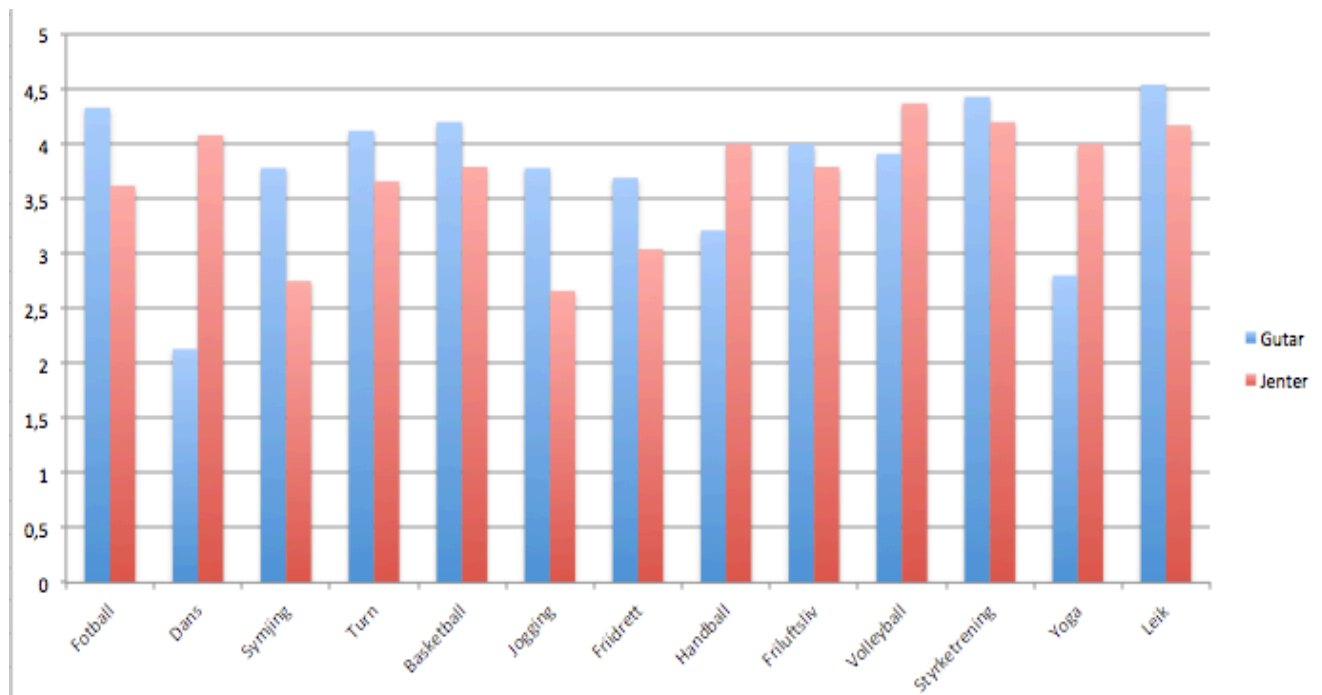
Det vil då seie at 13 av 24 jenter brukar mindre enn 1 time med fysisk aktivitet til dagen, i løpet av ei veke. 4 jenter brukar mellom 6-8 timar, 5 jenter brukar 8-10 timar og 2 jenter brukar meir enn 10 timar i veka på fysiske aktivitetar.



Figur 4. Spørsmål 5: Kor godt likar du kroppsøving som fag på skulen?

Figur 4 visar kor godt elevane som deltok likar faget kroppsøving på skulen. Som ein kan sjå utifrå diagrammet ser ein at faget er populært både hjå gutane og jentene. Viss ein ser på statistikken blant gutane kan ein sjå at 13 av 24 deltakarar likar faget svært godt, medan 6 av dei resterande 11 likar faget godt. 4 gutar er nøytrale til kor godt dei likar kroppsøving, medan ein likar faget dårleg. Ingen av gutane i undersøkinga har kryssa av for at dei likar faget svært dårleg.

Hjå jentene kan ein sjå at 17 av 24 elevar likar faget ”godt” eller ”svært godt”, medan 3 er ”nøytrale”, 3 likar faget ”dårleg” og ein elev tykjar ”svært dårleg” om kroppsøving.



Figur 5. Spørsmål 13: Ranger disse emna i kroppsøving frå 1-6, der 6 er best likt, og 1 er dårligast likt.

Figur 5 visar kor godt elevane likar nokre av dei ulike emna i kroppsøvingfaget. Elevane fekk i oppgåve å gi emna karakter frå 1-6, der 6 er best likt, og 1 er dårlegast likt.

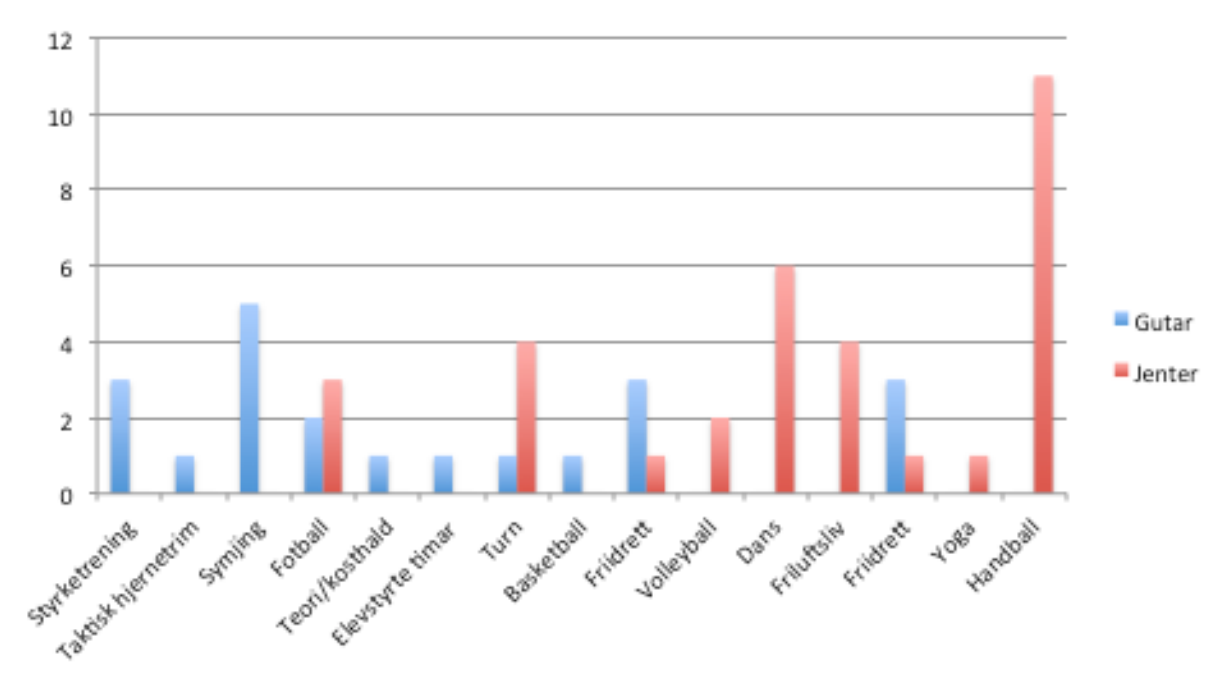
Figuren visar oss at gutane likar heile 9 av emna betre enn jentene, medan jentene likar 4 av emna betre enn gutane.

Av emna gutane likte betre enn jentene har ein fotball (4,33 mot 3,62 i snitt), symjing (3,78 mot 2,75 i snitt), turn (4,12 mot 3,66 i snitt), basketball (4,2 mot 3,79 i snitt), jogging (3,78 mot 2,66 i snitt), friidrett (3,69 mot 3,04 i snitt), friluftsliv (4 mot 3,79 i snitt), styrketrening (4,43 mot 4,2 i snitt) og leik (4,54 mot 4,17 i snitt). Av desse ser ein at det er store skilnadar innanfor fotball, der ein har 0,71 karakter i skilnad, symjing, der ein har 1,03 karakter i skilnad og i jogging, der ein har 1,12 karakter i skilnad.

Innanfor emna jentene likte best har ein dans (4,08 mot 2,13 i snitt), handball (4 mot 3,21 i snitt), volleyball (4,37 mot 3,91 i snitt) og yoga (4 mot 2,8 i snitt). Innanfor tre av fira av desse emna er det store forskjellar. I dans har ein 1,95 karakter skilnad, noko som er den største differansen innanfor dette spørsmålet. I handball har ein 0,79 karakter skilnad, medan i yoga ser ein 1,2 karakter i skilnad mellom kjønna.

Viss ein ser på emna friluftsliv, styrketrening, leik, basketball og friidrett kan ein sjå at det ikkje er alt for store forskjellar, men at gutane likar det litt betre enn jentene. Ein kan også

nemna at friluftsliv, basketball, styrketrening, volleyball og leik er populært hjå begge kjønna utan dei store skilnadane.

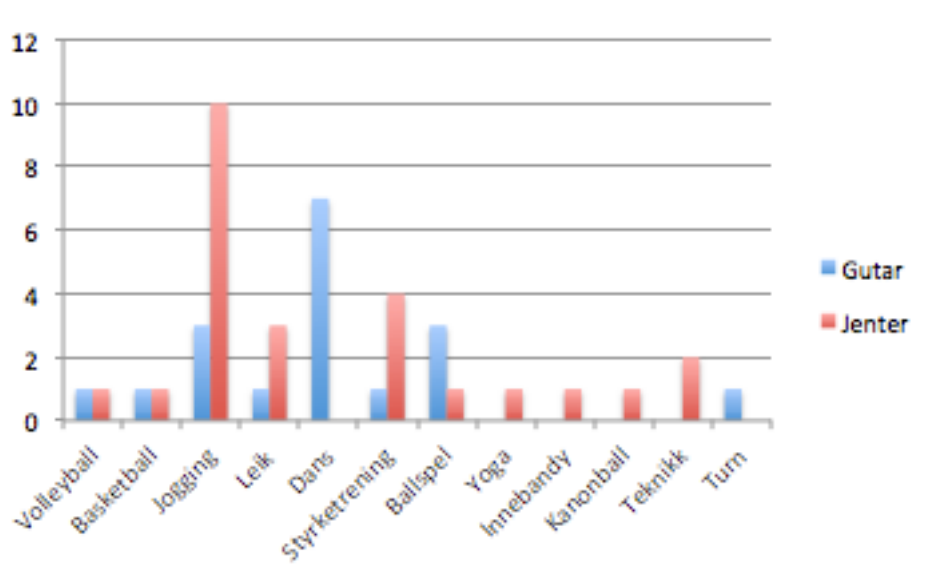


Figur 6. Spørsmål 14: Er det nokre tema du syntest det er for lite av i kroppsøving?

Figur 6 kjem frå eit opent spørsmål frå spørjeundersøkinga der spørsmålet var om det var nokre tema dei syntest det var for lite av i kroppsøvingsundervisninga. Her er det store skilnadar på kjønna. Blant gutane er symjing det dei fleste etterspør, der det er 5 stykk som har svara at dei syntest det er for lite av det, på dei påfølgjande plassane fylgjer friidrett og styrketrening på 3, fotball med 2 stemmer og basketball, teori om kosthald, elevstyrte timar, turn og hjernetrim-øvingar med ei stemme kvar.

Hjå jentene har handball fått heile 11 stemmer, medan 6 stykk har svara at dei tykkjer det er for lite dans i kroppsøvingstimane. Friluftsliv og turn har fått 4 stemmer kvar, medan fotball har fått 3 og volleyball 2. Friidrett og yoga blei også nemnd som mangelvare i kroppsøvingstimane med ei stemme kvar.

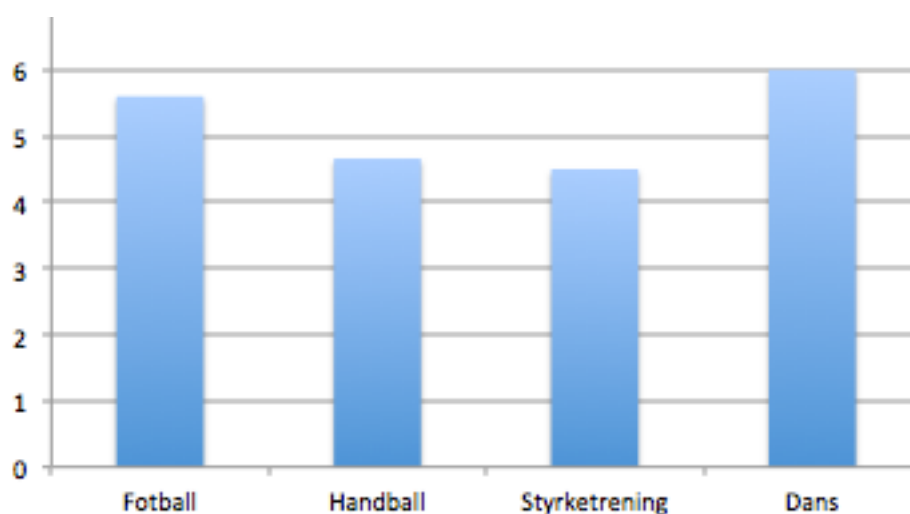




Figur 7. Spørsmål 15: Er det nokre tema i kroppsøving du syntes det er for mykje av i kroppsøving?

Figur 7 visar kva for aktivitetar elevane synes det er for mykje av i kroppsøvingstimane. Blant gutane kan ein sjå at volleyball, basketball, leik, styrketrening og turn er blitt nemnd ein gang kvar som aktivitetar gutane synest det er for mykje av. Jogging og ballspel har fått 3 stemmer kvar, medan dans er den aktiviteten flest gutar synest det er for mykje av, med 7 stemmer.

Hjå jentene meiner heile 10 stykk at dei har for mykje jogging i kroppsøvingstimane. Styrketrening blir nemnd 4 gonger som ein aktivitet jentene følar det er for mykje av, leik nemnast 3 gongar, medan teknik fekk 2 stemmer. Volleyball, basketball, ballspel, yoga, inne-bandy og kanonball fekk blei også nemnd.



Figur 8, visar ein oversikt på ein skala frå 1-6, kor godt dei som driv med aktivitetar på fritida likar aktiviteten i kroppsøvingundervisninga.

Figur 8 visar oss eit gjennomsnitt over kor godt elevane som driv med aktivitetar på fritida likar aktiviteten dei driv med i kroppsøvingsundervisninga. Diagrammet visar oss at dei som driv med ein aktivitet på fritida også likar den aktuelle aktiviteten i kroppsøvingstimane. Fotball har eit gjennomsnitt på 5,6. Handball 4,66, Styrketrening 4,5 og dans har 6,0 i gjennomsnitt.

### Drøfting av aktivitetar og interesser

Ser ein på *figur 2 og 3* kan ein sjå fordelinga mellom idrettsaktivitetane mellom kjønna, og mykje tid elevane bruker på dette i løpet av veka. Ein kan sjå at det er forskjellar mellom kjønna og kva vel å bruka fritida si på. Ifølgje Tidsbrukerundersøkelsen (2010), driv rundt 70% av elevane på ungdomsskulen med idrettslege aktivitetar, her i denne undersøkinga ser ein at desse talla stemmer godt overeins med 68% som driv med forskjellige idrettar. Men her er det forskjellar hjå gutane og jentene, 83% av gutane i undersøkinga driv med idrett, medan 54% av jentene gjer det. Det Tidsbrukarundersøkinga ikkje hadde tal over var kor mange som går over til uorganiserte aktivitetar, her i denne undersøkinga visar det seg at 35% av elevane driv med uorganiserte aktivitetar som dans, styrketrening og liknande. Også her var det store forskjellar mellom kjønna, der 50% av jentene driv med uorganiserte aktivitetar, driv kun 20% av gutane med det. Så det Imsen (2014) seier om at gutane held seg til harde idrettar der fysisk styrke og konkurranse gjeld, og at jentene vel rolege aktivitetar som gir meir allsidig og balansert trening stemmer svært godt overeins med resultatata i denne undersøkinga.

Når me ser på kva for emne i kroppsøving jenter og gutar likar og ikkje likar kan ein sjå ut i frå *figur 5, 6 og 7* at Imsen sine uttalelsar om at fotball og andre ballspel er godt likt av begge kjønna, men da spesielt av gutane, også er aktuell blant elevane i denne undersøkinga.

Undersøkinga visar også det at dans er veldig populært blant jentene, medan det er det emnet som er dårlegast likt blant gutane. Imsen seiar også at dans er blant aktivitetane det er minst av, dette får ho medhald i av jentene i *figur 6*, medan gutane meiner at dans er ein av aktivitetane det er for mykje av (*figur 7*).

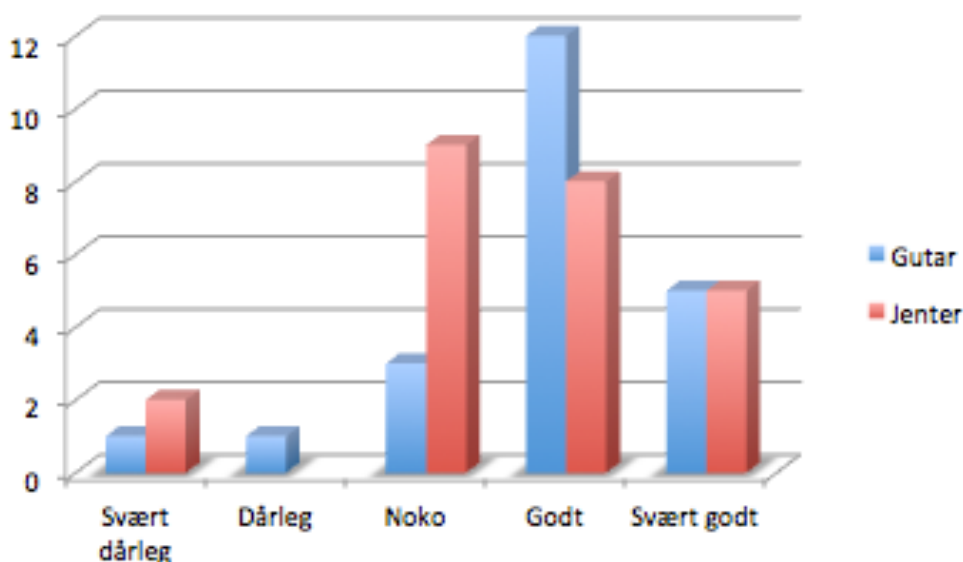
Figur 8 visar den oss at dei aktivitetane elevane brukar fritida si på, også er aktivitetar dei likar svært godt i kroppsøvingsundervisninga. Og da er ein inne på det med å tilpassa undervisninga til elevar sine ynskjer og interesser, for å oppnå trivsel og at elevane finn seg til rette i kroppsøvingsundervisninga (Lagestad, 2017). Behovet for tilhøyrslø er og ein av dei

grunnleggjande behova Deci og Ryan (2000a) legg til grunn for at menneskjer skal oppleva optimal motivasjon og sjølvkjensle. Og med å ha kroppsøvingstimar der ein nokre gonger tar utgangspunkt i kva nokre av elevane driv med på fritida vil ein og oppnå at desse elevane opplev optimal motivasjon gjennom kompetanse, for dette er noko dei øver på ofte, og meistrar. Autonomi, sidan dette er noko dei syntes er gøy, og derfor gjer det av eigen fri vilje. Tilhørslse ved at elev finn sin plass i klassen.

Ein ser også det at det stadig er nokre som ikkje er i aktivitet i det heile i løpet av ei veke, og dette har blant anna Hordaland Idrettskrets tatt tak i, ved blant anna å auka kompetansen på SFO-ansatte i skulen, idrettsdagar og liknande. Dette er for å få barn interesserte i aktivitet tidlegast mogleg, slik at dei driv med aktivitet lengst mogleg (Landaas, 2015.).

### Resultat av konkurranse og trygghet

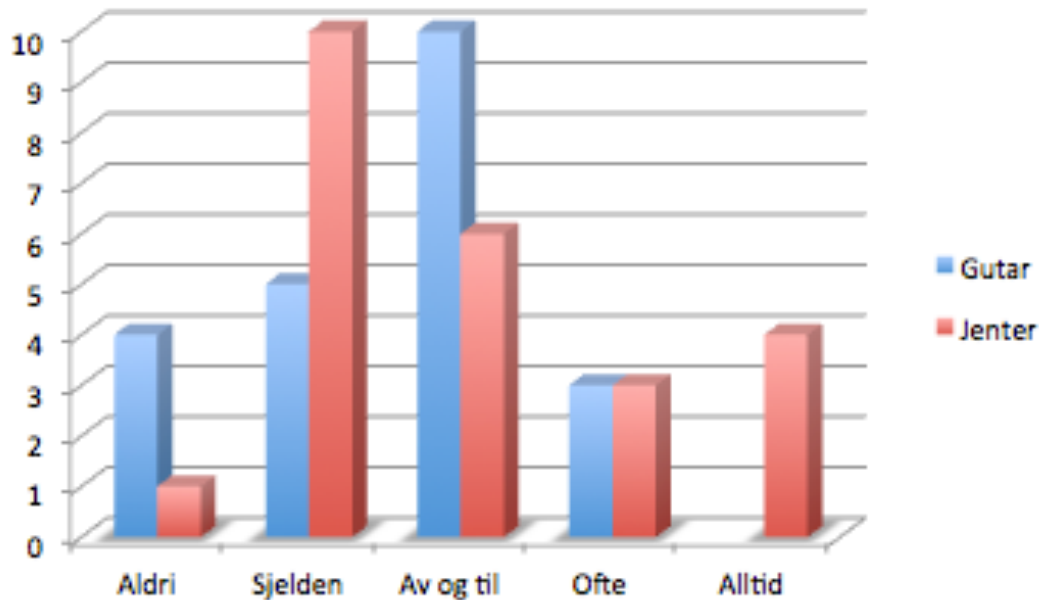
Her vil eg presentera resultata frå spørjeundersøkinga som gjekk på konkurranse og trygghet knytt til kroppsøvingfaget. Her har eg tatt med resultata frå spørsmål 17, 18 og 19 frå spørjeskjemaet (Vedlegg 3). Etter resultata vil eg drøfte rundt det som er presentert.



Figur 9. Spørsmål 17: Kor godt likar du konkurransar i kroppsøvingfaget?

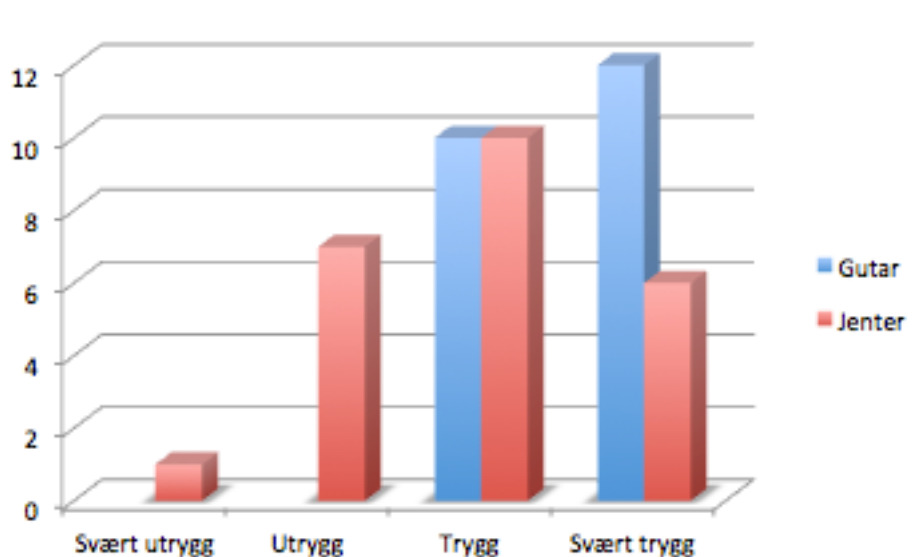
Figur 9 visar kor godt elevane i undersøkinga likar konkurransar i kroppsøvingstimane. Diagrammet visar at 1 gut og 2 jenter har svara at dei likar konkurransar ”svært dårleg”, samtidig som 1 gut har svara at han likar konkurransar ”dårlig”. 9 jenter syntes ”noko” om konkurransar medan 3 gutar svara det same. Under kategorien ”godt” fekk ein 12 svar frå

gutane, medan 8 av jentene meiner dei likar konkurranse ”godt”. 5 av gutane og 5 av jentene likar konkurranse ”svært godt” i kroppsøving.



Figur 10. Spørsmål 18: Syntes du det kan bli for valdsamt i konkurransesituasjon i kroppsøving?

Figur 10 visar oss dei forskjellige svara når elevane blei spurd om dei syntes det kan bli for valdsamt i konkurransesituasjon i kroppsøvingstimane. 4 av jentene i undersøkinga har svara at dei ”alltid” følar at det blir for valdsamt i konkurransesituasjon i kroppsøvingstimane, medan ingen av gutane syntes det same. 3 gutar og 3 jenter syntes det ”ofte” blir for valdsamt, medan 6 jenter og 10 gutar syntes det ”av og til” blir for valdsamt i konkurransesituasjon. Under kategorien ”sjelden” følar 5 gutar og 10 jenter seg treffen, medan ei jente seiar at ho ”aldri” følar at det blir for valdsamt, medan 4 gutar tykkjer det same.



Figur 11. Spørsmål 19: Kor trygg følar du deg i kroppøvingssklassen din?

Figur 11 viser oss diagrammet som viser oss kor trygge elevane som deltok på spørjeundersøkinga følar seg i kroppøvingstimane. Den viser at ingen av gutane følar seg ”svært utrygg” eller ”utrygg”, medan *ei* jente følar seg ”svært utrygg”, og 7 jenter følar seg ”utrygg” i kroppøving. 10 gutar og 10 jenter har svara at dei følar seg ”trygg” i undervisninga, medan 12 gutar og 6 jenter følar seg ”svært trygg”.

#### Drøfting av konkurranse og trygghet

Engebretsen og Brattenborg (2013) nemner dette med at kroppøvinga skjer meir på gutane enn jentene sine premiss, og eg trur det med konkurransesituasjon kan ha noko med det å gjere. Ser ein på figur 10 og 11, som går på kor ofte ein syntes det blir for valdsamt i konkurransesamanheng og trygghet i klassen, ser ein at 7 av jentene ”ofte” eller ”alltid” syntes det blir for valdsamt i konkurransesituasjon, mot 3 av gutane. Og ser ein på trygghet, kan ein sjå at 9 av jentene har kryssa av for at dei følar seg ”svært utrygg” eller ”utrygg”, medan ingen av gutane følar det slik. Figurane viser også at 55% av gutane følar seg ”svært trygg”, mot 25% hjå jentene, noko eg vil kategorisera som store forskjellar.

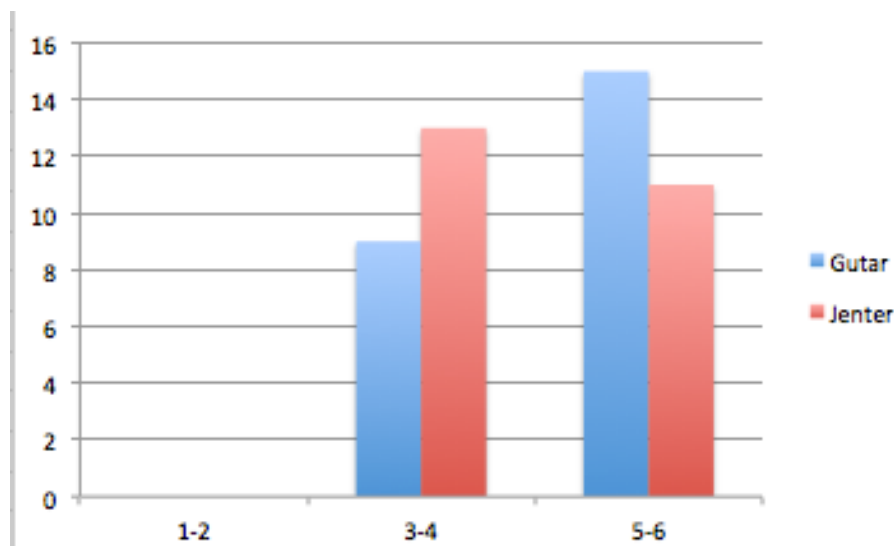
Tar ein også med figur 9, visar dette oss at Imsen (1996) også hadde rett angående konkurranse, at gutar likar også det betre enn det jentene gjer, og at det vert hyppig brukt i kroppøvingundervisninga. Også Backe-Hansen, Walhovd og Huang (2014) si forskning for NOVA om internasjonale kjønns-skilnadar i skuleprestasjonar var dei innom det at gutar meistrar og er meir opptatt av konkurranseliknande situasjonar enn det jentene er.

Figur 11 visar til kor trygge elevane følar seg i kroppøvingsfaget, resultatet visar at gutane

følar seg tryggare enn det jentene gjer, og dette kan ha uheldige konsekvensar meiner Deci og Ryan (2000a) når det kjem til mangel av tilhøyrslø i kroppsøvingfaget. Individet har behov for gode sosiale relasjonar, og individets sosiale utvikling og motivasjon er avhengig av at behovet for tilhøyrslø vert tilfredsstilt (Deci og Ryan 2000a).

### Resultat av elevvurdering og lærar

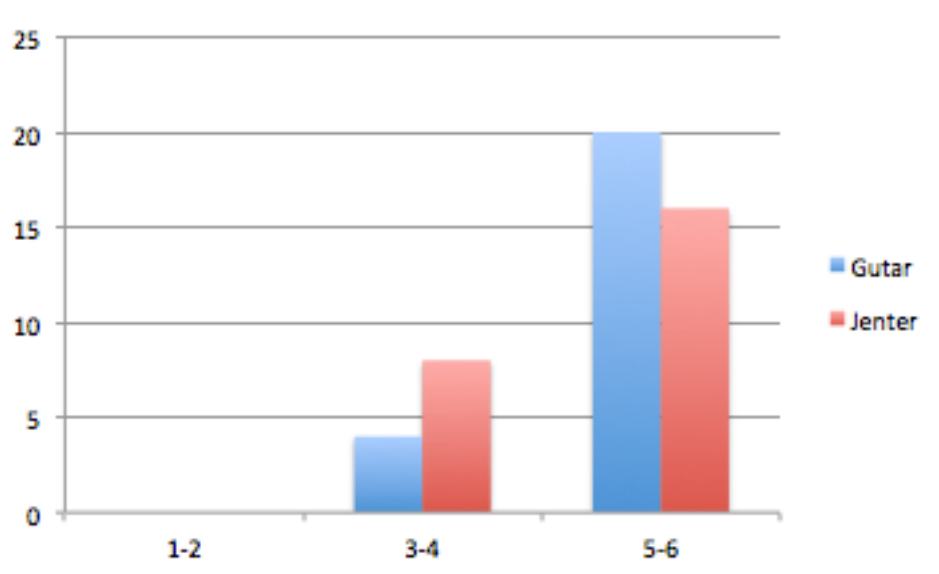
Her vil eg presentera resultatata frå spørjeundersøkinga som gjekk på elevvurdering og lærar. Her har eg tatt med resultatata frå spørsmål 8, 10, 11 og 12 frå spørjeskjemaet (Vedlegg 3). I tillegg har eg sitt på samanhengen mellom kjønn på lærar og elev, og kva innverknad dette har på karakteren. Etter resultatata vil eg drøfte rundt det som er presentert.



Figur 12. Spørsmål 8: Kva karakter fekk du i kroppsøving ved sist termin?

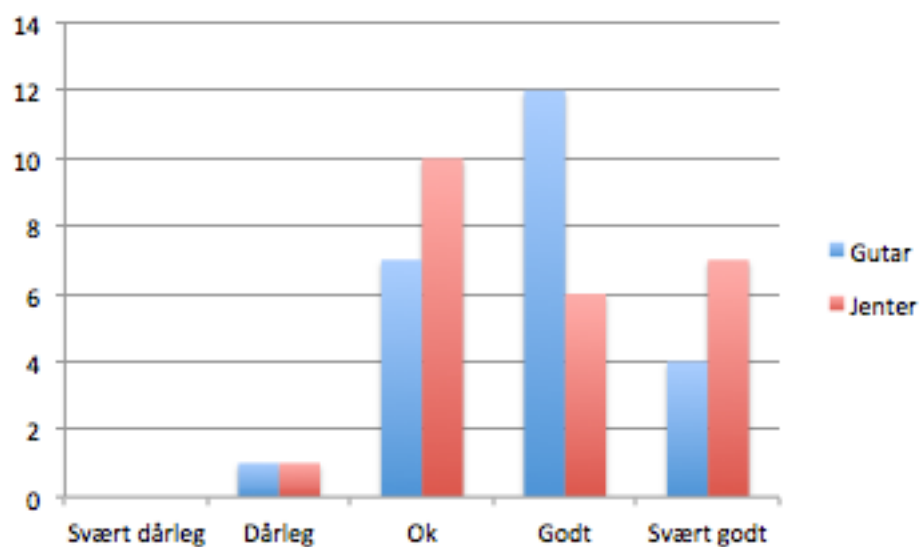
Figur 12 visar kva karakterar elevane som var med i undersøkinga hadde i kroppsøving ved førre termin. Den visar at ingen elevar fekk karakteren 1 eller 2. Ein kan sjå at 9 gutar og 13 jenter fekk karakteren 3 eller 4 ved sist termin, og at 15 gutar og 11 jenter fekk 5 eller 6 som karakter.

Det visar oss da at gutar får litt betre karakterar enn jenter i kroppsøving.



Figur 13. Spørsmål 10: Kva karakter syntes du at du fortener i kroppsøving?

Figur 13 visar oss kva karakterar elevane sjølv syntest dei fortener i kroppsøving. Ingen av elevane syntest at dei hadde fått ein høgare karakter enn det dei fortente, men 5 av dei 9 gutane som fekk karakteren 3 eller 4, syntest dei fortjente karakteren 5 eller 6. Trenden var lik også hjå jentene, der 5 av dei 13 som fekk karakteren 3-4, syntest dei fortjente 5 eller 6 som karakter i kroppsøving.

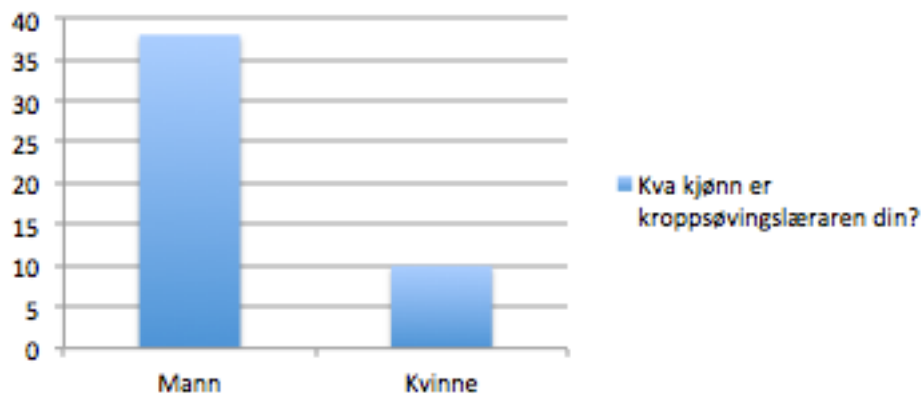


Figur 14. Spørsmål 12: Kor godt forhold har du til kroppsøvingslæraren din?

Figur 14 visar kor godt forhold elevane i undersøkinga har til kroppsøvingslæraren sin.

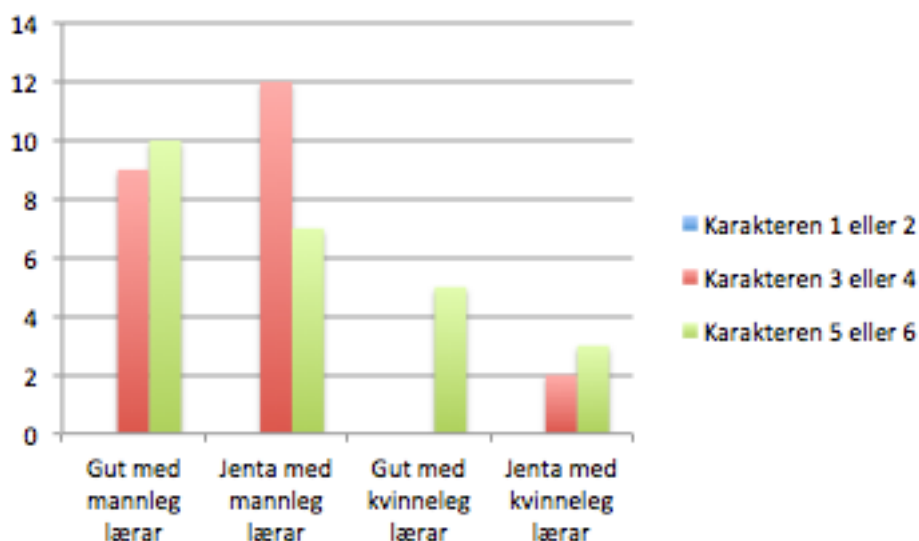
Ingen i undersøkinga har svara at dei har eit ”svært dårleg” forhold, medan ein gut og ei jente har svara at dei har eit ”dårleg” forhold til kroppsøvingslæraren.

7 av gutane og 10 av jentene seier dei har ein ”ok” relasjon til læraren, medan 12 gutar og 6 jenter meiner dei har eit ”godt” forhold til kroppsøvingslæraren sin. Under ”svært godt” ser ein at det er 4 gutar og 7 jenter.



Figur 15, spørsmål 11: Kva kjønn er kroppsøvingslæraren din?

Figur 15 visar oss fordelinga mellom mannlege og kvinnelege kroppsøvingslærere i denne undersøkinga. Den visar oss at det er ti av elevane i undersøkinga som har kvinneleg kroppsøvingslærer, medan heile 38 av elevane har ein mannleg kroppsøvingslærer.



Figur 16



Figur 16 visar oss sammenhengen mellom karakterar, kjønn på kroppsøvlingslærar og kjønn på eleven.

Den visar oss at mannlege lærarar gir oftare toppkarakterar til gutane, enn til jentene. Der 10 av 19 gutar med mannleg lærar har fått karakteren 5 eller 6, har kun 7 av 19 jenter fått karakterane 5 eller 6. Hjå dei kvinnelege kroppsøvlingslærarane har 5 av 5 gutar fått karakterane 5 eller 6, medan 3 av 5 jenter har fått ein av toppkarakterane.

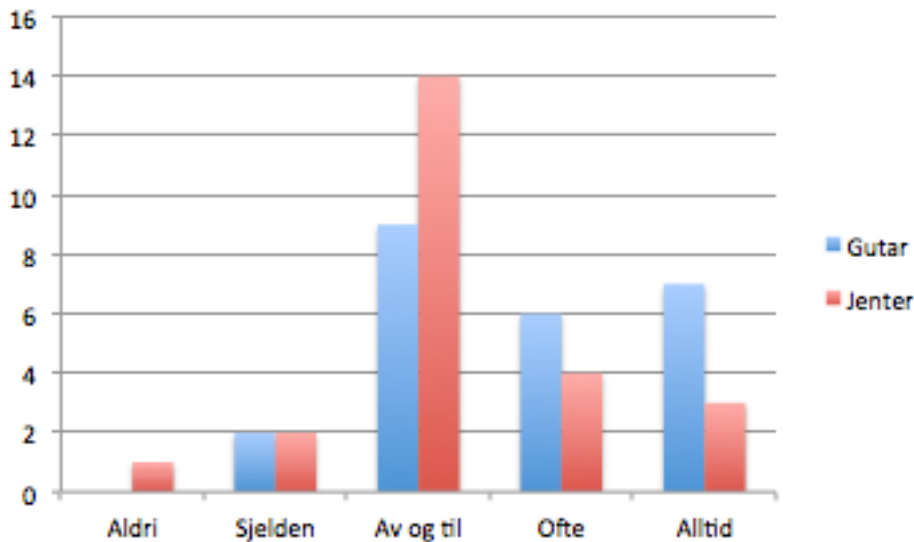
### Drøfting av elevvurdering og lærar

*Figur 12* stemmer overeins med det statistisk sentralbyrå og Aftenposten (Sørgjerd, 2017) la fram om karakterar i mellom kjønna på ungdomstrinnet, det at kroppsøving er det einaste faget der gutane gjer det gjennomsnittleg betre enn jentene. Ein gjennomgåande tanke hjå elevane er at dei syntes dei fortener karakteren 5 eller 6, med enkelte unntak (*figur 13*). Dette går veldig igjen hjå dei som driv med aktivitetar på fritida, som har fått karakterane 3 eller 4. Ved *figur 14*, ser ein korleis elevane ser på relasjonen mellom seg sjølv og læraren i kroppsøving. Ein legg merke til at dei fleste har eit ok eller bra forhold til kroppsøvlingslæraren sin, medan det også er nokre så meiner dei har eit dårleg forhold, og dette kan ha uheldige konsekvensar meiner Deci og Ryan (2000a) når det kjem til mangel av tilhøyrse i kroppsøvlingsfaget. Individet har behov for gode sosiale relasjonar, og individets sosiale utvikling og motivasjon er avhengig av at behovet for tilhøyrse vert tilfredsstilt (Deci og Ryan 2000a).

Ser ein på sammenhengen mellom kjønn på lærar og elev (*figur 16*), og kva det har å seie for karakterane. Det har blitt antatt at jenter lærar best av kvinnelege lærerar, og at gutar lærar best av mannlege lærarar (Backe-Hansen, Walhovd, Huang 2014), og denne påstanden kan ein dra parallellar til her, ettersom det visar seg det at jentene gjer det betre karakter-messig med kvinneleg kroppsøvlingslærar, enn med mannleg kroppsøvlingslærar. Nå var talet på elevar med kvinnelege kroppsøvlingslærar ganske lågt samanlikna med elevar med mannleg kroppsøvlingslærar (10 elevar med kvinneleg kroppsøvlingslærar mot 38 elevar med mannleg kroppsøvlingslærar), så resultatet kan ver litt kunstig med tanke på dette, men det visar og at elevar med kvinneleg kroppsøvlingslærar får betre karakterar enn elevar med mannleg kroppsøvlingslærar.

## Resultat av motivasjon og meistring

Her vil eg presentera resultata frå spørjeundersøkinga som gjekk på motivasjon og meistring knytt til kroppsøvingundervisninga. Her har eg tatt med resultata frå spørsmål 6 og 7 frå spørjeskjemaet (Vedlegg 3). Etter resultata vil eg drøfte rundt det som er presentert.

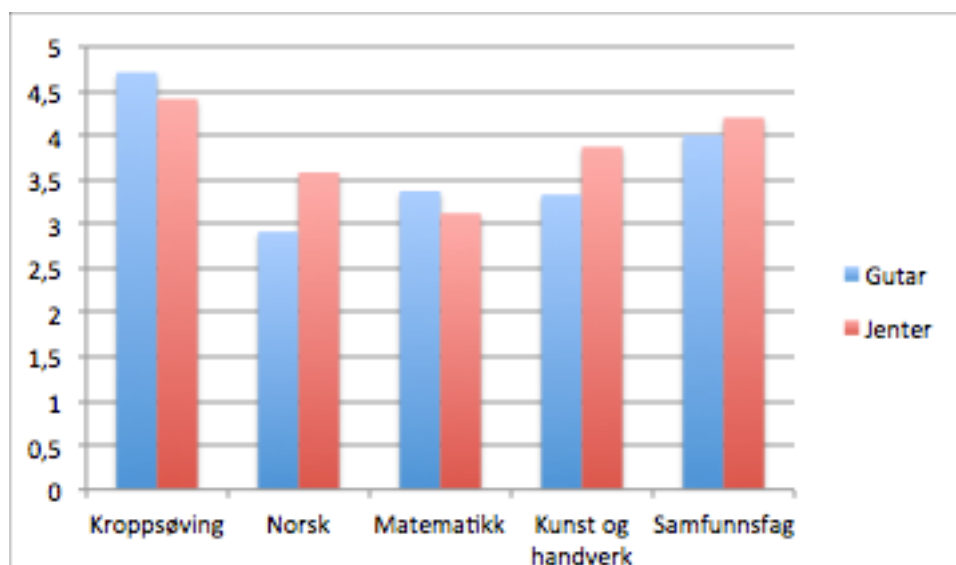


Figur 17. Spørsmål 6: Opplev du meistring i løpet av ein kroppsøvingstime?

Figur 17 visar om elevane opplever meistring i løpet av ein kroppsøvingstime. Som ein kan sjå ut ifrå diagrammet, opplever gutane oftare meistring enn jentene. Hjø gutane kan ein sjå at 7 av gutane har svara at dei "alltid" opplev meistring i løpet av ein kroppsøvingstime, medan 6 svarar at dei "ofte" opplever meistring i løpet av ein kroppsøvingstime. Dei fleste gutane har kryssa av for at dei "av og til" opplev meistring i kroppsøvingstimane, 9 i talet, medan 2 har kryssa av for "sjeldan". Ingen av gutane i undersøkinga har kryssa av for at dei "aldri" opplev meistring i kroppsøving.

Hjø jentene har heile 14 av 24 svart for at dei "av og til" opplev meistring i kroppsøvingstimane. Medan *ei* svarar at ho "aldri" opplev meistring i løpet av ein kroppsøvingstime og 2 svarar at dei "sjeldan" opplev meinstring i løpet av ein kroppsøvingstime.

På den positive sida kan ein sjå at 4 jenter svarar at dei "ofte" opplev meistring, mens 3 seier at dei "alltid" opplev meistring i kroppsøving.



Figur 18. Spørsmål 7: Kor godt likar du faget frå 1-6. (der 1 er dårligast likt og 6 er best likt)

Figur 18 visar kor godt elevane likar dei forskjellige faga. Som ein kan sjå likar både jentene og gutane kroppsøving best blant dei utvalde faga, med eit gjennomsnitt på 4,71 av 6 hjå gutane og 4,41 av 6 hjå jentene. Gutane likar altså kroppsøving betre enn det jentene gjer. I norsk kan ein sjå at gutane har eit gjennomsnitt på bare 2,95, medan jentene er oppe i 3,58 i snitt når ein spør om kor godt dei likar norsk på ein skala frå 1-6. Da var og har ein fann den største forskjellen i eit fag mellom kjønna.

I matematikk har jentene 3,12, medan gutane er oppe i 3,37.

I kunst og handverk er jentene oppe i eit snitt på 3,87, medan gutane er nede i 3,33.

I samfunnsfag, som visar seg til å vere det nest mest populære faget blant desse 5 utvalte faga, har eit snitt hjå jentene på 4,2, medan det har 4,0 i snitt hjå gutane.

Ein kan då sjå at gutane likar kroppsøving og matematikk best, medan jentene likar norsk, kunst og handverk og samfunnsfag best.

#### Drøfting av motivasjon og meistring

Kunnskapsdepartementet (2012) si satsing om motivasjon og meistring seiar at: "alle skal inkluderas og oppleve meistring", og skal oppfylla dette med å ha meir praktisk og variert opplæring. Denne undersøkinga visar at 10,5% av elevane som deltok "aldri" eller "sjeldan" opplever meistring i løpet av kroppsøvingstimane (figur 17), noko som vil seia at strategien ikkje er i mål i kroppsøvingfaget enda. Ein må også ta med seg at slike satsingar tar tid, og at ein ikkje kan konkludera med at denne satsinga er vellykka eller ikkje enda.

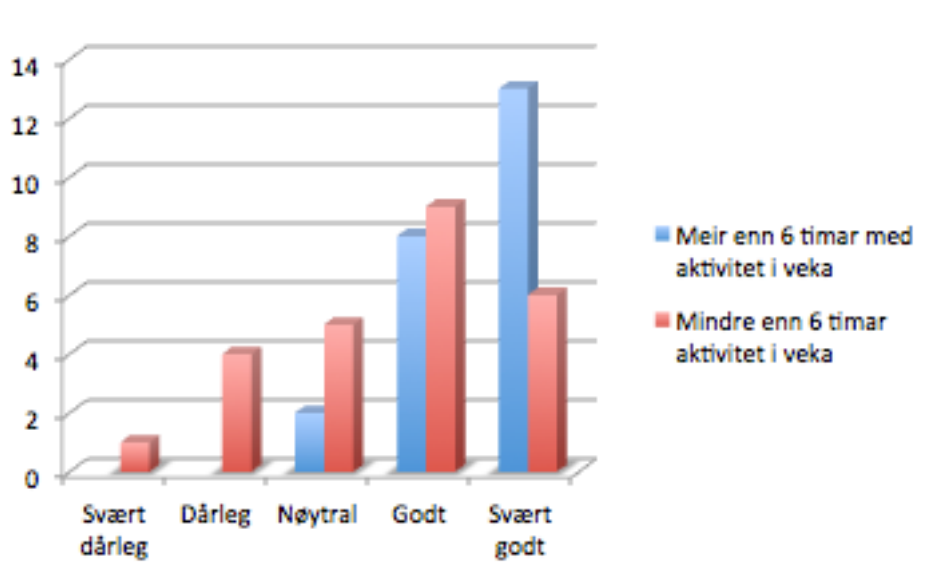
Ein kan også sjå ut ifrå figur 17 at gutar oftare opplev meistring i kroppsøvingstimane enn det jentene gjer, dette kan også ha noko med det med aktivitetane som blir lagt opp i kroppsøvingsundervisninga, og som me kan sjå ut ifrå figur 17, så visar den oss at gutane stort sett likar emna i kroppsøving litt betre enn det jentene gjer, og derfor har større motivasjon til å gjennomføra aktivitetane. Motivasjon er ifølgje Imsen (2014) det som forårsakar aktivitet hjå individa, det som held aktiviteten ved like, kor mykje innsats ein set inn, og kva som gir den mål, retning og meining. Og det faktum at gutane likar dei fleste aktivitetane litt betre enn det jentene gjer (figur 17), gjer at gutane får ein fordel med motivasjonen før, i og etter aktiviteten. Det ligg følelsar og forventningar før ein gjennomfører ein aktivitet, når ein gjennomfører aktiviteten, som og kan gjere at ein sit med ein mestringsfølelse i etterkant av aktiviteten (Imsen, 2014). Ein kan og sjå ut ifrå *figur 18* at gutane likar kroppsøving betre enn det jentene gjer, og at kroppsøving er faget begge kjønna liker best av dei utvalde faga.

#### 4.2 Aktivitet som bakgrunnsfaktor

Som ein kan sjå ut i frå figur 3 (Spørsmål 4: Kor mange timar brukar du på fysisk aktivitet i løpet av veka?), kan ein sjå at 23/48 av elevane i undersøkinga brukar meir enn 6 timar i veka på fysisk aktivitet, dette utgjer da 48% av elevane som vart med i spørjeundersøkinga. Ein kan då sjå at desse 48% er innanfor helsedirektoratet (2011) sine anbefalingar om ein time i fysisk aktivitet kvar dag. Tar ein for seg gruppa som er i aktivitet i mindre enn 2 timar i veka (19%), kan ein sjå at det er nokre prosent forskjell frå NOVA sin rapport som hevda at talet i 2010 var på mellom 22%-24% på ungdomstrinnet. (Seippel, Strandbu og Sletten, 2011.). NOVA-rapporten visar seg også å stemma innanfor styrketrening på ungdomstrinnet, der dei presenterer eit resultat på mellom 20%-30% i 2010, her i denne undersøkinga ligg på 25%.

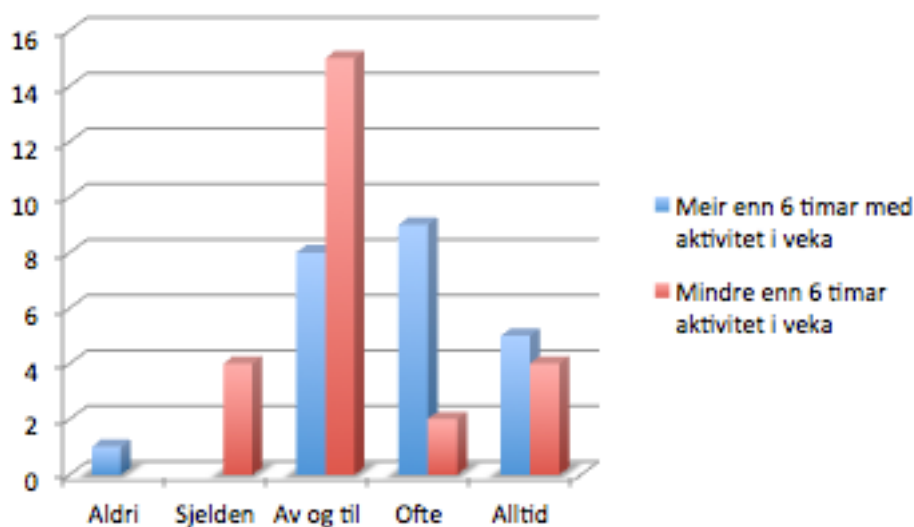
#### Resultat av motivasjon og meistring

Her vil eg presentera resultata frå spørjeundersøkinga som gjekk på motivasjon og meistring. Som ved motivasjon og meistring innanfor kjønn, har eg tatt med resultata frå spørsmål 5 og 6 frå spørjeskjemaet (Vedlegg 3). Etter resultata vil eg drøfte rundt det som er presentert.



Figur 19. Spørsmål 5: Kor godt likar du kroppsøving som fag på skulen?

Figur 19 visar oss kor godt dei to konstruerte gruppene likar kroppsøving som fag på skulen. Ein kan sjå utifrå diagrammet at det er ingen av dei som er i meir aktivitet enn 6 timar i veka som likar faget ”svært dårleg” eller ”dårleg”, medan i gruppa som har mindre enn 6 timar med aktivitet i løpet av veka har *ein* elev svara på ”svært dårleg” og 4 svart under ”dårleg”. Dei som er ”nøytrale” til faget kroppsøving kjem 2 stykk frå gruppa som er i aktivitet meir enn 6 timar i veka, medan dei er 5 stykk frå gruppa som trenar mindre enn 6 timar i veka. 8 av dei som er i aktivitet meir enn 6 timar i veka likar kroppsøving ”godt”, medan dei resterande 13 likar faget ”svært godt”. Faget er også godt likt av dei som er i aktivitet mindre enn 6 timar i løpet av veka, med 9 stykk som likar faget ”godt” og 6 stykk som likar faget ”svært godt”.



Figur 20. Spørsmål 6: Opplev du meistring i løpet av ein kroppsøvingstime?

Figur 20 visar om elevane i undersøkinga opplev meistring i løpet av ein kroppsøvingstime. Hjå dei som er i meir aktivitet enn 6 timar i veka kan ein sjå at det er *ein* elev som "aldri" opplev meistring i kroppsøvingstimane, medan ingen elevar har kryssa av for at dei "sjeldan" opplev meistring i timane. 8 stykk meiner at dei "av og til" opplev meistring, medan 9 av elevane følar dei "ofte" opplev meistring i løpet av ein kroppsøvingstime. 5 av elevane som er i aktivitet meir enn 6 timar i veka svarar at dei "alltid" opplev meistring i løpet av ein kroppsøvingstime.

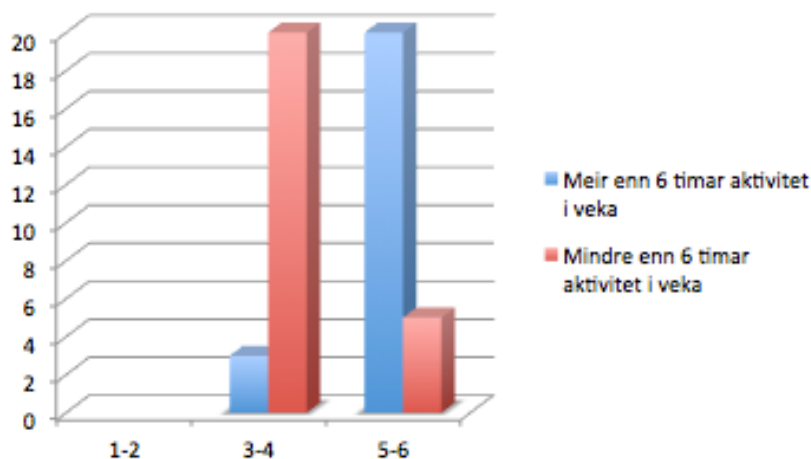
Viss ein flyttar fokuset over på dei som er i mindre enn 6 timar i aktivitet i løpet av veka kan ein sjå at ingen har kryssa av for at dei "aldri" opplev meistring i ein kroppsøvingstime, medan 4 av elevane følar at dei "sjeldan" gjer det. Heile 15 av elevane seiar dei "av og til" opplev meistring i løpet av kroppsøvingstimane, samtidig som 2 svarar at dei "ofte" opplev meistring. 4 elevar opplev "alltid" meistring i løpet av kroppsøvingstimane.

#### Drøfting av motivasjon og meistring

Ein kan sjå ut ifrå figur 19 og 20 at elevane som er i aktivitet meir enn 6 timar i veka oftare opplev meistring i kroppsøvingstimane og likar faget betre enn dei som er i aktivitet mindre enn 6 timar i veka. Dette har nok med interesser og ein større indre motivasjon for faget. Desse vil og ha dekkja ein større del av behovet for kompetanse, som Deci og Ryan ser på som essensielt for å oppleva indre motivasjon, og ein vil stimulera til ein interesse for å utvikla kompetanse og ferdigheitar (Deci & Ryan 2000a). Ein kan og peika på ytre motivasjon, som er veldig aktuell i kroppsøvingundervisninga, med ytre motivasjon meiner ein at ein deltar i aktivitetar på bakgrunn av ein anna grunn enn aktiviteten i seg sjølv (Deci & Ryan 2000a). I skulen har ein karakterar som ein "vinning" for mange av elevane, og ein deltar bare på bakgrunn av at det er obligatorisk, og at ein får karakter i faget. Graden av ytre motivasjon aukar dess høgare klassetrinn, ettersom det blir meir og meir som blir obligatorisk, og mindre blir spontan aktivitet (Deci & Ryan 2000a).

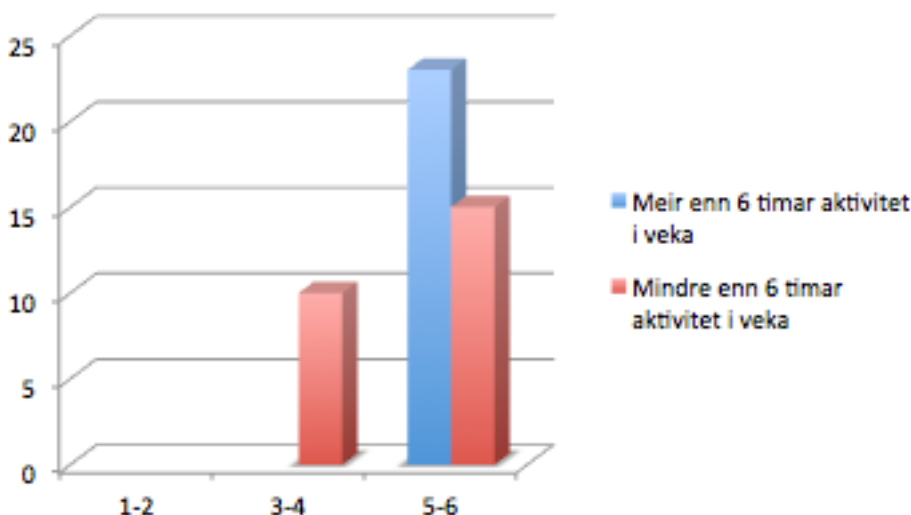
#### Resultat av elevvurdering

Her vil eg presentera resultata frå spørjeundersøkinga som gjekk på elevvurdering. Som ved elevvurdering og kjønn, har eg tatt med resultata frå spørsmål 8 og 10 frå spørjeskjemaet (Vedlegg 3). Etter resultata vil eg drøfte rundt det som er presentert.



Figur 21. Spørsmål 8: Kva karakter har du i faget kroppsøving ved sist termin?

Figur 21 visar oss fordelinga i karakterar i kroppsøving mellom dei som er i aktivitet meir enn 6 timar i veka, og dei som er i aktivitet mindre enn 6 timar i veka. Ingen av deltakarane i undersøkinga har fått karakterane 1 eller 2, men når ein ser på karakterane 3 og 4, kan ein sjå at det er 3 frå gruppa som er i aktivitet meir enn 6 timar i løpet av veka, medan det er heile 20 elevar i same gruppa som har karakteren 5 eller 6. Når ein ser på dei som er i mindre enn 6 timar aktivitet i veka, kan ein sjå at det er heile 20 stykk som har karakteren 3 eller 4. 5 av elevane som er i mindre enn 6 timar i aktivitet i løpet av veka fekk karakteren 5 eller 6 ved førre termin.



Figur 22. Spørsmål 10: Kva karakter syntes du at du fortener i kroppsøving?

Figur 22 visar oss kva karakter deltakarane i undersøkinga syntest dei fortener i kroppsøving. Ingen av deltakarane syntest at dei fekk betre karakter enn det dei fortener.

Alle elevane som er i meir enn 6 timar aktivitet i veka syntest at dei fortener karakteren 5 eller 6.

10 av elevane som er i mindre enn 6 timar aktivitet i løpet av veka syntest 3-4 var ein rettferdig karakter ved førre termin, medan 15 av dei meiner at dei burde hatt karakteren 5 eller 6.

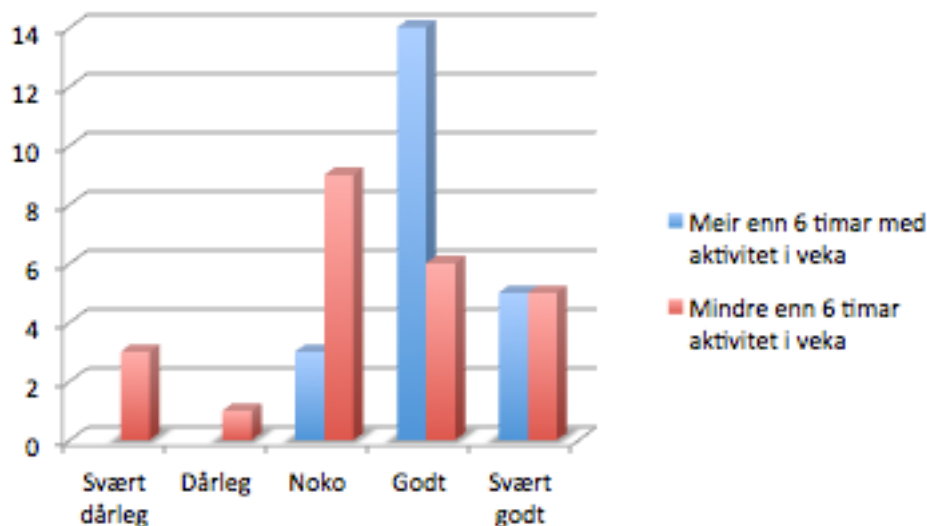
### Drøfting av elevvurdering

Det visar seg også at gruppa som oppnår dagleg anbefalt aktivitet, klart oftare oppnår karakteren 5 eller 6 (figur 21.) I denne undersøking kan ein sjå at heile 80% av dei så hadde karakteren 5 eller 6, også oppfylte helsedepartementet sitt forslag om ein time med fysisk aktivitet til dagen. Ser ein på denne gruppa, oppnådde 87% av alle elevane som oppfyller forslaget til helsedepartementet, karakteren 5 eller 6. Blant dei som ikkje oppfyller forslaget med ein time aktivitet er talet nede i 20% med karakteren 5 eller 6. Med karakteren 5 meinast det at eleven har mykje god kompetanse i faget, medan karakteren 6 uttrykkjer at eleven har framifrå kompetanse i faget (Opplæringslova, 2009). Ein kan og sjå ut ifrå *figur 22* at alle som oppfyller helsedepartementet sitt forslag om ein time fysisk aktivitet om dagen, syntes dei fortener karakteren 5 eller 6.

### Resultat av konkurranse og trygghet

Her vil eg presentera resultata frå spørjeundersøkinga som gjekk på konkurranse og trygghet knytt til kroppsøvingsfaget. Her har eg tatt med resultata frå spørsmål 17, 18, 19 og 20 frå spørjeskjemaet (Vedlegg 3). Etter resultata vil eg drøfte rundt det som er presentert.

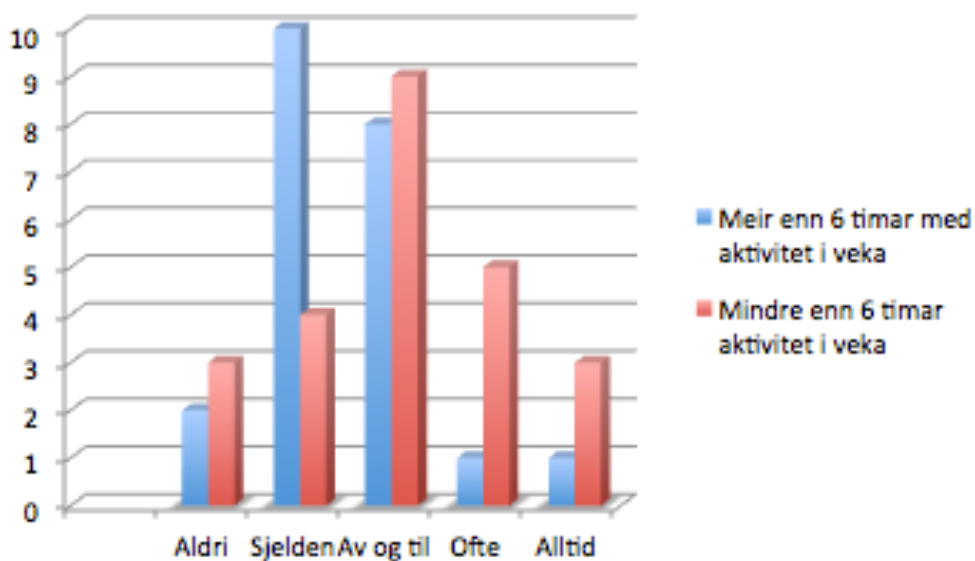




Figur 23. Spørsmål 17: Kor godt likar du konkurransar i kroppsøvingsfaget?

Figur 23 visar svara når elevane blei spurt om kor godt dei likar konkurransar i kroppsøvingsfaget. Blant dei som er i aktivitet meir enn 6 timar i veka kan ein sjå at det ikkje er nokon av dei som likar det ”svært dårleg” eller ”dårleg”, medan 3 stykk likar det ”noko”, 14 likar det ”godt” og 5 likar det ”svært godt”.

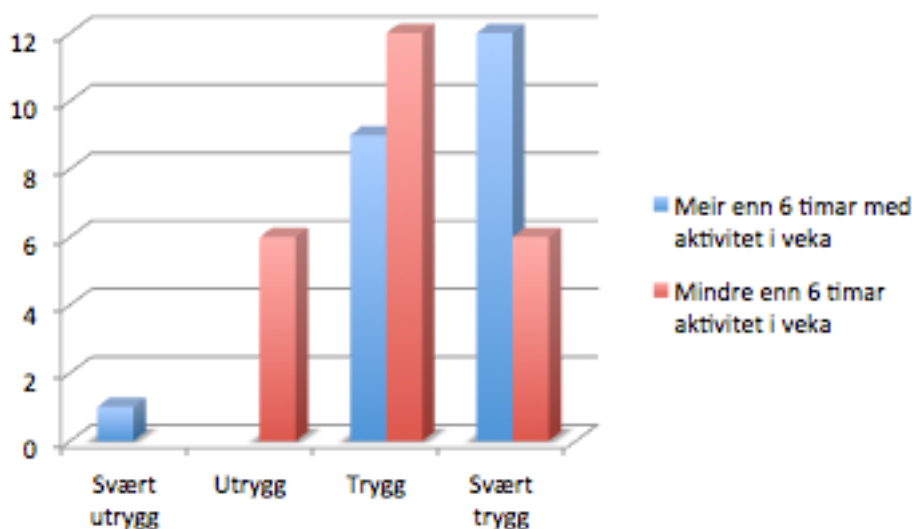
Blant dei som er i mindre enn 6 timar i aktivitet i løpet av veka kan ein sjå at det er 3 som likar konkurranse ”svært dårleg”, ein som likar det ”dårleg”, 9 stykk likar det ”noko” og 6 likar det ”godt”. Til sist kan ein sjå at 5 elevar likar det ”svært godt”.



Figur 24. Spørsmål 18: Syntes du det kan bli for valdsamt i konkurransesituasjon i kroppsøving?

Figur 24 visar oss ei oversikt om deltakarane synes det kan bli for valdsamt i konkurransesituasjonar i kroppsøvingstimane. Blant dei som er i aktivitet meir enn 6 timar i veka svarar 2 at det ”aldri” blir for valdsamt, medan heile 10 elevar seier det ”sjeldan” blir for valdsamt. 8 deltakarar syntes det ”av og til” blir for valdsamt, medan *ein* kvar syntes det blir ”ofte” eller ”alltid” for valdsamt i konkurransesituasjon i kroppsøvingstimane, blant dei som er meir enn 6 timar i aktivitet i veka.

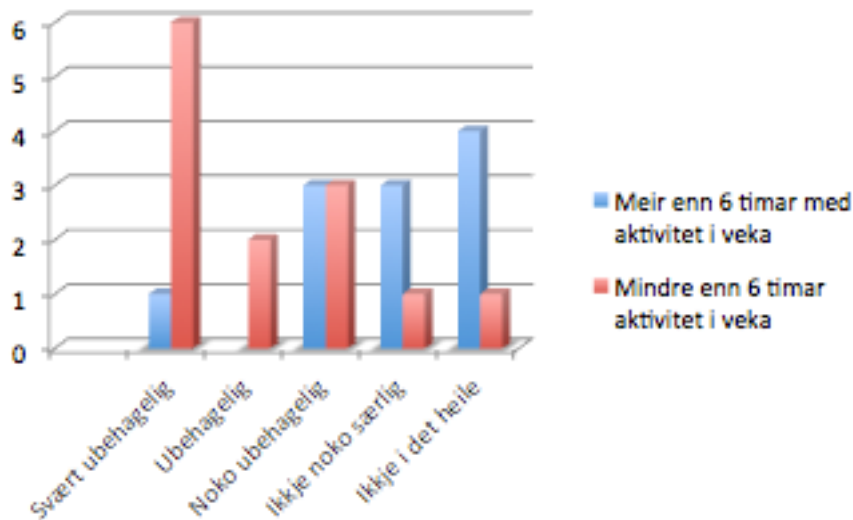
3 elevar opplev at det ”alltid” vert for valdsamt i konkurransesituasjon i kroppsøvingstimane blant dei som er i aktivitet mindre enn 6 timar i veka, 5 stykk opplev at det vert ”ofte” blir for valdsamt i same gruppe. 9 elevar syntest det ”av og til” blir for valdsamt, 4 elevar syntes det ”sjeldan” blir for valdsamt, medan 3 elevar frå gruppa som er i aktivitet mindre enn 6 timar i veka syntes det ”aldri” blir for valdsamt i konkurransesituasjon i kroppsøvingstimane.



Figur 25. Spørsmål 19: Kor trygg følar du deg i kroppsøvingssklassen din?

Diagrammet ved figur 25 visar oss kor trygge deltakarane i undersøkinga følar seg i kroppsøvingssklassen sin. Av dei som er i aktivitet meir enn 6 timar i veka er det *ein* elev som følar seg ”svært utrygg”. Ingen i denne gruppa følar seg ”utrygg”, medan 9 følar seg ”trygg” i kroppsøvingssklassen sin. 12 elevar i denne gruppa følar seg ”svært trygg”.

Hjå gruppa som aktiverer seg mindre enn 6 timar i veka er det ingen som følar seg ”svært utrygg”, medan 6 elevar følar seg ”utrygg”. 12 av deltakarane i gruppa som tilbringar mindre enn 6 timar aktivitet i veka følar seg ”trygg”, medan 6 følar seg ”svært trygg” i kroppsøvingssklassen sin.



Figur 26. Spørsmål 20: Syntes du det er ubehagelig å ha kroppsøving med menstruasjon?

Figur 26 visar oss korleis jentene i undersøkinga syntes det er å ha kroppsøving med menstruasjon, også her er dei delt inn i dei som er i aktivitet meir enn 6 timar per veka, og dei som er i aktivitet mindre enn 6 timar i løpet av ei veka.

Blant jentene som er ei aktivitet meir enn 6 timar per veke, er det 1 som syntes det er ”svært ubehagelig”, ingen syntest det er ”ubehagelig”, medan 3 syntes det er ”noko ubehagelig” å ha kroppsøving med menstruasjon. 3 av jentene syntes det ”ikkje er noko særleg” ubehagelig, og 4 meiner at det er ”ikkje i det heile” ubehagelig.

Blant jentene som er mindre enn 6 timar i aktivitet i løpet av veka, svarar heile 6 stykk av dei at det er ”svært ubehagelig”, 2 elevar svarar at det er ”ubehagelig” å ha kroppsøving med menstruasjon, medan 3 meiner det er ”noko ubehagelig”. Ei jente har svara at det er ”ikkje noko særleg” ubehagelig, medan ei jente kryssa av for ”ikkje i det heile”.

#### Drøfting av konkurranse og trygghet

Figur 23 visar at elevane som er i aktivitet i meir enn 6 timar i veka på fritida likar konkurransar betre enn dei elevane som er i aktivitet mindre enn 6 timar i veka. Dette kan og ha noko med det at elevar i denne gruppa er meir vane med konkurransesituasjon i fritidssysla si, og derfor taklar desse situasjonane betre. Ein kan også sjå ut ifrå figur 24 og 25 at gruppa som er i aktivitet meir enn 6 timar i veka også er tryggare og opplever at konkurransesituasjonen i kroppsøvinga sjeldan kjem over styr og blir for valdsamt.

Dette med menstruasjon har vert ein tema som har vore tabu-belagd i tidlegare år, men som nå i seinare tid har dukka opp i media. Det har vore svært lite forskning på temaet, men eg vel å ta det med sidan eg har sjølv opplevd å ha kroppsøving som lærarvikar, og at jenter står over kroppsøving grunna menstruasjonssmerter, og som figur 26 visar, er det store forskjellar på korleis elevane ser på det å ha kroppsøving med menstruasjon. Som ein ser ganske tydelig visar det seg at dei som er i mindre enn 6 timar med aktivitet i løpet av veka er ganske mindre komfortable i å ha kroppsøving med menstruasjon, kontra dei som er i aktivitet meir enn 6 timar i løpet av veka. Dette trur eg kan ha noko med det at dei som trenar meir på fritida, også har lært seg at det ikkje er noko problem å trene med menstruasjon, medan dei som ikkje trenar lika mykje kan ver redde for at smertene knyta til menstruasjonen skal auka.

## Oppsummering

Ein kan sjå ut ifrå dei presenterte resultata frå undersøkinga mi i denne oppgåva at det er forskjellar i kroppsøvingsfaget, både når det kjem til kjønn, og aktivitetsbakgrunnen til elevane. Ein ser at det er ein tendens til at gutane gjer det betre enn jenter, og dette meiner eg kan ha fleire årsaker. Undersøkinga mi visar det at gutar er litt meir aktive enn det jentene er, og at det er færre gutar enn jenter som driv med ingen fysisk aktivitet. Blant anna visar figur 2 at det er 5 jenter som ikkje driv med noko fysisk aktivitet på fritida, medan det bare er *ein* gut som ikkje er i fysisk aktivitet. På den andre sida av skalaen ser ein og at gutar er meir ”ekstreme” når det kjem til trening, der det er 5 av gutane som er i aktivitet meir enn 10 timar i veka, medan der bare er 2 jenter som er i aktivitet lika mykje.

Figur 5 visar også at gutane likar dei fleste aktivitetar i kroppsøvingsfaget betre enn det jentene gjer. Der bare dans, volleyball, handball og yoga var emna jentene likte betre enn gutane.

Det visar seg og i undersøkinga at gutar taklar konkurransesituasjon litt betre og følar seg tryggare i kroppsøvingsundervisninga enn det jenter er (figur 9 og 10). Dette kan også ha med det at gutar driv meir med konkurranseidrettar som fotball og kampsport, og at jentene driv generelt meir med individuelle aktivitetar som styrketrening, dans og liknande der ein ikkje driv med konkurransar i same grad.

I undersøkinga visar det og at gutane opplev oftare meistring (figur 17), og likar faget betre enn jentene (figur 4). Dette meiner og trur eg er på bakgrunn av aktivitetane som det blir lagt opp til i faget, at desse aktivitetane blir større verdsatt av gutane, og at dei derfor får større utbytte av aktivitetane i form av meistring og trivsel i faget.

Undersøkinga visar og at gutane får betre karakterar enn det jentene gjer (figur 12). Og eg meiner at alle faktorane som har blitt nemnd i oppsummeringa er grunnar til dette. Gutane er meir aktive, likar aktivitetar betre enn jentene, taklar konkurransar og er tryggare i faget og opplev oftare meistring.. Alle desse faktorane meiner eg er grunnen til at gutar gjer det betre i kroppsøving, og at det ikkje er tilfeldig at gutane gjer det betre enn jentene i kroppsøving.

Ser ein på helsedirektoratets anbefalingar om ein time fysisk aktivitet om dagen kan ein sjå at det er store skilnadar på dei som oppnår desse anbefalingane, og dei som ikkje gjer det. Ein kan til dømes sjå at kroppsøvingsfaget er svært godt likt, og elevane som oppnår anbefalinga om 1 time fysisk aktivitet opplev oftare meistring og likar kroppsøvingsfaget betre enn dei som ikkje når anbefalingane (figur 19 og 20). Elevane som oppnår anbefalingane om fysisk

aktivitet visar seg og til å lika konkurransar i faget, samt det at dei følar seg tryggare i faget enn dei elevane som ikkje oppnår anbefalingane (figur 23 og 25). Med detta som bakgrunn kan ein sjå ein signifikant skilnad i karakterar hjå dei som er i aktivitet i meir og mindre enn 6 timar i veka (figur 21). Der ein ser at 87% av dei som oppfyller anbefalingane om ein time i aktivitet til dagen får karakteren 5 eller 6, samtidig som bare 20% av elevane som ikkje følgjer kravet får karakteren 5 eller 6.

For å svara på problemstillinga: ”Korleis påverkar bakgrunnsfaktorane kjønn og fysisk aktivitetsnivå kroppsøvingsundervisninga?” Kan ein seia at det er forskjellar, og ein kan konkludera med at gutar får betre karakter enn jenter, med bakgrunn av større interesse for faget, dei er meir aktive på fritida, færre som gjer ”ingen” fysisk aktivitet, dei er tryggare i faget, likar konkurransesituasjonar betre og dei opplev oftare meistring. Desse faktorane vil gå inn i kvarandre, og då gjer at det blir ein forskjell mellom gutar og jenter på karakterane. Noko ein då kan diskutera vidare er om kroppsøvinga er meir tilpassa gutar enn jenter sine interesser og erfaringar?

## Litteraturlista

Brattenborg, S. & Engebretsen, B. (2013). *Innføring i kroppsøvingsdidaktikk*. Kristiansand: Høyskoleforlaget.

Bourdieu, P. (2000). *Den maskuline dominans*. Oslo: Pax Forlag.

Christofferse, L., og Johannesen, A. (2012). *Forskningsmetode for lærerutdanningen*. Oslo: Abstrakt forlag

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

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000a). *The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior*. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.

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

E.Backe-Hansen, K.B.Walhovd & L.Huang (2014). *Kjønnsforskjeller i skoleprestasjoner, En kunnskapsoppsummering* (NOVA Rapport 5/14). Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd, og aldring.

Fasting, K. (2007). *Krever likeverd ulik behandling? I A. Hompland (red.), Idrettens dilemmaer: rapport fra forskningsprogrammet «Idrett, samfunn og frivillig organisering»*. Oslo: Akilles

Forskrift til opplæringslova (2009) §3-4 - *Karakterar i fag mv*. Henta 25. Februar 2018 frå: [www.lovdato.no/dokument/SF/forskrift/2006-06-23-724/KAPITTEL\\_4#KAPITTEL\\_4](http://www.lovdato.no/dokument/SF/forskrift/2006-06-23-724/KAPITTEL_4#KAPITTEL_4)

Imsen, Gunn. (1996). *Mot økt likestilling? Evaluering av grunnskolens arbeid for likestilling utført av kirke-, utdannings- og forskningsdepartementet 1996*. Trondheim: Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet. →

Imsen, Gunn. (2008). *Elevens verden: Innføring i pedagogisk psykologi. (4. utg.)*. Oslo: Universitetsforlaget.

Lagestad, P. (2017). *Å velge aktiviteter selv som grunnlag for trivsel og mestring – En casestudie av kroppsøvingsundervisningen ved en videregående skole*. Henta 30. Mars 2018 frå: <https://utdanningsforskning.no/artikler/a-velge-aktiviteter-selv-som-grunnlag-for-trivsel-og-mestring-en-casestudie-av-kroppsovingsundervisningen-ved-en-videregaende-skole/>

Landaas, J. (2015). *Idrett og skole – hånd i hånd*. Henta 20. April 2018 frå: <https://www.idrettsforbundet.no/idrettskretser/hordaland-idrettskrets/idrettogsamfunn/idrett-og-skole/>

Helsedirektoratet (2016). *Anbefalinger fysisk aktivitet*. Henta 25. Februar 2018 frå: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/fysisk-aktivitet/anbefalinger-fysisk-aktivitet>

Helsedirektoratet (2012). *Fysisk aktivitet blant 6-, 9-, og 15-åringer i Norge – Resultater fra en kartlegging i 2011*. Henta 26. Mars 2018 frå: <https://helsedirektoratet.no/publikasjoner/fysisk-aktivitet-blant-6-9-og-15-aringer-i-norge-resultater-fra-en-kartlegging-i-2011>

Jakobsen, A. M. (2012). *Motivasjonsteori som utgangspunkt for å skape et best mulig læringsmiljø i kroppsøving*. Idrottforum.org. Nordic sport science forum.

Kunnskapsdepartementet (2011). *Motivasjon og mestring for bedre læring*. Henta 14. Februar 2018 frå: [https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/kd/vedlegg/grunnskole/strategiplaner/f\\_4276\\_b\\_web.pdf](https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/kd/vedlegg/grunnskole/strategiplaner/f_4276_b_web.pdf)

Seippel, Ø., Strandbu, Å., Sletten, M. A. (2011). *Ungdom og trening, endring over tid og sosiale skillelinjer*. NOVA Rapport 5/14). Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd, og aldring. Henta 26. Mars 2018 frå: [http://nova.no/asset/4536/1/4536\\_1.pdf](http://nova.no/asset/4536/1/4536_1.pdf)



Sørgjerd, C. (2017). *Bare i ett skolefag er gutter best: kroppsøving*. Henta 2. Februar 2018  
frå: <https://www.aftenposten.no/norge/i/wqev1/Bare-i-ett-skolefag-er-gutter-best-kroppsoving>

Utdanningsdirektoratet (2013). *Læreplan i kroppsøving, Fra undervisvurdering til  
sluttvurdering*. Henta 23. Februar 2018 frå:  
[https://www.udir.no/PageFiles/35143/Oppf%C3%B8lgingssamling%202/Fra%20undervis%  
20til%20sluttvurdering%20i%20KR%C3%98.pdf](https://www.udir.no/PageFiles/35143/Oppf%C3%B8lgingssamling%202/Fra%20undervis%20til%20sluttvurdering%20i%20KR%C3%98.pdf)

Vaage, O.F. (2012). *Barns dagligliv i endring*. Henta 4. Februar 2018 frå:  
<https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/artikler-og-publikasjoner/barns-dagligliv-i-endring>

## **Vedlegg**

Vedlegg 1: Informasjonsskriv til rektor

Vedlegg 2: Informasjonsskriv til foreldre/foresatte

Vedlegg 3: Spørjeskjema

## Vedlegg 1

Hei.

Eg er student ved Høgskulen på Vestlandet, avdeling Stord, som nå i vår skriv Bachelor-oppgåva mi om skilnadar mellom kjønn i kroppsøvingsfaget.

Eg vil høyra med dåke ved XXXX om eg kunne fått gjennomført ei spørjeundersøking knytta til Bachelor-oppgåva mi.

Omfanget av spørjeundersøkinga eg vil gjennomføra er på ca 50 elevar fordelt på 9. og 10. Trinn. Spørjeundersøkinga vil ta ca 10 min å gjennomføre og elevane vil få eit informasjonsskriv med seg heim dagen før spørjeundersøkinga skal gjennomførast, der foreldra kan gi tilbakemelding til meg på e-post/mobil dersom dei ikkje vil at sitt barn skal gjennomføra spørjeundersøkinga.

Undersøkinga er sjølvsagt anonymisert, og det vil ikkje vera mogleg å spora opp elevar eller skule ved resultatet av spørjeundersøkinga.

Har du spørsmål til spørjeundersøkinga kan du nå meg ved enten e-post: [135948@stud.hvl.no](mailto:135948@stud.hvl.no) eller ved mobiltelefon: 90 41 30 55

Roger Blokhus Ekeland

## Vedlegg 2

Namn: Roger Ekeland

Adresse: Nøtteveien 7c, 4327 Sandnes

Dato: 05.04.18

### Informasjon til føresette

Eg er ein student på grunnskolelærerutdanning på HVL, campus Stord.

Dette semesteret skal eg skriva Bachelor i pedagogikk og elevkunnskap, der eg skal fokusera på kroppsøving, nærmare bestemt forskjellane mellom kjønna i kroppsøving.

Forskning visar at jenter gjer det betre i alle fag på skulen, bortsett frå kroppsøving. I forskingsdelen min, ynskjer eg å nytta eit spørjeskjema der eg spør om korleis elevane opplever kroppsøvingfaget.

Alle data vert handsama konfidensielt, inga namn eller kjenneteikn på elevane vil verta brukt. Dette er frivillig, og dersom ein ikkje vil ha barnet sitt med på dette, ta kontakt med meg på tlf: 90413055 eller mail: 135948@stud.hvl.no

Dersom de ynskjer meir informasjon kan de ta kontakt med underteikna.

Mvh Roger Ekeland

Navn: Roger Ekeland

Mobilnr: 90413055

### Vedlegg 3

Ja, eg har fått informasjon om prosjektet og samtykker til deltagelse

## Spørjeskjema

Set ring rundt svaret

### 4. Kjønn:

Gut    Jente

### 5. Klassesertrin:

8. klasse    9. klasse    10. klasse

### 6. Driv du med idrettsaktivitet på fritida?

Fotball    Handball    Dans    Friidrett    Styrketrening    Anna (spesifiser under)    Nei

### 7. Kor mange timar brukar du på fysisk aktivitet i løpet av veka? (på fritida)

0-2    2-4    4-6    6-8    8-10    10+

### 8. Kor godt likar du kroppsøving som fag på skulen?

Svært dårlig    Dårlig    Nøytral    Godt    Svært godt

### 9. Opplever du meistring i løpet av ein kroppsøvingstime?

Aldri    Sjelden    Av og til    Ofte    Alltid

### 10. Kor godt likar du faget frå 1-6, set tal under faget. (der 1 er dårlegast og 6 er best)

Matematikk    Norsk    Kroppsøving    Kunst og handverk    Samfunnsfag

**11. Kva karakter har du i faget kroppsøving ved sist termin?**

1-2                  3-4                  5-6

**12. Kor mykje vekt trur du læraren din legg på innsats i karakteren i kroppsøving?**

0-20%              20-40%              40-60%              60-80%              80-100%

**13. Kva karakter synes du at du fortener i kroppsøving?**

1-2                  3-4                  5-6

**14. Kva kjønn er kroppsøvingslæraren din?**

Mann              Kvinne

**15. Kor godt forhold har til kroppsøvingslæraren din?**

Svært dårleg              Dårlig              Ok              Godt              Svært godt

**16. Ranger desse emna i kroppsøving frå 1-6, der 6 er best likt og 1 er dårligst likt. (set tall under faget)**

Fotball              Dans              Symjing              Turn              Basketball              Jogging

Friidrett              Handball              Leik              Friluftsliv              Volleyball              Styrke              Yoga

**17. Er det nokre tema du synes det er for lite av i kroppsøving? (svar under)**

**18. Er det nokre tema du synes det er for mykje av i kroppsøving? (svar under)**

**19. Følar du som elev at du har noko påverknadskraft på kva det vert undervist i, i kroppsøving?**

Nei    I liten grad            I noko grad            Ja

**20. Kor godt likar du konkurransar i kroppsøvingfaget?**

Svært dårleg            Dårlig            Noko            Godt            Svært godt

**21. Synest du at det kan bli for valdsamt i konkurransesituasjon i kroppsøving?**

Aldri            Sjelden            Av og til            Ofte            Alltid

**22. Kor trygg følar du deg i kroppsøvingsskolen din?**

Svært utrygg            Utrygg            Trygg            Svært trygg

**23. Synest du det er ubehagelig å ha kroppsøving med menstruasjon? (Kun jentene)**

Svært ubehagelig    Ubehagelig    Noko ubehagelig    Ikkje noko særleg    Ikkje i det heile