



Høgskulen  
på Vestlandet

# MASTEROPPGAVE

**Opplevelse av bevegelsesglede i kroppsøvningsfaget**

**Experience of joy of movement in physical  
education**

**Oda Hov Waale**

Master i idrettsvitenskap

Fakultet for lærerutdanning, kultur og idrett/Institutt for idrett, kosthold  
og naturfag

Veiledere: Jostein Rønning Sanderud og Odd-Lennart Vikene

15.05.2023

Jeg bekrefter at arbeidet er selvstendig utarbeidet, og at referanser/kildehenvisninger til alle kilder som er brukt i arbeidet er oppgitt, jf. Forskrift om studium og eksamen ved Høgskulen på Vestlandet, § 12-1.

# Forord

Denne masteroppgaven markerer slutten på min master i idrettsvitenskap og fem fine år med studier. Først tre fantastiske år på faglærerutdanningen ved universitetet i Sørøst-Norge, før ferden brakte meg videre til masterutdanningen ved høgskolen på Vestlandet og vakre Sogndal. Oppgaven tar for seg bevegelsesglede i kroppsøvfingsfaget og hvordan elever på ungdomstrinnet opplever at det oppstår. Bakgrunnen for en slik tematikk ble valgt ut ifra egen interesse og med tanke på fremtidig yrke som kroppsøvfingslærer.

Når denne oppgaven nå leveres er det flere som fortjener en takk. Aller først ønsker jeg å rette en stor takk til mine veiledere Jostein Rønning Sanderud og Odd-Lennart Vikene. Takk for at dere alltid har møtt med godt humør, vært tilgjengelige og aldri fått meg til å føle at noen spørsmål er for dumme å stille. Tusen takk!

En ekstra takk til min tidligere veileder Anette Torgersen ved USN, som har bistått med sin kunnskap, gjennomlesning og tilbakemeldinger. Det settes stor pris på at du tar deg tid.

Videre vil jeg takke mine medstudenter gjennom disse årene. Takk for alle gode minner og det gøy vi har gjort sammen, lite visste jeg at noen av dere skulle bli mine nærmeste venner. Hos dere er det alltid motiverende ord og godt å omgås.

Uten mine informanter og de fantastiske elevene som deltok i studien ville dette vært umulig, så tusen takk for at dere deltok og delte.

Avslutningsvis vil jeg rette en stor takk til familie og venner, spesielt mamma og pappa. Takk for at dere alltid heier på meg, støtter og er der gjennom alle telefonsamtaler. Uten dere hadde ikke denne masteroppgaven blitt innlevert.

Håper du som leser finner oppgaven interessant!

Sogndal, mai 2023

Oda Hov Waale

# Sammendrag

Bevegelsesglede ble vektlagt som begrep i ny lærerplan for kroppsøving. Det ble derfor relevant å stille følgende problemstilling: «*Hvordan opplever elever på ungdomstrinnet at bevegelsesglede oppstår i kroppsøvfingsfaget?*» Oppgaven belyser fenomenet bevegelsesglede i kroppsøvfingsfaget, der det fenomenologiske perspektivet inkluderes.

Som teoretisk forankring til oppgaven blir lærerplanen for kroppsøvfingsfaget presentert, samt et historisk blikk på fagets utvikling. Videre blir Maurice Merleau-Ponty sin kroppsfenomenologi inkludert for å danne et bilde av det helhetlige mennesket for å skape en forståelse av hvordan glede kan oppstå. Avsluttende blir det lagt syn på de teoretiske perspektivene om bevegelsesglede, anerkjennelse og relasjoner.

For å finne svar på problemstillingen ble det benyttet kvalitativ metode med fokusgruppeintervjuer av elever på ungdomsskolen. Intervjumaterialet ble videre omgjort til tekst med transkribering etterfulgt av en tematisk analyse. Den tematiske analysen dannet oversikten over det som blir presentert som studiens resultater og relevante funn for å besvare problemstillingen.

Funnene viser at elevene erfarer glede gjennom sosiale relasjoner. De finner glede ved å være i bevegelse og aktivitet sammen med venner. I den grad blir også kroppsøvfingslæreren som legger til rette for å danne gode relasjoner, og vennskap viktig. Fra kroppsøvfingslæreren utpeker elevene lag- og samarbeidsaktiviteter som med å skape glede. Aktiviteter som krever samarbeid og dermed danner en kroppslig trygghet og anerkjennelse av hverandre. Det medfører trygghet til deltakelse, uavhengig av deres forutsetninger og kan la gleden oppstå. Opplevelse av mestring blir også gjentakende nevnt som viktig for å erfare bevegelsesglede i kroppsøvfingsfaget.

# Abstract

Movement joy was emphasized as a concept in the new curriculum for physical education. Therefore, the following research question was relevant: "How do students in middle school experience the emergence of movement joy in physical education?" The paper highlights the phenomenon of movement joy in physical education, including a phenomenological perspective.

As theoretical foundations for the study, the curriculum for physical education is presented, along with a historical perspective on the subject's development. Furthermore, Maurice Merleau-Ponty's body phenomenology is included to form a picture of the holistic human being in order to provide an understanding of how joy can arise. Finally, the theoretical perspectives on movement joy, recognition, and relationships are discussed.

To answer the research question, a qualitative method was used, focusing on group interviews with middle school students. The interview material was then transcribed and thematically analyzed. The thematic analysis formed the overview of what is presented as the study's results and relevant findings to answer the research question.

The findings show that students experience joy through social relationships. They find joy in movement and activity together with friends. To that extent, the physical education teacher who facilitates good relationships and friendships is also important. The students highlight team and collaboration activities as ways to create joy. Activities that require cooperation and thus create a bodily sense of security and recognition of each other. This creates a sense of security for participation, regardless of their prerequisites, and can lead to the emergence of joy. The experience of mastery is also repeatedly mentioned as important for experiencing movement joy in physical education.

# Innholdsfortegnelse

Forord .....	II
Sammendrag .....	III
Abstract .....	IV
Innholdsfortegnelse .....	V
1. Innledning.....	1
1.1. Bakgrunn for valg av tema .....	2
1.2. Presentasjon av oppgavens problemstilling.....	3
1.3. Oppgavens struktur.....	3
2. Teoretisk forankring.....	5
2.1. Kroppsøvfingsfaget .....	5
2.1.1. Kroppsøvfingsfaget får plass i skolen .....	5
2.1.2. Kroppsøvfingsfaget i fagfornyelsen og gjeldende lærerplan.....	6
2.2. Fenomenologi .....	8
2.2.1. Descartes dualistiske menneskesyn .....	8
2.2.2 Fenomenologien søker et helhetlig menneskesyn .....	9
2.2.3. Førstepersons-perspektivet .....	10
2.3. Bevegelsesglede .....	10
2.3.1 Bevegelsesglede i kroppsøvfingsfaget .....	11
2.4. Anerkjennelse .....	12
2.4.1 Axel Honneth sin anerkjennelsesteori .....	13
2.4.2. Viktigheten av opplevelse av anerkjennelse i kroppsøvfingsfaget.....	14
2.5. Relasjoner .....	14
2.5.1. Relasjoner for å skape bevegelsesglede.....	15
3. Metode.....	17

3.1.	Vitenskapsteoretisk forankring.....	17
3.2.	Valg av forskningsdesign .....	18
3.3.	Utvalg og rekruttering av informanter.....	19
3.3.1.	Presentasjon av informantene.....	19
3.4.	Datainnsamling .....	20
3.5.	Analyse .....	21
3.5.1.	Databehandling og transkribering .....	21
3.5.2.	Tematisk analyse av datamaterialet.....	22
3.6.	Etiske refleksjoner .....	23
3.7.	Reliabilitet og validitet .....	24
4.	Funn og diskusjon .....	25
4.1.	Betydningen av mestring og anerkjennelse i kroppsøvfaget .....	25
4.1.1.	Opplevelse av mestring skaper opplevelse av glede .....	26
4.1.2.	Opplevelse av anerkjennelse og glede over mestring på andre sine vegne.....	27
4.2.	Viktigheten av relasjoner og trygghet for opplevelse av glede .....	28
4.2.1.	Gode relasjoner for deltakelse i det fysiske kroppsøvfaget.....	29
4.2.2.	Sosiale relasjoner og vennskap fremmer opplevelse av glede .....	30
4.3.	Lærernes didaktiske grep for å legge til rette for bevegelsesglede hos elevene.....	31
4.3.1.	Aktiviteter som få elever har kjennskap til skaper større engasjement.....	32
4.3.2.	Undervisning hvor elevene må arbeide sammen oppleves som gøy.....	33
5.	Oppsummerende konklusjon.....	36
5.1.	Veien videre.....	36
	Referanser.....	38
	Vedlegg .....	43
1.	Informasjonsskriv og samtykkeskjema .....	44

2. Intervjuguide .....	48
3. Svarbrev med godkjenning fra NSD .....	51

# 1. Innledning

I denne masteroppgaven har jeg valgt å ta for meg begrepet bevegelsesglede i kroppsøvningsfaget. Det er et sentralt begrep i studier som omhandler kroppsøvningsfaget. Utdanningsdirektoratet skriver følgende under fagets lærerplan: *«kroppsøving er et sentralt fag for å stimulere til livslang bevegelsesglede og til en fysisk aktiv livsstil ut ifra egne forutsetninger»* (Utdanningsdirektoratet, 2020a). Videre står det ikke noen definisjon på hva bevegelsesglede er eller hvordan en som kroppsøvningslærer kan legge til rette for at elevene skal oppleve det. Lærerplanen beskriver og løfter frem hvilke kunnskaper, ferdigheter og verdier skolen skal vektlegge og hvordan myndighetene ønsker at skolen skal drives (Sæle & Hallås, 2020, s. 53). Det kan dermed forstås slik at ønsket i kroppsøvningsfaget vil være å gi elevene gode opplevelser, kunnskap om hvordan en kan bedrive fysisk aktivitet og gevinstene det kan gi. Hensikten med denne studien vil være å undersøke hvordan bevegelsesglede skapes og oppstår i kroppsøvningsfaget. Den vil ta utgangspunkt i et elevperspektiv.

Når en skal undersøke temaet bevegelsesglede i kroppsøvningsfaget viser det til en rekke gjennomførte studier og forskning på feltet, men det er svært få som tar utgangspunkt i et elevperspektiv. De fleste studiene omhandler kroppsøvningslærere sin forståelse av begrepet og hvordan de arbeider med å legge til rette for det i sin undervisning. Det er derfor meget relevant å undersøke hvordan elevene forstår og opplever bevegelsesglede i faget. Her er det elevene som skal oppleve glede og danne gode erfaringer for en fremtidig fysisk aktiv livsstil. For mange elever kan kroppsøvningsfaget være deres eneste møte med fysisk aktivitet i løpet av en uke.

Skolen står ovenfor både et danning og utdanningsoppdrag. Det tydeliggjøres at danningprosessen skal bidra til at elevene utvikler seg til å bli selvstendige, ansvarsfulle og medmenneskelige individer, og bidra til å gjøre gode livsvalg (Brattenborg & Engebretsen, 2021, s. 41). Det fremheves videre at opplæringen skal danne alle sider ved det å være menneske. Brattenborg og Engebretsen (2021, s. 41) poengterer at kroppslig dannelse da vil være sentral i kroppsøving og referer til Whitehead (2014) sin betegnelse på det å være kroppslig dannet. Faktorene som blir trukket frem i den betegnelsen er blant annet å innse hvordan det å være i fysisk aktivitet kan være givende og lystbetont, og dermed motivere til



en fysisk aktiv livsstil. Videre blir evnen til å innse viktigheten av å ta ansvar for egen helse, og hvordan god helse og trivsel som ung øker sannsynligheten for å ta vare på helsen senere i livet (Brattenborg & Engebretsen, 2021, s. 41).

### **1.1. Bakgrunn for valg av tema**

Overskriften «*bekymret over lite fysisk aktivitet blant barn og unge*» er meldingen fra helsedirektoratet (2019). et resultatet av den stadig økende trenden av stillesittende ungdommer som ikke inntreffer helsemyndighetene sine anbefalinger om å bedrive seksti minutter moderat aktivitet daglig (Helsedirektoratet, 2019). For de fritidsinaktive ungdommene kan erfaringene fra kroppsøvfingsfaget være avgjørende. Opplevelser fylt med glede og mening i kroppsøving kan gi lyst til å være aktive utenfor skolen. Helsedirektoratet (2019) rapporterer om at gutter er mer aktive enn jentene. Det er kun er 40 prosent av 15-årige jenter som oppfyller anbefalingen om seksti minutter moderat aktivitet daglig.

Engebretsen, Walseth og Elvebakk (2020) finner i sin studie som omhandler jenter og kroppsøving at kroppsøvfingsfaget er tilrettelagt for gutter og de idrettsaktive. I deres artikkel trekker de også frem resultater fra tidligere forskninger som er utført i kroppsøvingssammenheng, de dokumenterer at jenter uttrykker større mistriivsel i faget enn guttene (Engebretsen et al., 2020). Slike resultater finnes det flere av fra de siste tiårene (Andrews & Johansen, 2005). Det gir antydninger til at om kroppsøvfingsfaget ønsker å være et fag for alle så kan det vise til et behov for endring av fagets praksis. Videre poengterer Engebretsen et al. (2020) at forskning de siste tiårene har påvist ulike betingelser for gutter og jenter når det omhandler læring og trivsel i kroppsøving. Det vil derfor være nyttig med studier som kan vise hvordan et slikt mønster kan endres og positive erfaringer for alle i faget kan skapes.

Mye tyder på at de som allerede er aktive blir mer aktive, men andelen inaktive forblir inaktive, kroppsøvfingsfagets posisjon for å nå ut til alle er dermed unik. Kroppsøvfingslæreren sin tilnærming til faget vil påvirke hvem som får delta og hvem sine forutsetninger som ikke passer inn og dermed faller utenfor (Standal & Rugseth, 2015, s. 10). Om det skal være et fag som inkluderer og gir gode erfaringer, uavhengig av forutsetninger vil det å lytte til hva elevene sier være essensielt.

I artikkelen til Standal, Moen og Westlie (2020) blir det gjennom deres studie fanget opp

resultater om hvordan elever og lærere oppfatter faget ulikt. Elevene erfarer at innholdet i faget for det meste omhandler ballspill og grunn trening, mens lærerne uttrykker at de prioriterer å undervise i mange forskjellige bevegelsesaktiviteter (Standal et al., 2020). Ulik forestilling av faget gir oss informasjon om at i opplevelser av glede vil det være nødvendig å lytte til hva elevene har å si.

## **1.2. Presentasjon av oppgavens problemstilling**

Hensikten med denne studien er å undersøke temaet bevegelsesglede i kroppsøvningsfaget på ungdomstrinnet, sett fra et elevperspektiv. Bevegelsesglede er noe individuelt og subjektivt, det vil dermed ses som nyttig å høre hvordan elevene forstår begrepet, og hvordan de erfarer at det kan oppstå i kroppsøving. Siden et av fagets formål er at elevene skal oppleve bevegelsesglede vil det som en fremtidig kroppsøvningslærer være til hjelp å høre nettopp deres synspunkt på hva det er og hvordan det skapes. På bakgrunn av denne tematikken stilles følgende problemstilling:

*«Hvordan opplever elever på ungdomstrinnet at bevegelsesglede oppstår i kroppsøvningsfaget?».*

## **1.3. Oppgavens struktur**

### **1. Innledning**

I dette første kapittelet har jeg presentert oppgavens tema og problemstilling. Videre belyst et behov for mer kunnskap rundt område bevegelsesglede i kroppsøvningsfaget, da det ser ut til å være noen klare kunnskapshull om det. Innledningen har hatt som hensikt å gi deg en oversikt over hvorfor dette temaet er så viktig i dag og lede du som leser inn i fagfeltet.

### **2. Teoretisk forankring**

Det andre kapittelet for oppgaven vil være teoridelen. Her vil jeg presentere de teoretiske perspektivene jeg anser som relevante å inkludere i henhold til diskusjonen av oppgavens problemstilling. Innledende vil jeg ta for meg kroppsøvningsfaget i lys av fagfornyelsen og dagens læreplan. Følgende blir Merleau-Ponty sin kropps fenomenologi presentert for å skape et filosofisk kunnskapsgrunnlag for en helhetlig forståelse av begrepet bevegelsesglede i kroppsøving. Innenfor det fenomenologiske perspektivet vil jeg også ta for meg det såkalte

førstepersons-perspektivet. Videre vil begrepet bevegelsesglede beskrives og dets posisjon i kroppsøvingsfaget, etterfulgt av viktigheten av anerkjennelse og gode etablerte relasjoner for å gi tilgang til bevegelsesglede.

### **3. Metode**

Det tredje kapitlet vil benyttes til å presentere og begrunne studiens metodiske tilnærming. Her vil det gis en beskrivelse av hvordan datainnhenting foregikk, utvalg av informanter og hvordan prosessen ble gjennomført.

### **4. Funns/ diskusjon**

I følgende kapittel vil et utvalg av funnene presenteres og fremheves for diskusjon mot den tidligere presenterte teorien. Diskusjonen vil foregå i lys av oppgavens problemstilling.

### **5. Avslutning/ Oppsummerende konklusjon**

Avslutningsvis vil det presenteres en oppsummerende konklusjon av oppgaven. Her vil problemstillingens besvarelse presiseres, og egne tanker om videre utvikling om temaet bevegelsesglede i kroppsøvingsfaget.

## **2. Teoretisk forankring**

I dette kapittelet vil oppgavens teoretiske forankring gjøres rede for. Denne delen av oppgaven vil være bestående av teoretiske perspektiver som anses relevante i henhold til hvordan opplevelse av bevegelsesglede kan oppstå i kroppsøvningsfaget. Først vil det være en presentasjon om kroppsøvningsfaget, hvilken egenart faget har og ønsker å bidra med til elevene som deltar. Videre vil Merleau-Ponty sin kroppsfenomenologi presenteres som en grunnleggende filosofi for hvordan den helhetlige og eksistensielle kroppen kan skape tilgang til det å oppleve glede ved å være i bevegelse. Den levde og erfarende kroppen vil være essensielt i forståelsen av hva bevegelsesglede er og hvordan det oppstår blant elever i kroppsøvningsfaget på ungdomstrinnet. Videre vil det fremheve noen fundamentale faktorer som danner grunnlag for å fremme glede i det fysiske kroppsøvningsfaget.

### **2.1. Kroppsøvningsfaget**

Kroppsøvningsfaget er et fag med lange tradisjoner i skolen, det følger elevene gjennom hele grunnopplæringen fra barneskolen og ut videregående (Borgen, Gjølme, Hallås, Løndal & Moen, 2018). Siden dette er en oppgave som omhandler bevegelsesglede i kroppsøvningsfaget vil det innledende være viktig å presentere kroppsøving som fag. Først vil det bli fremstilt et kort historisk perspektiv på faget før det vil omhandle hvordan det i dag er i skolen. Videre vil det beskrives hvilke formål og verdier faget uttrykker, og hva lærerplanen sier om dagens kroppsøvningsfag.

#### **2.1.1. Kroppsøvningsfaget får plass i skolen**

Kroppsøvningsfaget har utviklet seg til å være det tredje største skolefaget som er i den norske skolen (Sæle & Hallås, 2020, s. 29). Gjennom fagets tid som skolefag har det vært gjenstand for stadig utvikling og forandring.

I år 1848 ble kroppsøving for første gang innført som skolefag, riktig nok kun for gutter boende i byer. Senere ble faget også innført for gutter i bygdene, det var samme året som den allmenne verneplikt ble innført i år 1854 (Brattenborg & Engebretsen, 2021, s. 13). Som en forberedelse til den allmenne verneplikten var undervisningen i faget på denne tiden preget av militære øvelser og gymnastikk. En slik forståelse og gjennomføring av faget foregikk helt frem til 1900 – tallet. Det var først da ideen om at faget kunne benyttes som et læringsfag for hvordan en kunne ta vare på egen helse, og utvikle seg innenfor idrett kom frem (Brattenborg

& Engebretsen, 2021, s. 14). I 1936 var året hvor faget ble et obligatorisk skolefag for alle, både jenter og gutter, i bygd og by (Brattenborg & Engebretsen, 2021, s. 15).

Med tanke på fagets historie har utviklingen frem til den dag i dag vært stor. Fra å være et skolefag som i hovedsak var tilegnet gutter, med hensikt å forberede dem til den allmenne verneplikten, blir det i dag ansett som en selvfølge at det er et fag for alle. Et fag hvor en gjennom deltakelse blir introdusert til en rekke idrett- og bevegelsesaktiviteter ut ifra ens egne forutsetninger (Utdanningsdirektoratet, 2020a).

### **2.1.2. Kroppsøvingfaget i fagfornyelsen og gjeldende lærerplan**

Siden kroppsøving ble et obligatorisk fag i 1936 har faget stått ovenfor fem forskjellige læreplaner å forholde seg til (Brattenborg & Engebretsen, 2021, s. 15). Senest ble det startet innføring av nye læreplaner med en fagfornyelse i 2020. Læreplanverket er virkemiddelet for den nasjonale styringen og retningslinjer for innhold av opplæringen i skolen. Den sier noe om hvilken kompetanse elevene skal utvikle (Kunnskapsdepartementet, 2016, s. 2).

Stortingsmelding 28 omhandler fagfornyelsen, utarbeidelsen og behovet for en slik fornyelse. Det blir omtalt som en revidering av det tidligere læreplanverket fra 2006 (LK06).

Bakgrunnen for en slik endring i skolen blir begrunnet med et ønske om faglig tilpasning og større fokus på dybdelæring (Kunnskapsdepartementet, 2016, s. 1). Det forstås slik at begrunnelsen er dannet i henhold til ønsket om en skole som tilpasser seg samfunnet elevene befinner seg i, slik at opplæringen kan oppleves meningsfylt. En kan se at mye av innholdet i fagfornyelsen er videreført fra det tidligere læreplanverket, men en del er også nytt eller omformulert.

Nytt er at lærerplanen fikk en overordnet del som erstattet den tidligere generelle delen av læreplanverket (Sæle & Hallås, 2020, s. 55). Den overordnede delen omhandler verdiene og prinsippene for læringen som skal foregå i grunnskolen og den videregående skole.

Lærerplanen for kroppsøving bærer preg av en fornyelse. Timeantall og de grunnleggende ferdighetene i faget er likt som i det tidligere læreplanverket. I LK06 var lærerplanen for kroppsøving delt inn i hovedemner, det er nå erstattet med tre kjerneelementer: *bevegelse og kroppslig læring, deltakelse og samspill i bevegelsesaktiviteter og uteaktiviteter og naturferdsel* (Sæle & Hallås, 2020, s. 59). Samtidig er fagfornyelsen bestående av de tre tverrfaglige temaene som skal inkluderes i alle skolefagene: *folkehelse og livsmestring*,

*demokrati og medborgerskap og bærekraftig utvikling* (Saabye, 2020, s. 41).

De tre temaene samsvarer med hva samfunnet søker, og hva dagens ungdommer kan anse som nyttig kunnskap. Et samfunn hvor det stadig er en økende andel ungdom som finner det vanskelig å tilfredsstille kravene en står ovenfor (Bang, Hartz, Furu, Odsbu, Handal & Torgersen, 2022). De siste årene har ungdommen fått tildelt merkelappen «generasjon prestasjon» som omhandler deres opplevelser av prestasjonspress. Et altoppslukende hig etter å kunne prestere på alle arenaer (Bakken, Sletten & Eriksen, 2018). Elever på skolen er ungdommer i en tid hvor de søker etter å finne ut av hvem en er og vil være. Demokrati omhandler ansvar, inkludering og deltakelse, mens medborgerskap om hvem en er overfor andre (Sæle & Hallås, 2020, s. 88). I kroppsøvfingsfaget innebærer det deltakelse i bevegelsesaktiviteter hvor en må følge reglene som gjelder, og respektere de andre deltakerne (Sæle & Hallås, 2020, s. 88). Samtidig lever vi i en tid hvor den såkalte «klima krisen» står sentralt. Bærekraftig utvikling omhandler lærdom om hvordan naturen påvirkes av mennesker, og hva en kan gjøre for å bevare den og ferdes på en måte som tar best mulig vare på naturen (Sæle & Hallås, 2020, s. 105).

Blant kjerneelementene i kroppsøvfingsfaget står emnet bevegelse og kroppslig læring. Utdanningsdirektoratet beskriver kroppslig læring som allsidig motorisk læring, utvikling av kunnskap om egen kropp og opplevelse av bevegelsesglede (Utdanningsdirektoratet, 2020b). Anette Torgersen (2021, s. 87) referer til Steven Stolz (2014, s. 16) sin betegnelse av kroppslig læring. Han presenterer hvordan det omfatter at hele mennesket involveres i læringsprosessen. Det fremstiller et perspektiv der undervisningen foregår på følgende måte hvor eleven evner å oppleve seg selv som en helhet, og kan være til stede på en måte som inkluderer både det motoriske, affektive og kognitive (Torgersen, 2021, s. 87).

Det kroppslige aspektet blir uttrykt som fagets egenart av Vedul-Kjelsås og Elnan (2021, s. 37). De utdyper at faget inkluderer så mye mer enn bare den fysiske aktiviteten som foregår, det innebærer affekter, følelser, opplevelser og sansinger. På den måten fremmer de hvordan det subjektive mennesket tar del og inkluderes i kroppsøvfingsfaget. Noe en ser at det i den nye lærerplanen har åpnet mer opp for enn tidligere. Aspektene som Vedul-Kjelsås og Elnan (2021, s. 237) fremhever trekker frem det fenomenologiske perspektivet i faget, hvor en opplever med kroppen. Slik benyttes den fysiske kroppen som en kilde til kunnskap, og skaper mulighet til å kunne oppleve bevegelsesglede. Faget retter blikket mot at elevene i større grad gjennom faget skal utforske egen identitet og selvbylde. Videre ønsker faget å

bidra til refleksjon og kritisk tenking over sammenhengen mellom bevegelse, kropp, trening og helse (Utdanningsdirektoratet, 2020b).

Kroppsøvfingsfaget uttrykker i dag en hovedintensjon om å være et allmenndannende fag. Et fag hvor elevene gjennom ulike bevegelsesaktiviteter utfordrer seg selv og får lyst til å utvikle seg. Det allmenndannende kroppsøvfingsfaget blir begrunnet på den måten at faget ønsker å bidra til utvikling på alle måter ved det å være et menneske (Brattenborg & Engebretsen, 2021, s. 28). Gjennom det fysiske og praktiske faget står det sentralt at faget skal fremme verdier som omhandler samarbeid, forståelse og respekt overfor hverandre (Utdanningsdirektoratet, 2020a). Videre understreker utdanningsdirektoratet (2020a) fagets ønske om å gi erfaringer som motiverer elevene til å opprettholde en fysisk aktiv og helsefremmende livsstil etter endt skolegang og i deres fremtidige arbeidsliv (Utdanningsdirektoratet, 2020a).

## **2.2. Fenomenologi**

Maurice Merleau-Ponty uttrykker med sin filosofi et helhetlig syn på mennesket. Hans kroppsfenomenologi bygger på forståelsen om hvordan kropp og sinn er avhengig av hverandre for å danne hele mennesket. Han introduserer oss for begrepet «den levde kroppen» i den forståelsen av at kroppen er opplevende og erfarende i en eksistensiell forstand. Den kroppen vi beveger er ikke tinglig og objektiv, men fenomenal (Duesund, 1995, s. 31). Et slikt perspektiv på mennesket og kroppen vil være relevant å bringe inn i kroppsøvfingsfaget hvor elevene skal skape noe med kroppene sine og oppleve glede ved å være i bevegelse.

### **2.2.1. Descartes dualistiske menneskesyn**

Den franske filosofen René Descartes (1596 – 1650) dannet med sin teori et dualistisk menneskesyn. Han oppfattet mennesket som splittet i to substanser, med et tydelig skille mellom kropp og sinn. Det førte til at alle levende organismer, inkludert menneskekroppen ble ansett som maskiner (Engelsrud, 2006, 23). Som splittet mellom to substanser ble mennesket på den ene siden bestående av en tenkende substans og på den andre siden en fysisk substans (Duesund, 1995, s. 26). Det dannet et mekanisk syn på mennesket hvor de to delene ble forstått som isolerte fra hverandre, kropp og sjel ble tilhørende forskjellige verdener uten sammenheng (Duesund, 1995, s. 27). En slik tanke og forståelse av mennesket bidro til en forståelse om at læring kun oppstod gjennom tankene. Det medførte en avstand til

den fysiske kroppen og kunnskap om kroppslig læring. Kroppen ble ikke anvendt som en kilde til kunnskap (Hegre, 2018, s. 23).

### **2.2.2 Fenomenologien søker et helhetlig menneskesyn**

Den tyske filosofen Edmund Husserl (1859 – 1938) anses å være den moderne fenomenologiens grunnlegger. Han hevdet at kunnskap oppstår i menneskets levde erfaringer, og ønsket med sin oppfatning og overskride Descartes dualistiske menneskesyn (Marthinsen, 2018, s. 27). I ettertid er det mange filosofer som har forsøkt å videreføre Husserl sin filosofi, blant dem er Maurice Merleau-Ponty (1908 – 1961) med sin kroppsfenomenologi. Han anses å være den første filosofen som valgte å sette kroppen i sentrum i sitt arbeid med å forstå mennesket (Duesund, 1995, s. 30).

Merleau-Ponty er en av få tenkere som tok utgangspunkt i at vår forståelse av verden blir dannet på bakgrunn av kroppens forståelse av omgivelsene eller situasjoner (Østberg, 1994, s. VI). Det er gjennom kroppen vi er til stede, erfarer og forstår verden. Slik erkjenner han kroppen som en kilde til kunnskap, og motstrider Descartes sitt syn om at læring bare kunne foregå gjennom tankene, men heller gjennom kroppen og dens erfaringer. På den måten viser han til et helhetlig menneskesyn hvor kropp og tanke er avhengig av hverandre for å danne et helt menneske. Merleau-Ponty hevder: «*Jeg forstår, fordi jeg med min kropp utfører handlingen*» (Thøgersen, 2003, s. 22). Med dette utsagnet kan det tenkes at Merleau-Ponty ønsket å formidle at ved å utføre noe med kroppen så skapes erfaringer. De erfaringene en danner med kroppen gir kunnskap om hvordan noe oppleves og kan knyttes til følelser. På den måten muliggjorde han ideen om å skape glede ved å utføre noe med kroppen. Han knytter vår eksistens til egenkroppen. Med begrepet egenkroppens permanens beskriver han hvordan kroppen er i et permanent forhold med vår eksistens. Egenkroppen er permanent fordi vi ikke kan vike fra den. Kroppens permanens danner grunnlaget for vår persepsjon og opplevelse av verden (Torgersen, 2018, s. 317).

Blant kjerneelementene i kroppsøvfingfagets lærerplan står temaet som omhandler bevegelse og kroppslig læring. Her blir det beskrevet at gjennom faget skal elevene reflektere og kritisk tenke over sammenhengene mellom kropp, trening og helse. Videre blir kroppslig læring omtalt som allsidig motorisk læring, utvikling av kroppsbevissthet og stimulering til bevegelsesglede (Utdanningsdirektoratet, 2020b). Gjennom kroppsøvfingfaget skal elevene lære med og om kroppen ved å delta i ulike bevegelsesaktiviteter (Utdanningsdirektoratet,



2020b). En slik beskrivelse av kropp og kroppslig læring i faget kan forstås i den retning at det ønskes å gi opplevelser og erfaringer hvor det helhetlige mennesket blir inkludert. Det viser til et behov hvor det subjektive og opplevende mennesket får være deltakende for å kunne oppnå fagets intensjoner. Slik som fenomenologien var den første filosofien til å anerkjenne kroppen som en kunnskapsressurs bare kroppen kan gi, vil kroppsøvingfaget gi opplevelser som bare kan oppnås ved å være i bevegelse (Torgersen, 2018, s. 69).

### **2.2.3. Førstepersons-perspektivet**

Denne studien henviser til en fenomenologisk forståelse av kroppen og mennesket, når det blir undersøkt hvordan elever på ungdomstrinnet erfarer og opplever bevegelsesglede i kroppsøvingfaget. Torgersen (2018, s. 69) hevder at fenomenologien undersøker hvordan våre objektive sannheter blir dannet av våre subjektive kroppslige erfaringer fra et første-persons-perspektiv. På hvilken måte det å skape og oppleve bevegelsesglede foregår i kroppsøvingfaget er avhengig av elevenes egne og subjektive erfaringer. Hvordan elevene opplever kroppsøvingfaget og oppstandelse av bevegelsesglede vil være individuelt, det er ikke naturligvis slik at alle elevene opplever glede av samme aktivitet.

I følge Merleau-Ponty er kroppen vår tilgang til verden. Ved å eksistere i verden tilføres erfaringer som danner mennesket i den levde kroppen (Duesund, 1995, s. 31). På den måten var han opptatt av å få frem det enkelte menneskets opplevelser i fra et første-persons-perspektiv. Et første-persons-perspektiv er noe fenomenologene har ønsket å fremheve. Ved å fremme et slikt perspektiv får en frem et individs subjektive opplevelser og sannheter over det å være i verden (Zahavi, 2003, s. 16). Når første-persons-perspektivet får ta del og inkluderes i kroppsøvingfaget vil en kunne anvende kroppen som en kunnskapsressurs. Det gir rom og åpner for den levde kroppens erfaringer i verden, der hvor den første meningsskapingen oppstår (Torgersen, 2018, s. XIX).

## **2.3. Bevegelsesglede**

I kroppsøvingfagets læreplan blir det fra utdanningsdirektoratet presentert hvordan faget har til hensikt å gi opplevelser som skal gi elevene livslang bevegelsesglede. Videre står det ingen definisjon på hva det er eller når og hvordan det oppstår i kroppsøving. Det blir derfor opp til hver enkelt lærer og forstå hvordan en skal legge til rette for bevegelsesglede i undervisningen. I denne delen av oppgaven skal begrepet bevegelsesglede belyses, hva det er og hvordan det kan ta plass i kroppsøvingfaget.

### 2.3.1 Bevegelsesglede i kroppsøvningsfaget

Begrepet bevegelsesglede står sentralt i kroppsøvningsfaget, da et av fagets formål nettopp er å stimulere til livslang bevegelsesglede (Utdanningsdirektoratet, 2020a). Det vil være vanskelig å definere hva bevegelsesglede er, det finnes ingen definisjon eller fasit på hvordan en oppnår opplevelse av det. Det kan heller anses som en subjektiv opplevelse av hvordan en finner glede ved å være i bevegelse (Lyngstad, 2010, s. 66). Det er individuelt og vil variere fra person til person, det er ikke gitt at alle erfarer glede av det samme. Bevegelsesglede kan derimot beskrives på følgende måte at det er aktivitets og situasjonsbetinget, i den forstand at den kan oppstå eller forsvinne på kort tid (Lyngstad, 2010, s. 65). Det vil være opp til hver enkelt lærer å tolke og forstå betydningen av bevegelsesglede og hvordan deres arbeid kan bidra til det. Opplevelse av glede ved å være i bevegelse kan bidra til bedre selvfølelse og identitetsutvikling, og være viktig for elevenes dannelsesprosess (Lyngstad, 2010, s. 65).

I følge Ingulfsvann (2021, s. 40) kan bevegelsesglede forstås utfra tre perspektiver, det idrettspsykologiske, sosiokulturelle og det eksistensielle perspektivet. I det idrettspsykologiske perspektivet undersøker en menneskelig atferd og de mentale prosessene ved å være i bevegelse. En retter gjerne søkelyset mot sammenhengen mellom motivasjon og bevegelsesglede. Det sosiokulturelle perspektivet anvender seg mot forholdet mellom et individ og det sosiale og kulturelle miljøet hvor det befinner seg. Her står verdier som samhandling, deltagelse og kommunikasjon i sentrum. Det tredje og eksistensielle perspektivet omhandler forskning med filosofiske elementer, som for eksempel fenomenologi. Sentralt står spørsmål om den menneskelige tilværelse og erfaringer, og opplevelse av seg selv i bevegelse (Ingulfsvann, 2021, s. 42).

Skolen har som intensjon å gi elevene kunnskap som danner det helhetlige mennesket ved å fremme kompetanse som omhandler både sosiale, faglige og fysiske ferdigheter (Postholm & Jacobsen, 2011, s. 11). Å være i bevegelse og fysisk aktivitet er nødvendig for alle mennesker. Kroppsøvningsfaget kan i sin posisjon fremstå som unik i den settingen at det er et sted hvor elever og unge mennesker kan skape positive holdninger til å være i bevegelse og danne gode erfaringer (Rage, 2011, s. 9). Beni, Fletcher og Chróinín (2017) gjennomførte en litteraturstudie for å undersøke hva som oppleves som meningsfylt for deltakelse i kroppsøving. Et av funnene viser til at det å ha det «gøy» i undervisningen opplevdes som meningsfylt og motiverende for deltakelse (Beni et al., 2017, s. 9). Gøy kan i denne sammenheng assosieres med glede, slik kan det tenkes at det å ha det «gøy» i kroppsøvningsundervisningen kan være en uttrykkelse for opplevelse av bevegelsesglede.

For at elevene skal oppleve glede og danne gode erfaringer må de delta og være i bevegelse. En kan knytte det i sammenheng med det kroppsfenomenologiske perspektivet og dets posisjon i kroppsøvingsfaget for hvordan en er avhengig av det hele mennesket for å oppleve bevegelsesglede. «*Kroppen og bevegelsene er en tilgang til en selv, andre og verden, og det å bevege seg er en uuttømmelig kilde til glede og lyst til å finne livsmot*» (Engelsrud, 2006, s. 127). Ut ifra sitatet til Engelsrud (2006, s. 127) så er kroppen i bevegelse en uuttømmelig kilde til glede, slik som vi søker etter opplevelsen av bevegelsesglede.

Til tross av at kroppsøvingsfaget har et ønske om å gi opplevelser som skal føre til livslang bevegelsesglede, hevder Engelsrud og Aasland (2018) at det behøver ikke å forstås slik at eleven må trives eller oppleve glede akkurat der og da. Heller på den måten at gode erfaringer kombinert med kunnskap om hvordan og hvorfor bedrive fysisk aktivitet kan bidra til glede i det lange løp. Om kroppsøvingsfaget blir det sagt at glede er naturligvis ønskelig og sentralt for elevene sin motivasjon sett i sammenheng med læringsprosess (Engelsrud & Aasland, 2018). Samtidig handler skolen om utdanning og utvikling av kunnskap og forståelse i større grad enn å forhøye elevene sin glede (Engelsrud & Aasland, 2018).

Opplevelse av glede, mestring og meningsfylte bevegelsesaktiviteter her -og nå, ses som viktige for å skape erfaringene og kunnskapen ved å være i bevegelse i fremtiden.

Kroppsøving er en del av skolens oppdragelses og dannelsingsprosjekt, her skal bevegelseskulturen dannes, og verdier ved å være i bevegelse stå sentralt i elevens dannelse (Lyngstad, 2010, s. 69). Skolen og kroppsøvingsfaget skal medvirke til at elevene utvikler kompetanse og lyst til å ta hånd om eget liv, deriblant gjennom fysiske aktiviteter. Ifølge Lyngstad (2010, s. 69) angår erfaringer av fysisk aktivitet elevers forståelse av seg selv og danning av deres identitet, og omhandler universelle verdier. På den måten vil opplevelse av bevegelsesglede knyttes til eksistensielle verdier som velvære og det gode liv (Lyngstad, 2010, s. 69). Bevegelsesglede oppstår når en opplever en balanse mellom egne ferdigheter og utfordringene en møter i bevegelsessituasjoner (Ingulfsvann, 2021, s. 41).

## **2.4. Anerkjennelse**

Anerkjennelse omhandler menneskets behov om å bli sett, hørt og akseptert for den en er. Opplevelse av å bli anerkjent av de som en omgås sosialt med kan bidra til at en opplever en trygghet i seg selv. Dermed kan det anses som en viktig faktor i kroppsøvingsfaget hvor elevene sammen skal bruke kroppene sine fysisk. Ved opplevelse av å bli anerkjent kan det

bidra til at elevene tør å være med i det fysiske og praktiske kroppsøvningsfaget. Jeg vil belyse Axel Honneth sin anerkjennelsesteori og hvordan denne er relevant å inkludere for at bevegelsesglede skal oppstå i kroppsøvningsfaget.

#### **2.4.1 Axel Honneth sin anerkjennelsesteori**

Anerkjennelse går ut på at en aksepterer, respekterer og godtar noe eller noen for slik den eller de er (Stai, 2020). I skolen blir elevene sin opplevelse av å bli anerkjent essensiell for deres identitetsskaping. Læreres tilnærming til elevene vil ha stor påvirkning på deres opplevelse av anerkjennelse og trivsel. Lærere med tydelige forventninger uten å virke nedlatende overfor elevene, kan være med å skape et forhold hvor elevene føler seg sett og respektert (Nordahl, 2010, s. 103). Opplevelser av anerkjennelse kan skape en trygghet for elevene, både i seg selv og på medelevene. Slik kan det bidra til å skape gode relasjoner som vil ha betydning for deres deltakelse i det fysiske kroppsøvningsfaget. Det finnes i dag mange teorier om anerkjennelse, en av de mest omtalte innenfor pedagogikken og skolen er den tyske filosofen Axel Honneth sin teori. Teorien hans blir ansett som en allmenn anerkjennelsesteori om anerkjennelsens grunnleggende betydning for menneskets muligheter (Jordet, 2020a, s. 24). Videre i min oppgave vil jeg ta utgangspunkt i Honneth sin anerkjennelsesteori og Arne Nikolaisen Jordet sin forståelse av den anvendt mot skolen.

Honneth sin teori grunner på den tanken om at anerkjennelse har en unik betydning for menneskets muligheter til å realisere sitt iboende potensial og på den måten bli den beste versjonen av seg selv (Jordet, 2020a, s. 24). Erfaringene av anerkjennelse vil være en identitetsskapende forutsetning for å danne det sunne, frie og selvbestemte mennesket. Disse betingelsene blir ansett som nødvendige for det gode liv (Jordet, 2020a, s. 24). Jordet (2020a, s. 24) skriver at det i dag finnes mye forskning på feltet som tilsier at menneskets eksistensielle og psykologiske erfaringer i livet «setter seg i kroppen», og at anerkjennelse på den måten vil være helsefremmende. Motsatsen og fravær av anerkjennelse beskriver Honneth som «krenkelser», det vil ha negative konsekvenser for mennesket, dets liv og helse (Jordet, 2020a, s. 24). En kan dermed knytte det fenomenologiske perspektivet på mennesket og kroppen, om det subjektive og erfarende menneske inn i hans teori om anerkjennelse. Våre erfaringer setter seg i kroppen sier også Merleau – Ponty, før han utdyper at det er kroppen som først forstår verden (Duesund, 1995, s. 31). Honneth sin forklaring og forståelse som omhandler betydningen av anerkjennelse inkluderer den fenomenologiske forståelsen av mennesket og det erfaringer. Våre erfaringer som setter seg i kroppen vil i kroppsøvningsfaget

være betydningsfullt for hvordan elevene i ettertid vil oppleve kroppsøvningsfaget og det å være i fysisk aktivitet. Gode erfaringer som setter seg i kroppen som kan assosieres med glede og mestring, og som er lystbetonte kan på sin side bidra til et ønske og motivasjon om å være i aktivitet også utenfor skolens arena.

I følge Honneth finner vi anerkjennelse i tre ulike former: 1. Kjærlighet i form av omsorg, varme og empati. Det vil ha innvirkning på dannelse av en trygg selvfølelse. 2. Rettigheter ved å bli respektert som likeverdig, å bli ansett som et likeverdig subjekt i samfunnet vil bidra til å bedre menneskets selvrespekt. 3. Sosial verdsetting (solidaritet) i den sammenheng at en blir verdsatt for den en er og gjør i sosiale fellesskaper. En slik verdsetting blir ansett som en essensiell faktor for vår selvtilit (Jordet, 2020b). I henhold til Honneth sin teori har de tre punktene om selvfølelse, selvrespekt og selvtilit innvirkning som menneskets fundamentale referanseramme i livet (Jordet, 2020b).

#### **2.4.2. Viktigheten av opplevelse av anerkjennelse i kroppsøvningsfaget**

Bekreftelse på at en er god nok som en er, og inkludering er nøkkelford for anerkjennelse i kroppsøvningsfaget. I fagets lærerplan står det skrevet at elevene i kroppsøving skal lære å anerkjenne ulikheter, og utvikle kompetanse om å inkludere andre uavhengig av forutsetninger (Vedul-Kjelsås & Elnan, 2020, s. 237). Ut ifra en slik beskrivelse kan en se det slik at kroppsøvningsfaget er for alle, og at elevene skal opparbeide forståelse om at en er ulike og respektere det. Anerkjennelse i kroppsøvningsfaget er nødvendig for at elevene skal delta. For noen elever kan det å bruke kroppen sin fysisk sammen med medelever og andre oppleves som en sårbar situasjon hvor en kan føle på det å «utlevere» kroppen sin til de rundt (Sæle & Hallås, 2020, s. 74). Ved å oppfylle de tre ulike formene for anerkjennelse i lys av Honneth sin teori om å oppleve kjærlighet og omsorg, opplevelse av å bli respektert og sosialt verdsatt kan det å delta i kroppsøving være mindre skummelt (Jordet, 2020a, 24). Kroppsøving kan ved hjelp av anerkjennelse være det faget det ønsker å være, et fag for alle.

### **2.5. Relasjoner**

Relasjoner i kroppsøvningsfaget vil omhandle forhold og tilhørighet, hvordan forhold elevene har til hverandre og mellom lærer og elev. På bakgrunn av elevene sine erfaringer i faget vil de danne et forhold til kroppsøving som skolefag. Gode opplevelser i faget vil danne gode erfaringer om faget som en kan ta med seg i fremtiden, slik som faget ønsker med livslang

bevegelsesglede. I Kroppsøvfingsfaget skal elevene individuelt prestere noe som læreren vurderer i form av karakter. Prestasjonene som hver enkelt elev utfører blir synlige fordi en utfører noe fysisk med kroppen (Andrews & Johansen, 2005, s. 4). For noen elever kan det oppleves sårt og vanskelig å utlevere seg selv på den måten, gode relasjoner er derfor meget essensielt for å føle seg trygg i situasjonene som foregår.

Avslutningsvis i oppgavens teoretiske avhandling vil jeg ta for meg hvordan relasjoner kan ligge til grunn for opplevelse av bevegelsesglede.

### **2.5.1. Relasjoner for å skape bevegelsesglede**

Begrepet relasjon har betydning som omhandler forhold, forbindelse, sammenheng eller samhörighet (Aubert, 2020). En relasjon oppstår som mellommenneskelige forhold og forbindelser. Det blir av Skrøvset, Mausethagen og Slettbakk (2017, s. 28) definert som interaksjoner mellom mennesker hvor tillit, anerkjennelse og en genuin interesse for andre står sentralt. Aslaug Kristiansen (2005) har skrevet en bok som omhandler tillit og tillitsrelasjoner i undervisningssammenheng. Her blir det beskrevet hvordan tillit omhandler forhold mellom mennesker, hvor en opplever mulighet til å utvikle seg selv. Det anses som en tilgang i en verden hvor en kan dele erfaringer, tanker, glede og sorger (Kristiansen, 2005, s. 7).

En grunn til å anerkjenne tillit som avgjørende for å danne de gode relasjonene kommer frem i Kristiansen (2005, s. 7) sin beskrivelse om at tillit omhandler å skape relasjoner og forbindelser til andre mennesker, systemer og institusjoner. Relasjonsbygging er en av lærerens viktigste oppgave. Læreren som danner opplevelse av tilknytning og tilhörighet mellom seg og elevene, og elevene seg imellom åpner opp for vekst og trivsel. Å skape gode relasjoner handler om å se elevene, det skal gi de positive følelser, skape trygghet og tillit ved å vise empati og å være tydelig (Fallmyr, 2020, s. 37). Beni et al. (2017, s. 7) henviser til resultater hvor elevene erfarer de sosiale interaksjonene som viktig for at det skal oppleves meningsfylt å delta i kroppsøvfingsfaget. Kroppsøvfingsfaget må skape relasjonene som bidrar til at en føler tilhörighet i det sosiale fellesskapet (Beni et al., 2017, s. 7). Uten følelse av tilhörighet kan det føre til negative konsekvenser for elevenes deltakelse i faget.

Gode relasjoner mellom lærer – elev og elevene seg imellom blir understreket som viktig for elevene sin utvikling, både faglig og sosialt (Skrøvset et al., 2017, s. 5). Erfaringer av gode relasjoner står som en grunnmur for deltakelse i skolen, og ikke minst i det fysiske

kroppsøvingsfaget (Moe, Hovi, Singstad, Skjellerud & Simensen, 2016). Federici og Skaalvik (2015) viser i sin artikkel til hvordan lærer – elev relasjonen har betydning for motivasjon og deltakelse. Elevene sin opplevelse av lærerne viser å være en av de største faktorene for deres motivasjon til skolearbeid. Gode relasjoner og opplevelse av omsorg og støtte fra læreren bidrar til opplevelse av tilhørighet, både til læreren og klassen (Federici & Skaalvik, 2015). Det kan gi elevene mulighet til å ta del i fysiske kroppsøvingsfaget med kroppene sine. Hvor en kan benytte seg av kroppen som en kunnskapsressurs, der elevene kan ta del i undervisningen som levende og opplevende (Torgersen, 2021, s. 86).

Noe av egenarten ved kroppsøving er at en utøver noe fysisk med kroppene sine og viser frem sine kroppslige ferdigheter. Det kan fremvises på den måten at uavhengig av hensikt vil de allerede idrettsaktive elevene ha en fordel (Standal & Rugseth, 2021, s. 18). Gode relasjoner blant elevene seg imellom kan bidra til et inkluderende og trygt fellesskap og læringsmiljø hvor en tør å ta del i det fysiske faget. Merleau-Ponty kom med utsagnet «den levde kroppen» (Engelsrud, 2006, s. 30). I den forstand at det å erfare og eksistere i verden en noe vi mennesker er, gjør og har med kroppen vår. Opplevelse av gode relasjoner og tillit bidrar til at elevene tar del i kroppsøvingsfaget som levende og erfarende subjekter, og på den måten frigjøres muligheten om å oppleve bevegelsesglede.

### 3. Metode

I dette kapittelet vil hensikten være å presentere og gjøre rede for metodiske valg og vurderinger som er blitt utført i henhold til oppgavens tema og problemstilling. Det ble tidlig i prosessen avklart et ønske om å undersøke temaet bevegelsesglede i kroppsøvfingsfaget ut ifra et elevperspektiv. Siden oppgavens problemstilling stiller spørsmål om *hvordan* og har som hensikt å gå i dybden av elevene sine tanker, forståelse og meninger, ble det avgjort at den kvalitative metoden ville være best egnet for å besvare oppgaven (Dalland, 2020, s. 55).

Den kvalitative forskningsmetoden kjennetegnes ved å søke etter meninger og opplevelser som ikke vil la seg tallfeste eller måles (Dalland, 2020, s. 54). Sentralt står dens mål om å skape en forståelse av fenomener i henhold til personer og situasjoner i deres sosiale virkelighet (Dalen, 2011, s. 15). Siden studiens hensikt er å få frem elevene sine subjektive oppfattelse og erfaringer om hvordan bevegelsesglede oppstår i kroppsøvfingsfaget ble det naturlig å velge en kvalitativ tilnærming.

#### 3.1. Vitenskapsteoretisk forankring

Kvalitative metoder retter blikket mot å utvikle en forståelse av de fenomenene vi undersøker. En kvalitativ tilnærming kan dermed ses i sammenheng med de fortolkende teoriene fenomenologi og hermeneutikk (Thagaard, 2018, s. 19). I slike metoder vil hensikten være å se menneskelige prosesser eller situasjoner i den virkelige settingen. Her vil forskeren være åpen for hva de deltakende sier og gjør, for og så formidle videre de perspektivene som kommer frem (Postholm, 2010, s. 9). Den vitenskapsteoretiske fortolkningsrammen er avgjørende for den forståelsen vi danner oss i løpet av forskningsprosessen (Thagaard, 2018, s. 19). I denne studien var det ønskelig å gå i dybden på hvordan elever på ungdomstrinnet, og i hovedsak 10. trinn forstår begrepet bevegelsesglede. Deres opplevelse og hvordan de erfarer at bevegelsesglede oppstår og skapes i kroppsøvfingsfaget. Det fenomenologiske vitenskapsperspektivet tar utgangspunkt i den subjektive opplevelsen og søker etter å oppnå en dypere forståelse av elevenes sine erfaringer (Thagaard, 2018, s. 36).

Hermeneutikk og fenomenologi er begreper som kan ses i sammenheng, men som også benyttes hver for seg. Hermeneutikk omhandler fortolkning, om å finne betydningen i noe, mens fenomenologi er læren om fenomener (Dalland, 2020, s. 48). Gjennom det kvalitative forskningsintervjuet vil en i lys av det fenomenologiske perspektivet rette blikket mot elevene



sin livsverden og hvordan de erfarer kroppsøvningsfaget (Dalland, 2020, s. 48).

### **3.2. Valg av forskningsdesign**

Innenfor den kvalitative metoden står det kvalitative forskningsintervjuet sentralt som en metode å benytte seg av når en skal gå kvalitativt til verks. «*Hvis du vil vite hvordan mennesker oppfatter verden og livet sitt, hvorfor ikke spørre dem?*» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 18). Slik som Kvale og Brinkmann (2015, s. 18) presiserer i sitatet ovenfor vil det beste svaret en får om en lurer på hvordan andre oppfatter eller opplever verden, være ved å stille spørsmål. Siden denne studien ble gjennomført med hensikt om å undersøke hvordan elever opplever bevegelsesglede, og hvordan det oppstår ble det dermed valgt å benytte seg av kvalitative forskningsintervju. En intervjusamtale foregår ved at forskeren stiller spørsmål og lytter til hvordan intervjupersonene forklarer og besvarer spørsmålene ut ifra deres livsverden (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 18).

Gjennom det kvalitative forskningsintervjuet var ønsket å danne en forståelse av kroppsøvningsfaget i lys av elevene sine perspektiver. Hensikten med et slikt intervju ville være at en gjennom samtalen ønsker å få frem de intervjuede sine erfaringer og opplevelser. Intervjupersonene er deltagende for å kunne innhente informasjon om det valgte temaet som undersøkes. En er dermed avhengig av deres subjektive besvarelse av det som undersøkes for å kunne skape mening og bli gitt en forståelse om det som blir undersøkt (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 20).

Bakgrunnen for å anvende fokusgruppeintervju fremfor individuelle intervjuer ble valgt da det kan oppleves tryggere for elevene å være sammen med noen de er trygge på fra før, mens intervjuet pågår. Ved å oppleve intervjuet som en trygg situasjon kan det medføre at elevene åpner opp om sine tanker og opplevelser om temaet. Et gruppeintervju kan også være til hjelp for elevene og deres besvarelser, de kan hjelpe hverandre med å huske ulike hendelser og gi bredere beskrivelser av erfaringene de har felles (Postholm, 2010, s. 72). På den måten oppstod muligheten til at de kunne utfylle hverandres besvarelser av spørsmålene som ble gitt. Under gjennomføringen av fokusgruppeintervjuene var det ønskelig med grupper på fire elever. Ønsket om å inkludere fire elever i hvert intervju ble valgt da det var mange nok til at elevene kunne reflektere sammen. Samtidig var ikke gruppen stor nok til at noen forsvant i samtalen og fikk en passiv rolle.

### **3.3. Utvalg og rekruttering av informanter**

Utvalg av deltakere og intervjusubjekter til denne studien ble gjort på bakgrunn av oppgavens problemstilling og problemområde. Intervjuene ble derfor gjennomført med elever på ungdomstrinnet, for å høre deres subjektive erfaringer om kroppsøvfingsfaget hvor de er deltakere.

Det ble dermed utført et strategisk utvalg som betyr at en velger informanter som er relevante i forhold til problemstillingen (Thagaard, 2018, s. 54). På bakgrunn av det ble valget å inkludere elever på 10. trinn som informanter. Å inkludere elever på 10. trinn ble avgjort i henhold til studiens hensikt om å få innblikk i hvordan elever på ungdomstrinnet opplever at bevegelsesglede skapes. Jeg anser det slik at elevene er de best egnede informantene, da det omhandler deres subjektive oppfattelse og hvordan de opplever bevegelsesglede i kroppsøvfingsfaget.

Deltakerne i studien er elever fra ulike skoler, elevene er utvalgt ettersom hvem som hadde lyst og mulighet til å delta. Det var ikke bestemt noen spesifikke inklusjons eller eksklusjonskriterier for deltakelse annet enn at elevene gikk i 10. trinn og er delaktige i kroppsøvfingsundervisningen. Grunnen til å velge elever på 10. trinn fremfor andre trinn på ungdomstrinnet, ble bestemt på bakgrunn av at de har vært elever gjennom hele ungdomstrinnet og kan være mer reflekterte over undervisningen.

Rekrutteringen av intervjudeltakere viste seg å være en tidkrevende og til tider frustrerende prosess. Det ble først sendt ut en informasjonsmail om masterstudien, dens hensikt og ønske for gjennomføring til ulike skoler sin administrasjon og rektor. Det var få skoler som besvarte den første e-posten som ble utsendt og mange som takket nei når den neste ble sendt. På andre skoler var ledelsen positive og videresendte informasjonen til de aktuelle kroppsøvfingslærerne på skolen som igjen tok kontakt med meg og introduserte studien for sin klasse. Ved noen skoler var det elever som ønsket og delta og andre var det ingen. Likevel var det heldigvis skoler med lærere og elever som var positive, og som ønsket å være med.

#### **3.3.1. Presentasjon av informantene**

Elevene som deltok var elever ved skoler i Viken, Vestland og Oslo fylkeskommune. Under transkriberingen ble elevene tildelt fiktive navn som vil benyttes i utdrag av diskusjonen. De

deltakende elevene i undersøkelsen viser interesse for fysisk aktivitet og bevegelse ved å være aktive på fritiden. Både med organisert idrett og annen bevegelse på egenhånd, dette varierte mellom trening på helsestudio og uorganisert trening/ aktivitet i gruppe sammen med andre. Totalt bestod utvalget av 14 elever, 7 jenter og 7 gutter.

Første elevgruppe som ble intervjuet var fokusgruppeintervjuet med to informanter som er blitt tildelt navnene Åsmund og Andreas. De er elever ved en ungdomsskole i Viken fylke.

Den andre gruppen som ble intervjuet var fire elever ved en ungdomsskole tilhørende Vestland fylke. De ble utdelt navnene Ingrid, Guro, Marte og Marius.

Tredje elevgruppe er bestående av de fire elevene Kristian, Ada, Theo og Ina. De er elever ved en skole i Oslo fylke.

Den fjerde elevgruppen er også tilhørende en skole i Oslo fylke. Elevene ble navngitt som Ivar, Thomas, Anna og Une.

### **3.4. Datainnsamling**

Når en skal ta for seg temaer som omhandler dagliglivet til intervjusubjektene og som skal forstås ut ifra deres ståsted er det vanlig å benytte seg av det såkalte semistrukturerte intervjuet (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 46). I det semistrukturerte intervjuet ønsker en å skape en forståelse om temaet ut ifra intervjusubjektene egne perspektiver på det som blir undersøkt (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 46).

På forhånd av intervjuene ble det utarbeidet en intervjuguide (se vedlegg 2). Intervjuguiden var bestående av de ulike temaene intervjuene skulle omhandle, og spørsmålene en ønsket å besvare (Dalland, 2020, s. 83). Intervjuguiden ble et hjelpemiddel underveis i intervjuene for å sikre at spørsmålene ville belyse oppgavens problemstilling.

Intervjuene ble på ingen måte utført som en åpen samtale, men heller ikke som et lukket spørreskjema. Det ga frihet til å kunne tilpasse spørsmålene og rekkefølgen i henhold til samtalen som foregikk (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 46). I det semistrukturerte livsverden intervjuet er søken etter å innhente beskrivelser av personene sin forståelse om det gitte temaet i sentrum.

Når en skal gjennomføre en studie med fokusgruppeintervju som metode er det ikke noen

retningslinjer for hvor mange gruppeintervjuer en burde gjennomføre. En kan velge å bare gjøre ett gruppeintervju, men det vil likevel i mange tilfeller styrke studiens funn om en opererer med to eller flere (Jacobsen, 2015, s. 162). I denne studien ble det gjennomført fire fokusgruppeintervjuer fra tre forskjellige skoler i Viken, Vestland og Oslo fylke. Tre av intervjuene ble gjennomført med fokusgrupper på fire elever, mens på det ene intervjuet var det kun to elever.

Etter å ha fått kontakt med kroppsøvlingslærere med elever som ville ta del i studien ble informasjons- og samtykkeskrivet (se vedlegg 1.) sendt til læreren som ville gi det videre til elevene. Siden elevene som deltok er under seksten år stilte det seg et etisk behov for samtykke av deres foresatte. Videre ble det avtalt tidspunkt for når intervjuene skulle gjennomføres. I forkant av gjennomføringen ble det bestemt å foreta lydopptak av intervjuene ved bruk av en diktafon. Informantene ble informert om dette i forkant, både på e-post og i informasjons- og samtykkeskrivet. Ved å benytte seg av lydopptak sier Jacobsen (2015, s. 148) det kan gi en utfordring ved å medføre at informantene kan oppleve å føle det mindre komfortabelt å snakke. Likevel ble det besluttet at lydopptak var et bedre alternativ enn å forsøke å ta notater underveis i intervjuet. Bruk av båndopptak og den følgende transkriberingen ville bidra med å beholde viktige sitater og informasjonen som kom frem i intervjuene (Jacobsen, 2015, s. 148). Intervjuene hadde alle ganske lik varlighet med et gjennomsnitt på rundt 20 minutter.

## **3.5.     Analyse**

### **3.5.1.   Databehandling og transkribering**

Lydopptakene kan ikke direkte benyttes i analysene av data, de må skrives ut (Grønmo, 2016, s. 172). En slik prosess hvor det muntlige intervjuet blir omdannet til skriftlig tekst er transkribering. Arbeidet med transkriberingen kan være noe tidkrevende, men samtidig en viktig del av arbeidet. De påfølgende utskriftene vil utgjøre datamaterialet (Grønmo, 2016, s. 172). Å selv utføre transkriberingen bidrar til en større tilknytning til materialet, noe som kan styrke studien reliabilitet (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 207). I tråd med Kvale og Brinkmann (2015) ble transkriberingene utført selv. Etter transkriberingen ble det lest gjennom alle intervjuene og fjernet ulike pause, og mellom ord. Likevel ble noen mellom ord og enkelte tenkepauser igjen, da de ble ansett som utfyllende for svarene. Totalt utgjorde det

transkriberte materialet et omfang på 32 A4 sider med skriftstørrelse 12.

### 3.5.2. Tematisk analyse av datamaterialet

Når transkriberingen fra intervjuene var fullført, slik som Kvale & Brinkmann (2015, s. 206) rekommanderer for å klargjøre materialet til analyse, kunne arbeidet begynne. Gjennom analysen var hensikten å få frem elevene sine synspunkter om hvordan bevegeleseglede oppstår og fremheve innholdet fra intervjuene (Dalland, 2020, s. 94). Det ble lest gjennom transkripsjonene fra alle intervjuene for å så trekke frem det som ble sagt for å kunne besvare oppgavens problemstilling.

Analyseringen av det intervjuede materialet ble det foretatt med et fenomenologisk blikk. Ved en slik metode anvender forskeren analyse av meningsinnholdet i det innhentede materialet. Der er man opptatt av hva som blir fortalt i intervjuene, og forskeren leser gjennom transkriberingene fortolkende med et ønske om å forstå den dypere meningen i hva som er blitt sagt (Johannessen. A, Tufte & Christoffersen, 2021, s. 170). For å gjennomføre analysen ble Johannessen. L. E. F, Rafoss og Rasmussen (2018, s. 278) sin beskrivelse av tematisk analyse og deres fire steg benyttet som inspirasjon til arbeidet. De omtaler den tematiske analysen som en fleksibel og nyttig tilnærming for alle som skal foreta en kvalitativ analyse.

Etter å ha utført transkriberingen som forberedelse til analysen kunne prosessen med lesning og selve analyseringen av innholdet begynne. Videre leste jeg gjennom materialet, først en gjennomlesing før det ble lest gjennom teksten med et blikk rettet mot oppgavens problemstilling og problemområde. For å fremheve det relevante innholdet ble det valgt å markere med markeringstusjer. Det som ble ansett som sentrale funn for den videre diskusjonen i oppgaven, slik som Johannessen L. E. F., et al. (2018, s. 284) angir som kodingsfasen. Senere skrev jeg ut transkriberingene på ny for å kunne *kategorisere* materialet. Det foregikk på den måten at jeg så på det tidligere markerte innholdet og så etter hva som kunne gå i samme kategorier.

Under gjennomlesningen ble det observert at elevene gjentakende nevnte relasjoner som en viktig faktor i kroppsøvingsfaget. På bakgrunn av det ble de sentrale funnene som omhandlet relasjoner markert med grønn markeringstusj. Som oppgavens hovedtema, bevegeleseglede ble det naturligvis stilt spørsmål og besvarelser om det i intervjuene. Det elevene sa eller nevnte i forbindelse med spørsmål om bevegeleseglede ble da markert i lilla. Mestring var også et gjentakende begrep som kom frem i intervjuene i forbindelse med å oppleve glede,

dette ble da markert i gult.

Markeringene skapte en oversikt over hva elevene egentlig hadde sagt og en tydeligere forståelse av resultatene som kom frem. Det medførte at det vokste ut noen gjentakende beskrivelser som ga relevante temaer å diskutere videre. Deriblant betydningen av gode relasjoner for deltakelse i det fysiske kroppsøvningsfaget. Både relasjoner mellom elevene, men også relasjonen mellom lærer og elev. Hvordan læreren med god kjennskap til elevene hadde evne til å tilpasse undervisningen for den bestemte elevgruppen som igjen ble ansett som avgjørende for å oppleve glede. Med et tilpasset undervisningsopplegg oppstår også opplevelse av mestring. Mestring blir av elevene beskrevet som nøkkelen til bevegelsesglede.

Ved å foreta en slik analyseprosess medførte det en oversikt over hvilke funn og materiale som kunne belyse spørsmålet om hvordan bevegelsesglede oppstår. Ut fra analysearbeidet kom det frem noen hovedpunkter av funn som vil diskuteres videre i lys av oppgavens problemstilling. 1. Betydningen av mestring og anerkjennelse i kroppsøvningsfaget., 2. Relasjoner og trygghet for opplevelse av glede 3. Lærernes didaktiske grep for å legge til rette for bevegelsesglede hos elevene.

### **3.6. Etske refleksjoner**

Når en skal gjennomføre en forskning eller studie basert på andre mennesker sine opplevelser, meninger og erfaringer vil en viktig del av arbeidet være å ivareta informantens personvern og etiske rettigheter. Slike etiske refleksjoner burde så langt det lar seg gjøre bli klargjort før selve undersøkelsesprosessen begynner (Jacobsen, 2015, s. 45). Grunnet bruk av den kvalitative metoden med fokusgruppeintervjuer regnes denne masteroppgaven som en studie med behandling av personopplysninger. Det innebærer en nær kontakt mellom forsker og informantene (Thagaard, 2018, s. 21). På bakgrunn av prosjektets behandling av persondata er det krav om meldeplikt og godkjenning med tillatelse for å gjennomføre studien i fra Norsk Senter for Forskningsdata (NSD) (Thagaard, 2018, s. 22). Dermed ble det ved prosjektstart, høsten 2022 sendt inn meldeskjema. Denne søknaden inneholdt en utarbeidet intervjuguide (se vedlegg 2) og informasjon- og samtykkeskjema (se vedlegg 1), samt prosjektplanen. September 2022 ble prosjektet vurdert og godkjent som ga klarsignalet til å begynne med datainnhenting (se vedlegg 3).

I henhold til gjennomføring av intervjuene ble informantene tidlig informert om at deres deltakelse ville være helt anonymt. Hverken deres navn eller skole ville bli oppgitt eller

opplyses om på noen områder. Deres personopplysninger gjennom lydopptak og signerte samtykke vil bli slettet og makulert ved studiens avslutning. Allerede under intervjuenes transkribering fikk elevene utdelt fiktive navn som følger de videre i oppgavens diskusjonsdel. På den måten ble deres privatliv vernet om slik at ingen personopplysninger kan spores tilbake til deltakerne.

### **3.7. Reliabilitet og validitet**

Begrepene reliabilitet og validitet blir i forskningssammenheng sett i tråd med forskningens kvalitet. Det går i hovedsak ut på hvorvidt resultatet av en forskning er pålitelig (*reliabilitet*) og gyldig (*validitet*) (Postholm & Jacobsen, 2018, s. 219). Kvaliteten på forskningen blir i stor grad vurdert ut ifra hvordan kunnskapen er produsert og prosessen rundt det (Postholm & Jacobsen, 2018, s. 219).

Reliabilitet refererer til om metoden som utføres vil være slik at om en som benytter seg av samme metode vil klare få de samme resultatene (Thagaard, 2018, s. 187). En slik type måling vil være vanskelig å få til presist i det kvalitative fokusgruppeintervjuet. Samspillet og relasjonen mellom intervjuer og de intervjuende vil ha en innvirkning på hvordan spørsmål blir stilt og svarene som avgis. Validitet handler på sin side om at du faktisk undersøker det som er tiltenkt (Sæle & Hallås, 2020, s. 334).

På den måten kan en se det slik at oppgavens reliabilitet ble svekket ved å benytte seg av de semistrukturerte fokusgruppeintervjuene. Det er ikke sikkert at svarene ville vært det samme om det var noen andre som gjennomførte intervjuene. En annen intervjuer kunne vært til stede med en annen relasjon og tilnærming, og sett andre innfallsvinkler på svar, som igjen kunne fulgt videre til andre oppfølgingsspørsmål. I henhold til oppgavens problemstilling vil dens gyldighet (validitet) være styrket gjennom den valgte metoden (Sæle & Hallås, 2020, s. 335). Den ga rom og mulighet til å spørre personene som var aktuelle om det valgte temaet.

En svakhet med denne studien vil være at den ikke gir et klart svar som kan generaliseres. Resultatene som kommer frem er fra et lite utvalg elever, og er deres individuelle oppfatning om hvordan de opplever at bevegelsesglede oppstår. Glede er noe individuelt og vil være forskjellig fra elev til elev. Samtidig vil studiens styrke være at personene som ble intervjuet er elever i kroppsøvingsfaget. Det er kun de som erfarer det, og hvordan glede oppstår for dem i kroppsøvingsfaget. Samtidig indikerer resultatene fra de ulike skolene at faktorene elevene erfarer som viktige for at bevegelsesglede skal oppstå er de samme.

## 4. Funn og diskusjon

Ut fra analysearbeidet kom det frem noen hovedpunkter av funn som vil diskuteres i lys av oppgavens problemstilling. «*Hvordan opplever elever på ungdomstrinnet at bevegelsesglede oppstår i kroppsøvfingsfaget?*». Funnene organiseres etter følgende tema: 1. Betydningen av mestring og anerkjennelse i kroppsøvfingsfaget, 2. Viktigheten av relasjoner og trygghet for opplevelse av glede. 3. Lærernes didaktiske grep for å legge til rette for bevegelsesglede hos elevene.

Bakgrunnen for en slik oppbygning av diskusjonen ble utviklet ut ifra Ingulfsvann (2021) sine tre perspektiver på bevegelsesglede. I den sammenheng vil jeg gjøre om rekkefølgen på hvordan de tre perspektivene ble presentert i oppgavens teoretiske forankring. Dermed vil de presenteres i følgende rekkefølge: det eksistensielle, sosiokulturelle og idrettspsykologiske perspektivet. For hvert nivå av diskusjonen vil et perspektiv belyses. Hensikten med å belyse det eksistensielle perspektivet først, vil være da den eksistensielle kroppen er det fundamentale i mennesket og opplevelser med kroppen. Videre vil det sosiokulturelle belyses i omfang med relasjoner og trygghet for opplevelse av bevegelsesglede. Avslutningsvis vil det idrettspsykologiske perspektivet fremheves, og en vil diskutere funn om hvordan kroppsøvfingslæreren vektlegger de tre perspektivene for å fremme bevegelsesglede hos elevene.

### 4.1. Betydningen av mestring og anerkjennelse i kroppsøvfingsfaget

Opplevelse av mestring og følelsen av å få til oppgavene en skal utføre i kroppsøvfingsfaget blir av elevene presisert som en viktig kilde for at bevegelsesglede skal oppstå. Ut ifra deres utsagn kan en forstå det som en bekreftelse på at en er god nok, men også inkludering og følelsen av å være en del av et fellesskap. Slik som Ingulfsvann (2021, s. 42) belyser det eksistensielle perspektivet for å forstå bevegelsesglede, kan det forstås som det grunnleggende og fundamentale for opplevelser med kroppen. Den eksistensielle kroppen må være til stede for å erfare mestring. I intervjuene trekker elevene frem opplevelsen av mestring som svært sentralt for at bevegelsesgleden skal oppstå, at en gjennom bevegelse opplever at kroppen får til det en ønsker å utføre. Det medbringer en type lykkerus og glede. Elevene forteller om en glede ved å prestere det man ønsker. Videre blir det også fortalt at elevene hjelper hverandre til å mestre. Om en sliter med å få til noe, så er klassekameratene der og vil hjelpe til slik at man får til den pågående aktiviteten eller situasjonen.



#### 4.1.1. Opplevelse av mestring skaper opplevelse av glede

Opplevelse av mestring blir av en elev uttrykt følgende:

*«Når jeg oppnår mestringsfølelse så får jeg bevegelsesglede, også når jeg prøver nye ting, for da er det noe nytt og du har ikke noen forventninger så du kan lettere bli positivt overrasket»*  
(Andreas)

Når en skal prøve å forstå det Andreas sier så opplever han bevegelsesglede når han mestrer og får til noe, gjerne om han prøver noe nytt og ukjent. En kan antyde elevens utsagn med at det *«å gjøre noe nytt»* vil bringe dem inn i nuet. Inn i det umiddelbare som handling og bevegelse bringer oss inn i. Glede er noe umiddelbart og overraskende, derfor liker vi å se komedier, vi ler fordi vi mister kontrollen da noe overraskende og nytt skjer. Det viser til en tilstedeværelse slik som Merleau-Ponty fremhever egenpersonens permanens (Torgersen, 2018, s. 317). Hvordan vi er bundet til kroppen vår og opplever verden, med nye aktiviteter i kroppsøvningsfaget vet ikke elevene hva som skal foregå på forhånd. Dermed vil det medføre at elevene erkjenner at kroppen er levende og opplever slik at gleden oppstår. Vi blir berørt av egne opplevelser av å være i bevegelse. Gjennom den opplevde kroppen som utfører og erfarer, kan elevene oppleve å mestre den nye aktiviteten. Mestringen kan være tydelig ovenfor deres lærere og medelever, og bidra til å øke deres respekt fra dem, slik som Stai (2020) beskriver anerkjennelse.

Opplevelsen av glede er en følelse over hva kroppen hans utfører. Denne gleden ville ikke vært mulig å oppnå uten det helhetlige mennesket som utfører og reflekterer. Merleau-Ponty uttrykte en forståelse av at den kroppen vi er og har er opplevd og opplevende (Duesund, 1995, s. 31). Slik som elever i kroppsøvningsfaget kan erfare og oppleve det som foregår i undervisningen sammen med læreren og medelevene. Forståelsen av å oppleve omverdenen gjennom kroppen åpner opp et perspektiv som muliggjør tanken om at å skape og oppleve bevegelsesglede. Med Descartes sitt dualistiske syn på mennesket hvor kropp og hodet var adskilt ville det ikke vært mulig å reflektere eller knytte følelser til hva den fysiske kroppen utfører (Duesund, 1995, s. 27). Dermed ville det ikke vært mulig å oppleve mestring over hva en utfører i kroppsøvningsfaget, heller ikke glede over å være i bevegelse. Opplevelse av anerkjennelse kan medføre en trygghet i seg selv og til å være til stede i kroppsøvningsfaget i en eksistensiell tilværelse.

Utdanningsdirektoratet (2020a) uttrykker intensjonen med faget om å fremme motivasjon hos elevene til å opprettholde en fysisk aktiv og helsefremmende livsstil etter endt skolegang. En kan tenke det med erfaringene som Andreas presiserer om hvordan mestring gir glede, kan det skape motivasjon og lyst til å være aktiv utenfor skolen også. Det kan medføre et ønske om å ta var på egen helse. Honneth beskriver erfaringer av anerkjennelse som identitetsskapende for det sunne og selvbestemte mennesket (Jordet, 2020a, s. 54). Uten erfaringer av å bli anerkjent i kroppsøvningsfaget kan det føre til at elevene ikke opplever det meningsfylt å være i bevegelse og aktivitet. Det kan dermed bidra til at de ikke utvikler motivasjon og lyst å holde ved like en fysisk aktiv og helsefremmende livsstil, slik som utdanningsdirektoratet (2020a) ytrer et ønske om.

#### **4.1.2. Opplevelse av anerkjennelse og glede over mestring på andre sine vegne**

Vedul-Kjelsås og Elnan (2020, s. 237) poengterer hvordan lærerplanen ytrer et formål om hvordan kroppsøvningsfaget skal lære elevene å anerkjenne ulikheter og utvikle kompetanse om inkludering uavhengig av forutsetninger. I sammenheng med gode og trygge relasjoner blir vennskap dannet som kan være viktig for å oppleve glede. Elev Åsmund uttrykker hvordan en kan hjelpe hverandre og dermed oppleve glede:

*«Jeg tror du kan oppleve bevegelsesglede på andre sine vegne (...). Hvis du i teorien kan det du skal gjøre, men ikke får det til i praksis og kan veilede og hjelpe noen andre til å få det til så kan man også oppleve en form for bevegelsesglede» (Åsmund)*

Ut ifra hva Åsmund beskriver forstår han fenomenet bevegelsesglede i den forstand at det kan være opplevelse av glede over at andre mestrer. I den forbindelse hvor en elev sine forutsetninger ikke gjør det mulig å selv utføre handlingen, så kan en hjelpe medelever til å mestre, og da oppleve glede over det de får til. I tråd med det eksistensielle perspektivet i forståelsen av bevegelsesglede vil hans tilstedeværelse i den eksistensielle kroppen være avgjørende om det skal være mulig å oppleve glede på andre sine vegne (Ingulfsvann, 2021, s. 42). At en er til stede i situasjonene som foregår vil være fundamentalt om en skal erfare glede. Det bringer opp hvordan bevegelsesglede blir hevdet å være aktivitets og situasjonsbetinget. Det er ikke sikkert elev Åsmund alltid vil kunne oppleve glede over hva andre gjør, men i enkelte situasjoner vil det oppstå. Slik som glede kan oppstå og forsvinne på kort tid (Lyngstad, 2010, s. 65).

På den måten kan blir det mulig å oppleve glede over bevegelse i aktiviteter en selv ikke utfører, men som med gode relasjoner gir muligheten til å glede seg over andres prestasjoner. Samtidig kan en oppleve mestring over et samarbeid, når en hjelper en medelev med å få til det som skal utføres. Gleden som en da opplever kan anses som todelt, en kan først og fremst være glad over den som fysisk utfører handlingen, og en kan oppleve glede over egen forståelse. Uavhengig om en selv ikke utfører bevegelsen så evner en å videreformidle kunnskap og forståelse, slik at andre også forstår og kan gjennomføre fysisk. På den måten kan en i kroppsøvingfaget anerkjenne ulikheter samtidig som det kan være inkluderende (Vedul-Kjelsås & Elnan, 2020, s. 237).

Ved anerkjennelse av at en er ulike, vil en bli respektert for den en er og kan på den måten unngå å føle seg utenfor det sosiale fellesskapet. I følge Honneth sin anerkjennelsesteori vil det oppstå fra tre ulike perspektiver som vil ha innvirkning på elevens fundamentale rammeverk i livet (Jordet, 2020b). Om en skal oppleve bevegelseglede over det andre utfører og hvordan en kan hjelpe andre med å utføre bevegelsen, slik som Åsmund beskriver kan en trekke inn Honneth sitt tredje perspektiv. Det omhandler sosial verdsetting, i den forstand at en blir verdsatt for den en er (Jordet, 2020b). En slik verdsetting kan anses som essensiell i situasjonen som blir beskrevet av Åsmund. Uten å bli verdsatt for den rollen en har vil det være vanskelig å oppleve glede. Om en ikke opplever anerkjennelse vil fraværet av det bidra til såkalte «krenkelser» og ha negative virkninger for elevene, deres helse og opplevelse av kroppsøvingfaget (Jordet, 2020a, s. 24).

#### **4.2. Viktigheten av relasjoner og trygghet for opplevelse av glede**

Relasjoner står som en grunnmur i skolen, hvordan en opplever det å være elev avhenger av dine relasjoner til medelever, lærer, skolen og skoleledelse (Moe et al., 2016). Gode relasjoner kan medføre gode assosiasjoner til skolen og kroppsøvingfaget, de gode erfaringene vil være viktig for elevene sin opplevelse. Under gjennomføringen av intervjuene går relasjoner igjen som viktig for å oppleve glede, med den forståelse at med gode relasjoner oppstår glede. Et sosiokulturelt perspektiv blir fremhevet som avgjørende i forståelsen av hvordan bevegelsegleden oppstår i kroppsøvingfaget. Det sosiokulturelle omhandler mellommenneskelige relasjonene som er til stede i kroppsøvingfaget med kroppene i bevegelse (Ingulfsvann, 2021, s. 41). Både sosialt og kroppslig vil det være avgjørende for å skape og erfare med kroppen.

Elevene beskriver en opplevelse av endring i klassemiljøet mellom kroppsøvningsundervisningen og de teoretiske fagene. Klassemiljøet i kroppsøving blir beskrevet som bedre. Det blir begrunnet med at faget handler mye om samarbeid og lagaktiviteter som gjør at en må prate med hverandre og utfylle hverandre for å oppnå et felles mål som alle jobber mot. På den måten forstås det som at kroppsøvningsfaget er avhengig av å være sosialt og inkluderende for at en skal løse oppgavene det gir, mens det i de teoretiske fagene blir beskrevet som mer individuelt. På den måten blir kroppsøvningsfaget fremhevet som en arena for å danne de sosiale relasjonene blant elevene i klassen.

#### **4.2.1. Gode relasjoner for deltakelse i det fysiske kroppsøvningsfaget**

Kroppsøvningsfaget står som det eneste faget hvor elevene skal avlegge en fysisk prestasjon av hva de kan utføre med kroppene deres. For noen vil det oppleves sårt at en skal utlevere noe så synlig med kroppen sin, mens det for andre ikke vil være noe problem. For elever som opplever det sårt eller vanskelig å delta i kroppsøvningsfaget kan det skyldes en utrygghet i både seg selv, og til medelever. Slik som Skrøvset et al. (2017, s. 28) viser til hvordan relasjoner omhandler tillit kan det forstås som en svært sentral rolle i kroppsøvningsfaget. Med tanke på oppgavens problemstilling om hvordan bevegelsesglede oppstår, vil en være avhengig av elevenes deltakelse og trygghet for at de skal oppleve glede.

Gjennom intervjuene ble informantene stilt spørsmål om de opplever å være deltagende på den måten de ønsker i kroppsøvningsfaget. Elevene svarer enstemmig ja på spørsmålet, men en elev trekker frem at det er ikke gitt at alle føler det slik og begrunner med følgende svar.

*«(...) tror det er fordi de er litt dårligere i kroppsøving, så de tør ikke like mye. De er redde for å gjøre feil eller bli ledd av, selv om det ikke nødvendigvis er realiteten».* (Marte)

Ut ifra sitatet presiserer Marte viktigheten av de gode relasjonene som danner trygghet for alle i det fysiske kroppsøvningsfaget. Der hvor en foran andre skal utlevere seg og skape noe med kroppen sin. Det trygge klassemiljøet med de trygge relasjonene åpner opp for at elevene tør å delta, prøve og feile, og på den måten utvikle seg. Se fremgang i egne ferdigheter, kjenne på ulike følelser, reflektere å ta til seg kunnskap og tilbakemeldinger som bidrar til mestring av de oppgavene en står ovenfor. Marte forteller at hun tror grunnen til at noen ikke deltar er på grunn av redsel for å gjøre feil. En slik beskrivelse kan forstås slik at noen elever erfarer det utrygt å delta i kroppsøvningsfaget.

Arbeid med å danne de gode og trygge relasjonene kan medføre et tillitsforhold. Kristiansen (2005, s. 7) utdyper hvordan forhold mellom mennesker har betydning for muligheter til å utvikle seg selv. Det kan ses i sammenheng med kroppsøvingsfaget sitt ønske om å være et allmenndannende fag hvor elevene skal utvikle seg på alle måter ved det å være mennesket (Brattenborg & Engebretsen, 2021, s. 28).

Det kan dermed tenkes slik at med tillit og trygge relasjoner velger elevene å delta i kroppsøvingsfaget, uten frykt over hva de andre vil tenke om dem. Elevene kan være til stede, forstå og erfare kroppsøvingsfaget med kroppene deres og hele seg. Slik som Merleau-Ponty poengterer at det er med kroppen vi først erfarer verden (Duesund, 1995, s. 31). Det viser til at med trygghet, uten frykt åpner det opp for at eleven kan ta del i kroppsøvingsfaget ut ifra et førstepersons-perspektiv. Det gir rom og mulighet for at en kan oppleve den levde kroppen sine erfaringer over å være i bevegelse, og på den måten anvende kroppen som en kunnskapsressurs (Torgersen, 2018, s. XIX).

#### **4.2.2. Sosiale relasjoner og vennskap fremmer opplevelse av glede**

Dannelse av de gode og trygge relasjonene viser til å ha en større effekt på elevene enn å bare skape trygghet til deltakelse. De sosiale relasjonene medfører vennskap og noe større enn den pågående aktiviteten i undervisningen. Beni et al. (2016) viser i sin studie til resultatene om hvordan relasjonsarbeid gir elevene tilhørighetsfølelse til hverandre og deres sosiale fellesskap. Slik kan det forstås at relasjonene elevene får seg imellom er en opplevelse av tilhørighet til hverandre, og vennskap. De trives med å omgås hverandre og det legger til rette for deltakelse i det trygge kroppsøvingsfaget. En elev sier:

*«Jeg føler meg glad når jeg ikke sitter foran pc (...), er mer glad når jeg er ute og løper og beveger meg med venner» (Theo)*

Den stillesittende aktiviteten med pc gjør han mindre glad. Grunnen til det kan være mange og vanskelig å tenke seg til, men han utdyper videre om gleden ved å bevege seg sammen med venner. Å være ute å løpe og bevege seg med venner gjør han mer glad, det kan forstås som bevegelsesglede. Om han skal oppleve bevegelsesglede i kroppsøvingsfaget vil de sosiale relasjonene i klassen være avgjørende. Vennskap, samhold og trygghet i klassen bidrar til at hans levde og eksistensielle kropp er i bevegelse.

Hvordan gleden oppstår i Theo når han beveger seg ute med venner ses i sammenheng med

Ingulfsvann (2021, s. 40) sin beskrivelse av det sosiokulturelle perspektivet. Det beskriver forholdet mellom et individ og det sosiale miljøet en befinner seg i, og hvordan det er avgjørende for bevegelsesglede. I lys av kroppsøvfaget og elev Theo sin situasjon kan bevegelsesglede omhandle eleven og dens relasjon til lærer, medelever og omgivelsene rundt. Hvilken relasjon elevene har til disse vil være avgjørende for deres opplevelse. Siden Theo i sitatet omtaler glede i sammenheng med venner, forstås det slik at bevegelse sammen med venner gir glede.

Gjennom Merleau-Ponty og hans kroppsfenomenologi med det helhetlige perspektiv på mennesket skaper det forståelsen av hvordan det er mulig å oppleve bevegelsesglede. Hvordan en er avhengig av det fullstendige mennesket som reflekterer over hva en gjør og utfører med kroppen, og på den måten gjør det mulig å oppleve bevegelsesglede. Om mennesket hadde vært adskilt i to substanser slik som Descartes viste til, ville det ikke vært mulig å erfare hva den fysiske kroppen utfører (Duesund, 1995, s. 26). Deriblant ville det ikke vært mulig å knytte følelser til den fysiske substansen og dermed vært umulig å oppleve glede over å være i bevegelse med venner.

### **4.3. Lærernes didaktiske grep for å legge til rette for bevegelsesglede hos elevene**

Standal og Rugseth (2015, s. 10) beskriver lærerens unike posisjon og rolle i kroppsøvfaget. Gjennom undervisningspraksis får lærerne mulighet til å både sette rammer for hvilke elever som får ta del i kroppsøvfaget, og negativt hvilke forutsetninger som ikke passer inn og på den måten blir igjen på sidelinjen i faget. I lys av oppgavens problemstilling kan deres beskrivelse av kroppsøvlæreren anses som avgjørende for å skape bevegelsesglede. Læreren som ikke legger til rette for deltakelse i faget, kan heller ikke bidra til opplevelse av bevegelsesglede for elevene. Men læreren som tilpasser undervisningen til elevgruppens forutsetninger kan invitere til bevegelse som gir muligheten for opplevelse av bevegelsesglede i faget.

Det tredje perspektivet som blir presentert i henhold til forståelse av begrepet bevegelsesglede er det idrettspsykologiske perspektivet. Der ser en på hvordan motivasjon står i sammenheng med opplevelse av glede (Ingulfsvann, 2021, s. 42). En kan dermed se det i lys av hvilke didaktiske valg kroppsøvlæreren tar i undervisningen som kan motivere elevene til deltakelse. Samt hvordan de legger til rette for det eksistensielle og sosiokulturelle

perspektivet.

Gjennomgående trekker elevene frem kroppsøvlingslæreren sin rolle som meget sentral for deres opplevelse av kroppsøvlingsfaget. Både læreren som er med på å danne det gode å trygge klassemiljøet, men også læreren som evner å tilpasse undervisningen til den enkelte elevgruppen. Et av funnene fra intervjuene er elevene som nevner at det kan være flere som ikke tar del i kroppsøvlingsfaget slik de kanskje ønsker. Det kan være at de er redd for å bli ledd av eller ikke være gode nok, blir det sagt fra elevene. Videre blir det bekreftende utdypet at det nødvendigvis ikke er realiteten, og at det er bedre med medelever som deltar, prøver og feiler enn å ikke gjøre noe. Da har en hvert fall gjort så godt en kan, og da er det mer akseptert blir det avsluttende sagt fra eleven. I den forstand kan det forstås slik at deltakelse bidrar til at en blir anerkjent og «godtatt» av sine medelever. Men for at deltagelsen skal skje er trygghet og gode relasjoner en grunnleggende faktor, og dermed kroppsøvlingslæreren som legger til rette for det.

#### **4.3.1. Aktiviteter som få elever har kjennskap til skaper større engasjement**

Gjennom intervjuene ble elevene stilt spørsmål om de kunne huske en hendelse eller situasjon hvor de opplevde stor glede og engasjement i kroppsøvlingsundervisningen. En time hvor de erfarte god innsats og stemning hos de fleste i klassen. En elev besvarer spørsmålet følgende:

*«Det er når vi har aktiviteter vi anser som gøy. Gjerne aktiviteter som få driver med på fritiden, for da blir det kanskje mer likt, på den måten at ikke noen er supergode og dominerer over resten.» (Thomas)*

Ut ifra utsagnet til Thomas kan en forstå det slik at når de ikke har typiske idrett -og fritidsaktiviteter i undervisningen så opplever han og medelevene undervisningen som mer gøy. Begrepet gøy, kan i denne sammenheng være en betegnelse for glede og forstås som bevegelsesglede. I studien til Beni et al. (2016) refererer de til funn der elevene erfarte kroppsøvlingsundervisningen som gøy når de opplevde det motiverende og meningsfylt. Det ses i sammenheng med det idrettspsykologiske perspektivet som omhandler motivasjon. Deltakelsen og motivasjonen som oppstår i undervisningen med aktiviteter som få driver med på fritiden kan være en observasjon fra læreren. At flere virker glade og deltakende når det er slike aktiviteter i undervisningen.

Ut ifra det Thomas forklarer, synes han aktiviteter hvor ferdighetene mellom elevene er mer like kan være nøkkelen til deltakelse og gode opplevelser. Det kan for elevene oppleves inkluderende og motiverende å delta i undervisningen. Med jevnere ferdigheter kan det oppleves tryggere for elever å delta. Terskelen for å feile kan erfares som lavere, siden det er få som gjør det på fritiden og er «*supergode*» slik som Thomas beskriver det. Denne tryggheten åpner opp for at de eksistensielle og opplevende kroppene inkluderes. Slik som Merleau-Ponty hevder: «*Jeg forstår, fordi jeg med min kropp utfører handlingen*» (Thøgersen, 2003, s. 22). Eleven med trygghet er til stede i faget med hele seg, som utfører handlingene og opplever hvordan det føles å være i bevegelse. På den måten kan bevegelsesgleden oppstå.

Denne bevegelsesgleden som beskrives når alle er på samme ferdighetsnivå kan kobles til utvikling av elevenes selvfølelse, identitetsutvikling og dannelsesprosess (Lyngstad, 2010, s. 65). Med tanke på kroppsøvningsfagets intensjon om å stimulere til livslang bevegelsesglede og en fysisk aktiv livsstil etter endt skolegang, vil de gode opplevelsene i faget her og nå være essensielt (Utdanningsdirektoratet, 2020a). Et didaktisk valg som kroppsøvningslæreren foretar kan derfor være å ha aktiviteter som få elever gjør utenfor kroppsøvningsfaget. Det senker terskelen for deltakelse som oppleves inkluderende, et inkluderende fag kan igjen være motiverende.

#### **4.3.2. Undervisning hvor elevene må arbeide sammen oppleves som gøy**

I intervjuene delte elevene deres forståelse av bevegelsesglede. Et gjentakende svar var oppfattelsen over å oppleve glede når de beveget seg. Det kunne også være når du gjorde nye aktiviteter, hvor de kunne bli positivt overrasket over seg selv, men også det å føle at kroppen fungerer. Videre ble elevene spurt om de tenkte at opplevelsen av glede over å være i bevegelse kunne være knyttet til noe mer enn selve aktiviteten som pågår. I den forstand om de opplevde det mulig å erfare bevegelsesglede selv om de ikke opplevde direkte glede til aktiviteten som pågår. En elev svarer:

*«Ja, samhold, vennskap og de sosiale relasjonene til de andre i klassen» (Guro)*

Slik som elev Guro forteller kan opplevelsen av glede være knyttet til det sosiale som pågår rundt aktiviteten. For at en skal kunne oppleve glede sosialt sammen med medelevene sine er en avhengig av de gode og trygge relasjonene som ble diskutert tidligere, og dermed læreren



som legger til rette for relasjonsdannelse i undervisningen. Blant de tre kjerneelementene i faget som vokste frem i forbindelse med fagfornyelsen i 2020, står prinsippet om deltakelse og samspill i bevegelsesaktiviteter (Sæle & Hallås, 2020, s. 59). Det kan tenkes at det med dette prinsippet menes at elevene i faget skal ta del i faget sammen med andre.

Guro poengterer det som gledesfylt å omgås sine medelever, det kan bidra til å oppleve glede grunnet det sosiale som faget byr på. På den måten vil Merleau-Ponty sitt begrep om den levde kroppen inkluderes undervisningen (Duesund, 1995, s. 31). Den levende og opplevende kroppen som tar del i det fysiske kroppsøvfingsfaget og erfarer de sosiale samhandlingene som er til stede. Det kan dermed tenkes at kroppsøvfingslæreren som tilrettelegger for å danne gode relasjoner og vennskap mellom elevene, gjør et viktig arbeid for at gode erfaringer skal oppstå.

Kroppsøvfingslæreren står ansvarlig for å danne sosiale interaksjoner mellom elevene, som bidrar til et felleskap med tilhørighet vil i denne sammenheng være nøkkel rollen for å legge til rette for det. Gjennom aktivitetene skal det knyttes bånd, erfares, utføres og danne opplevelser som bidrar til glede. Gjentakende forteller elevene om det sosiale og hvordan de påvirker hverandre, og hvordan mye av undervisningen består av ulike lagaktiviteter og samarbeid. En elev sier:

*«Jeg opplever at når vi har lagidretter så blir folk mye mer med, for da er det et lag. Det du gjør er ikke bare for deg selv, men også for andre (...). En føler seg kanskje litt mer pusha til å gjøre det beste du kan» (Marte)*

Ifølge det Marte forteller erfarer hun at hennes medelever i klassen er mer deltakende når det er lagidretter eller lagaktiviteter som foregår i undervisningen. En kan føle det viktigere å delta fordi deres innsats også påvirker medelevene. For å prestere som lag, kreves det samarbeid og kommunikasjon i laget. Lagaktiviteter kan være et bevisst valg læreren benytter i undervisningen for å danne gode og trygge relasjoner. Her må elevene samarbeide om å utføre noe fysisk med kroppene sine, og anerkjenne ulikheter for å lykkes sammen.

Opplevelsen av å bli anerkjent av medelever er inngang til en selvfølelse om at en er god nok som en er (Jordet, 2020b). Den sårbare fysiske kroppen som kommer til syne i kroppsøvfingsfaget blir verdsatt og gir rom for deltakelse uten bekymringer. Erfaringene over hva den fysiske kroppen gjør skaper følelser til handlingene og danner det eksistensielle mennesket i kroppen (Duesund, 1995, 31).

Gjennom de fysiske handlingene blir kroppen anvendt som en kunnskapsressurs slik som Torgersen (2018, s. 69) forklarer. Kunnskap om hverandre, en selv og hvordan en erfarer situasjonen. Den type kunnskap som en bare oppnår gjennom kroppen i bevegelse. Det legger til rette for å danne de sosiale relasjonene og trygghet som gjør det mulig å oppleve bevegelsesglede. Det kan ses i sammenheng med hvordan Brattenborg & Engebretsen (2021, s. 28) beskriver kroppsøvingens intensjon om å være et allmenndannende fag, i den forstand at det ønsker å bidra til utvikling av alle sider ved det å være menneske. Gjennom lagaktivitetene som læreren planlegger blir elevene nødt til å danne sosiale relasjoner til hverandre om de skal lykkes i aktiviteten. Undervisningen som inneholder samarbeid og lagaktiviteter kan anses som et didaktisk valg fra læreren for å danne opplevelse av glede.

## 5. Oppsummerende konklusjon

Avslutningsvis vil jeg presentere en oppsummerende konklusjon i lys av oppgavens problemstilling, og et forslag for veien videre innen forskning på bevegelsesglede i kroppsøvningsfaget. Faktorene om hvordan elevene opplever at bevegelsesglede oppstår i faget vil bli trukket frem. En av utfordringene vil være at det ikke er noe fasit på når elever i kroppsøving erfarer bevegelsesglede og hvordan det oppstår. Det er noe subjektiv og individuelt som vil være ulikt for elevene. Likevel kommer studien frem til funn om hvordan et utvalg elever opplever det. Det er lite forskning på feltet om hvordan bevegelsesglede blir forstått og erfart av elever i kroppsøvningsfaget. En kan derfor anse det som et kunnskapshull i kroppsøvningsfaget. Det står at faget skal stimulere til livslang bevegelsesglede, men finnes lite forskning på hvordan en faktisk gjøre det.

Ut ifra funnene fra intervjuene blir opplevelse av mestring fremhevet som viktig for å oppleve glede. Når elevene erfarer å få til det de ønsker eller situasjonen de blir satt ovenfor, opplever de glede over hva kroppen utfører. Sosiale relasjoner, vennskap og trygghet blir også trukket frem som avgjørende. Det å ha det gøy med venner, sier flere elever. Trygghet for deltakelse, uten frykt for å bli ledd av er viktige faktorer for at bevegelsesgleden skal oppstå.

Læreren sin posisjon i kroppsøvningsfaget blir trukket frem som avgjørende for opplevelse av glede i undervisningen. Et undervisningsopplegg som er tilpasset elevgruppen slik at de opplever mestring, og dermed glede. Men også læreren som legger til rette for å danne de gode å trygge relasjonene. Lagaktiviteter med kommunikasjon og samarbeid nevner elevene også som en inngang til å skape glede. Læreren som benytter seg av lagaktiviteter kan legge til rette for å etablere de trygge og gode relasjonene, da elevene blir nødt til å danne relasjoner gjennom samarbeid i lag.

### 5.1. Veien videre

Med tanke på kroppsøvningsfagets danningsoppdrag om å gi elevene opplevelser og erfaringer som bidrar til bevegelsesglede over et helt livsløp vil jeg anse det som viktig å gjennomføre mer forskning hvor elevene sine synspunkter blir fremhevet. På den måten kan en ovenfor kroppsøvningslærere belyse hvordan elevene erfarer glede og være et hjelpemiddel for hvordan en kan tilrettelegge undervisningen for å skape det.

I denne masteroppgaven var hovedfokuset på hvordan bevegelsesglede oppstår i

kroppsøvingsfaget, et forslag til videre forskning kan dermed være, hvordan kroppsøvingsfaget kan gi opplevelser til livslang bevegelsesglede. Hva ønsker elevene med kroppsøvingsfaget for å oppnå dette? Det kan da tenkes at faget handler om mer enn bare opplevelsene her og nå, men heller et læringsfag hvor de dannes til å bli selvstendige aktive individer.

## Referanser

- Andrews, T., & Johansen, V. (2005). Gym er det faget jeg hater mest. *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 89(4), 302–314. <https://doi.org/10.18261/ISSN1504-2987-2005-04-06>
- Aubert, K. E. (2020). Relasjon. I *Store norske leksikon*. (lest november 2022). Hentet fra: <https://snl.no/relasjon>
- Bakken, A., Aaboen, M. S., & Eriksen, I. M. (2018). Generasjon prestasjon? *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 18(2).
- Bang, L., Hartz, I., Furu, K., Odsbu, I., Handal, M. & Torgersen, L. (2022). Psykiske plager og lidelser hos barn og unge. I: *folkehelse rapporten – helsetilstanden i Norge* [nettdokument]. Oslo: folkehelseinstituttet (lest oktober 2022). Tilgjengelig fra: <https://www.fhi.no/nettpub/hin/psykisk-helse/psykisk-helse-hos-barn-og-unge/>
- Beni, S., Fletcher, T., & Ní Chróinín, D. (2017). Meaningful Experiences in Physical Education and Youth Sport: A Review of the Literature. *Quest*, 69(3), 291–312. <https://doi.org/10.1080/00336297.2016.1224192>
- Borgen, J. S., Gjørme, E. G., Hallås, B. O., Løndal, K. & Moen, K. M. (2018). «Kroppsøving mer enn fysisk aktivitet». *Bedre skole*. <https://utdanningsforskning.no/artikler/2018/kroppsoving-mer-enn-fysisk-aktivitet/>
- Brattenborg, S. & Engebretsen, B. (2021). *Innføring i kroppsøvingsdidaktikk*. Cappelen Damm akademisk.
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode* (2. utg. ed.). Universitetsforlaget.
- Dalland, O. (2020). *Metode og oppgaveskriving* (7. utgave.). Gyldendal.
- Duesund, L. (1995). *Kropp, kunnskap og selvoppfatning*. Universitetsforlaget.
- Engebretsen, B., Walseth, K., & Elvebakk, L. (2020). Jenter og kroppsøving. *Norsk*

*pedagogisk tidskrift*, 104(4), 361–375. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-2987/2020-04-04>

Engelsrud, G. (2006). *Hva er kropp*. Universitetsforlaget.

Engelsrud, G. & Aasland, E. (2018). Det kan være smertefult å lære – ikke bare «gøy». *Forskning.no* <https://forskning.no/politikk-skole-og-utdanning-debattinnlegg/det-kan-vaere-smertefullt-a-laere--ikke-bare-goy/1158765>

Fallmyr, Ø. (2020). *Følelshåndtering og relasjonsbygging i skolen – en emosjonsfokusert tilnærming*. Universitetsforlaget.

Fedrici, R. A. & Skaalvik, E. M. (2015). Lærer-elev-relasjonen – betydning for elevenes motivasjon og læring. *Bedre skole*. <https://utdanningsforskning.no/artikler/2013/larer-elev-relasjonen---betydning-for-elevenes-motivasjon-og-laring/>

Grønmo, S. (2016). *Samfunnsvitenskapelige metoder*. (2. utg.). Fagbokforlaget.

Hegre, M. M. (2018). *Kropp i kroppsøving- En fenomenologisk-hermeneutisk studie som omhandler hvordan et utvalg kroppsøvingslærere i ungdomsskolen forstår og arbeider med kropp i kroppsøving*. [Masteroppgave]. Høgskolen på Vestlandet, Sogndal.

Helsedirektoratet (2019). Bekymret over lite fysisk aktivitet blant barn og unge [nettdokument]. Oslo: Helsedirektoratet (lest 29. september 2022). Tilgjengelig fra <https://www.helsedirektoratet.no/nyheter/bekymret-over-lite-fysisk-aktivitet-blant-barn-og-unge>

Ingulfsvann, L. S. (2021). Bevegelsesglede i kroppsøving – hva, hvorfor og hvordan? I: Skjelsol, K. & Lyngstad, I. (red.). (2021). *Kroppsøving, læreren og eleven: pedagogiske emner og forskningsinnsikter*. Fagbokforlaget.

Jacobsen, D. I. (2015). *Hvordan gjennomføre undersøkelser?: innføring i samfunnsvitenskapelig metode* (3. utg.). Cappelen Damm akademisk.

- Johannessen, A., Christoffersen, L., & Tufte, P. A. (2021). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (6. utgave.). Abstrakt forlag.
- Johannessen, L. E. F., Rafoss, T. W. & Rasmussen, E. B. (2018). *Hvordan bruke teori?: Nyttige verktøy i kvalitativ analyse*. Universitetsforlaget
- Jordet, A. N. (2020a). *Anerkjennelse i skolen: en forutsetning for læring*. Cappelen damm.
- Jordet, A. N. (2020b). Anerkjennelse i skolen – det er altfor mange elever som strever. *Bedre skole*. <https://utdanningsforskning.no/artikler/2021/anerkjennelse-i-skolen--det-er-altfor-mange-elever-som-strever/>
- Kristiansen, A. (2005). *Tillit og tillitsrelasjoner i undervisningssammenheng*. Unipub forlag.
- Meld. St. 28 (2015 – 2016). *Fag – Fordypning – Forståelse — En fornyelse av Kunnskapsløftet*. Kunnskapsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-28-20152016/id2483955/?ch=1>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal akademisk.
- Lyngstad, I. (2010). Bevegelsesgleden i kroppsøving. I: Stene, M. (red.). (2010). *Forskning i Trøndelag*. (S. 65 – 78).
- Moe, A., Hovi, T. I., Singstad, M. H., Skjellerud, N. & TL, S. S. (2016). «Elever som utfordrer oss ved å kaste stoler, slå, bruke stygt språk med mer, prøver å fortelle oss noe». *Utdanningsnytt.no*. <https://www.utdanningsnytt.no/pedagogikk/elever-som-utfordrer-oss-ved-a-kaste-stoler-sla-bruke-stygt-sprak-med-mer-prover-a-fortelle-oss-noe/145557>
- Nordahl, T. (2010). *Eleven som aktør*. Universitetsforlaget

- Postholm, M. B. (2010). *Kvalitativ metode: En innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasesstudier*. (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Postholm, M. B. & Jacobsen, D. I. (2018). *Forskningsmetode for masterstudenter i Lærerutdanningen*. Cappelen Damm akademisk.
- Postholm, M. B. & Jacobsen, D. I. (2011). *Læreren med forskerblikk: Innføring i vitenskapelig metode for lærerstudenter*. Cappelen Damm akademisk.
- Rage, I. (2011). «Disse to har tilpasset opplæring som alle andre barn» – en kvalitativ studie av inkludering og tilpasset opplæring i kroppsøving. [Masteroppgave] Norges idrettshøgskole.
- Saabye, M. (2019). *Læreplanverket for kunnskapsløftet 2020: Grunnskolen*. Pedlex.
- Skrøvset, S., Mausethagen, S. & Slettbakk, A. (2017). *Lærerens relasjonsarbeid: Perspektiver, verktøy og caser*. Cappelen Damm.
- Stai, S. (2020). «Annerkjennelse». (lest september 2022).  
<https://ndla.no/nb/subject:1:03e810db-3560-47b5-a5f6-e7afe1d0a2d6/topic:1:283ddec5-923c-412c-b880-cf71f42516d2/topic:1:fcd739b6-1047-47d7-8091-fec8c1c2cf22/resource:06a02d63-84b9-4b29-b31a-f0ae4d471459>
- Standal, Ø. F. & Rugseth, G. (red.). (2015). *Inkluderende kroppsøving*. Cappelen Damm akademisk.
- Standal, Ø. F. & Rugseth, G. (red.). (2021). *Inkluderende kroppsøving*. Cappelen Damm akademisk.
- Standal, Øyvind F., Moen, K. M., & Westlie, K. (2020). Ei mil vid og ein tomme djup»? – ei undersøking av innhald og undervisning i kroppsøving på ungdomstrinnet i Noreg. *Journal for Research in Arts and Sports Education*, 4(1), 34–51.



<https://doi.org/10.23865/jased.v4.1749>

- Sæle, O. O. & Hallås, O. B. (2020). *Kroppøving i femårig lærerutdanning*. Gyldendal Akademisk.
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Fagbokforlaget.
- Thøgersen, U. (2003). *Krop og fænomenologi*. Aalborg: Systime Academic.
- Torgersen, A. (2018). *Kinetic Awareness som transformativ danse- og bevegelsesdidaktikk: Fra instrumentell til eksistensiell kropp* [Doktorgradsavhandling] Universitetet i Sørøst – Norge, Bø.
- Torgersen, A. (2021). *Relasjonell kroppslig empatisk didaktikk for å fremme kroppslig læring*. I: Østern, T. P., Bjerke, Ø., Engelsrud, G. & Sørum, A. G. (red.). *Kroppslig læring*. (s. 86 – 97).
- Utdanningsdirektoratet. (2020a). *Læreplan i kroppøving (KRO01-05): fagrelevans og sentraler verdier*. Fastsatt som forskrift. Læreplanverket for kunnskapsløftet 2020. <https://www.udir.no/lk20/kro01-05/om-faget/fagets-relevans-og-verdier>
- Utdanningsdirektoratet. (2020b). *Læreplan i kroppøving (KRO01-05): kjerneelement*: Fastsatt som forskrift. Læreplanverket for kunnskapsløftet 2020. <https://www.udir.no/lk20/kro01-05/om-faget/kjerneelementer>
- Vedul – Kjelsås, V. & Elnan, I. (2021) *Kroppslig læring for å fremme lærerstudenters forståelse av inkluderende kroppøvingundervisning*. I: Østern, T. P., Bjerke, Ø., Engelsrud, G. & Sørum, A. G. (Red.). *Kroppslig læring* (s. 237 – 248). Universitetsforlaget.
- Zahavi, D. (2003). *Fænomenologi*. Roskilde universitetsforlag.
- Østberg, D. (1994). *Innledning*. I: Merleau-Ponty, M. (oversatt til dansk av Nake, B.). *Kroppens fænomenologi*. Pax forlag.

# Vedlegg

1. Informasjonsskriv og samtykkeskjema
2. Intervjuguide
3. Svarbrev med godkjenning av NSD

## 1. Informasjonsskriv og samtykkeskjema

### Vil du delta i forskningsprosjektet

#### *” Opplevelse av bevegelsesglede i kroppsøvingsfaget”*

Dette er et spørsmål til et utvalg elever ved 10. trinn om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å undersøke hvordan utdanningsdirektoratets intensjon om å stimulere til livslang bevegelsesglede blir ivaretatt i fagets praksis. Prosjektet ønsker å undersøke hvordan opplevelse av bevegelsesglede skapes blant elever i kroppsøvingsfaget. I dette skrivet gir vi dere informasjon om målene for prosjektet og hva det vil innebære og delta.

#### **Formål**

I forbindelse med min masteroppgave i idrettsvitenskap skal jeg gjennomføre en undersøkelse som omhandler kroppsøvingsfaget sett i lys av elevperspektiv. Ønsket om å gjennomføre en studie sett fra et elevperspektiv er på bakgrunn av utdanningsdirektoratets ønske om at faget skal bidra til livslang bevegelsesglede, en fysisk aktiv og helsefremmende livsstil. Studien vil ta utgangspunkt i temaet bevegelsesglede. Begrepet bevegelsesglede står uten definisjon, men det kan forstås som noe subjektivt og individuelt da det ikke er gitt alle opplever glede av det samme. Det anses dermed som et behov for å se hvordan elever opplever og forstår begrepet, da faget skal bidra til å fremme deres opplevelse av bevegelsesglede. Problemstillingen til prosjektet lyder dermed følgende: *«Hvordan opplever elever på ungdomstrinnet at bevegelsesglede oppstår i kroppsøvingsfaget?»*. For å besvare problemstillingen og et slikt problemområde ønskes det å gjennomføre fokusgruppeintervjuer av noen elever på ungdomstrinnet.

#### **Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?**

Høgskolen på Vestlandet (HVL) er ansvarlig for prosjektet.

#### **Hvorfor får du spørsmål om å delta?**

Du/ dere, elever ved 10. trinn får spørsmål om å delta da studien ønsker å få frem elever på ungdomstrinnet sine perspektiver om kroppsøvingsfaget og bevegelsesglede. Som deltaker kan det gi svar på om faget i praksis treffer utdanningsdirektoratet sine intensjoner. Det kan gi

en bevisstgjørelse for lærere i faget om hvordan faget bør tilrettelegges for å bedre elever sine opplevelser i faget.

### **Hva innebærer det for deg å delta?**

Det ønskes å gjennomføre fokusgruppeintervjuer med fire elever, der det vil bli benyttet lydopptak. Om du velger å delta vil det ta deg ca. 20 – 30 minutter å gjennomføre intervjuet. Intervjuet vil foregå i skoletiden. Spørsmålene som blir stilt vil omhandle tanker rundt temaet bevegelsesglede i kroppsøvningsfaget, og opplevelse av faget. Svarene som avgis vil være anonyme og inkluderes i min masteroppgave.

### **Det er frivillig å delta**

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis en velger å delta, vil det når som helst være mulig å trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for den som deltar hvis en ikke vil delta eller senere velger å trekke seg.

### **Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger**

Vi vil bare bruke opplysningene som blir innhentet til formålene som er beskrevet i dette skrevet. Behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det vil kun være en student og to veiledere som vil ha tilgang til materialet (lydopptaket) før det anonymiseres i selve oppgaven. Hverken navn eller skole vil bli oppgitt i oppgaven. Alle personopplysninger vil bli slettet når oppgaven er ferdig, slik at oppgaven ikke kan spores tilbake til deg.

### **Hva skjer med personopplysningene dine når forskningsprosjektet avsluttes?**

Prosjektet vil avsluttes når oppgaven blir godkjent, noe som etter planen vil være i løpet av juni 2023. Da vil alle personopplysninger og lydopptak bli slettet.

### **Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?**

Vi behandler opplysninger basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Høgskolen på Vestlandet har Personverntjenester vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

## Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene
- å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende
- å få slettet personopplysninger om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å vite mer om eller benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Høgskolen på Vestlandet ved Jostein Rønning Sanderud, E – post:  
[Jostein.Roning.Sanderud@hvl.no](mailto:Jostein.Roning.Sanderud@hvl.no)
- Vårt personvernombud: Trine Anniken Larsen, E – post:  
[Trine.Anniken.Larsen@hvl.no](mailto:Trine.Anniken.Larsen@hvl.no)

Hvis du har spørsmål knyttet til Personverntjenester sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- Personverntjenester på epost ([personverntjenester@sikt.no](mailto:personverntjenester@sikt.no)) eller på telefon: 53 21 15 00.

Med vennlig hilsen

Jostein Rønning Sanderud

Odd-Lennart Vikene

Oda Hov Waale

(Veileder)

(Veileder)

(Student)

---

## Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet *opplevelse av bevegelsesglede i kroppsøvingsfaget*, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg/vi samtykker til:

å delta i intervju

Vi samtykker til at opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

---

(Signert av foresatt til prosjektdeltaker, dato)

## 2. Intervjuguide

### Innledende spørsmål:

1. Hvordan trives dere i kroppsøvfingsfaget?
2. Driver dere med noe idrett eller annen type for fysisk aktivitet utenfor skolen og kroppsøvfingsfaget?
  - Hva da?

### Kroppsøvfingsfaget:

3. Opplever dere at kroppsøvfingsfaget er et fag for alle?
  - Hvordan da? – tenker dere at alle føler seg inkludert i faget og opplever mestring?
  - Om ikke – hvorfor det?
4. Hvordan erfarer dere at klassemiljøet og samholdet i klassen er i kroppsøvfingsundervisningen?
  - Er det noen forskjell i fra de andre teoretiske fagene – i såfall hvordan da? → utdyp gjerne.
5. Erfarer dere det slik at i kroppsøvfingsundervisningen så er elevene som driver med idrett eller annen form for fysisk aktivitet mer deltagende enn de som ikke er idrettsaktive på fritiden?
  - Uavhengig av svar: → Hva kan være grunnen til det?
6. Hvordan tenker dere at både dere elever og kroppsøvfingslærer kan bidra til at flest mulig er deltagende og trives i faget?
7. Opplever dere at det som dere gjør i kroppsøvfingsfaget på skolen gir dere lyst og motivasjon til å være fysisk aktiv på fritiden også?
  - Begrunn gjerne svaret ditt: Hvorfor er det slik (hva skaper denne lysten)/ hvorfor er det ikke slik?
8. Husker du/ dere en hendelse hvor dere opplevde at alle eller de fleste i klassen var med og tok del i kroppsøvfingstimen hvor det var god stemning?

- Kan dere forklare hva som foregikk da?
  - Og kan det tenkes at denne hendelsen førte til at dere opplevde glede?
9. Opplever dere at dere kan være dere selv i kroppsøvningsundervisningen? – på den måten av dere tør å være deltagende slik dere ønsker?
- Hva kan være grunnen til det?

### **Bevegelsesglede:**

10. Hvordan forstår dere begrepet bevegelsesglede? Her er det ingen definisjon så ønsker å høre hva dere tenker om det.
11. Slik som du forstår det, opplever du det i kroppsøvningsfaget? – I såfall når skjer det og hvordan? Gjerne fortell om en hendelse hvor du opplevde glede. Hvis ikke: hva tror du kan være grunnen til det, og hvordan tenker du det kunne oppstått – hva kunne vært gjort annerledes?
12. Kan opplevelse av glede være knyttet til noe annet enn selve aktiviteten som foregår? – at en kan oppleve glede over å være i bevegelse selv om en ikke liker selve aktiviteten. → Hvordan da? Eller hvordan tenker dere at det kunne vært?
13. Er det noen aktiviteter dere føler er mer inkluderende enn andre? – hvor flere er deltakende? –(er det mer glede her?) Hvilken da og hva tenker dere kan være grunnen til det?

### **Relasjoner:**

14. Vi snakket tidligere om at opplevelse av glede kunne være knyttet til noe annet enn selve aktiviteten, hvordan tenker dere at klassemiljøet kan påvirke opplevelse av glede?
- Er det viktig – i såfall hvordan?
15. Hvilken betydning har læreren deres for opplevelse av glede?
- Opplever dere at deres forhold til læreren og hverandre har innvirkning på at en kan oppleve glede?
  - Hvordan og hvorfor?



**Avslutning:**

16. Er det noe mer dere ønsker å si om kroppsøvfingsfaget, bevegelsesglede eller hvordan dere føler at det kan oppstå og skapes i undervisning?

### 3. Svarbrev med godkjenning fra NSD

## Vurdering av behandling av personopplysninger

Skriv ut

08.09.2022 ▼

**Referansenummer**

594395

**Vurderingstype**

Standard

**Dato**

08.09.2022

**Prosjekttittel**

Masteroppgave om opplevelse av bevegelsesglede i kroppsøvingsfaget

**Behandlingsansvarlig institusjon**

Høgskulen på Vestlandet / Fakultet for lærerutdanning, kultur og idrett / Institutt for idrett, kosthald og naturfag

**Prosjektansvarlig**

Jostein Rønning Sanderud

**Student**

Oda Hov Waale

**Prosjektperiode**

05.09.2022 - 01.07.2023

**Kategorier personopplysninger**

Alminnelige

**Lovlig grunnlag**

Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene er lovlig så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det lovlige grunnlaget gjelder til 01.07.2023.

[Meldeskjema](#)

**Kommentar**

OM VURDERINGEN

Personverntjenester har en avtale med institusjonen du forsker eller studerer ved. Denne avtalen innebærer at vi skal gi deg råd slik at behandlingen av personopplysninger i prosjektet ditt er lovlig etter personvernregelverket.

Personverntjenester har nå vurdert den planlagte behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at behandlingen er lovlig, hvis den gjennomføres slik den er beskrevet i meldeskjemaet med dialog og vedlegg.

**VIKTIG INFORMASJON TIL DEG**

Du må lagre, sende og sikre dataene i tråd med retningslinjene til din institusjon. Dette betyr at du må bruke leverandører for spørreskjema, skylagring, videosamtale o.l. som institusjonen din har avtale med. Vi gir generelle råd rundt dette, men det er institusjonens egne retningslinjer for

**TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET**

Prosjektet vil behandle alminnelige kategorier av personopplysninger frem til den datoen som er oppgitt i meldeskjemaet.

**LOVLIG GRUNNLAG**

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrertes foreldre til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som foreldre og den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være foreldres samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

**PERSONVERNPRINSIPPER**

Personverntjenester vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

- lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke behandles til nye, uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

#### DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), og dataportabilitet (art. 20).

Personverntjenester vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

#### FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

Personverntjenester legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

Ved bruk av databehandler (spørreskjemaleverandør, skylagring eller videosamtale) må behandlingen oppfylle kravene til bruk av databehandler, jf. art 28 og 29. Bruk leverandører som din institusjon har avtale med.

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og/eller rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

#### MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til oss ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde: <https://www.nsd.no/personverntjenester/fyller-ut-meldeskjema-for-personopplysninger/melde-endringer-i-meldeskjema>

Du må vente på svar fra oss før endringen gjennomføres.

#### OPPFØLGING AV PROSJEKTET

Personverntjenester vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!