

# TRIVSEL PÅ GYMNASSTIKLEKTIONERNA

- en undersökning bland elever i årskurs 8 i två finlandssvenska och två finska skolor

Nyström Kristian

Överfors Gunilla

Pro gradu -avhandling  
i idrottspedagogik  
Jyväskylä universitet  
Våren 2002

## ABSTRAKT

Nyström, Kristian och Överfors, Gunilla, 2002. Trivsel på gymnastiklektionerna –en undersökning bland elever i årskurs 8 i två finlandssvenska och två finska skolor. Jyväskylä universitet. Pro gradu -arbete i idrottspedagogik, 96 s.

Syftet med denna avhandling var att undersöka hur elever trivs på gymnastiklektionerna. Förutom elevernas trivsel undersöktes även vad eleverna upplever som trevligt eller tråkigt i gymnastiken, dessutom undersöktes några faktors eventuella samband med trivseln. De olika faktorerna var elevens upplevda fysiska kompetens, BMI, idrottsaktivitet, social ställning, gymnastikläraren, gymnastikvitsordet och själva gymnastikundervisningen. Det undersöktes även om det mellan könen, mellan elever i två finlandssvenska och två finska skolor fanns någon skillnad i trivsel. I undersökningen deltog 155 elever. Undersökningen gjordes med enkäter våren 2001 i Helsingfors med omnejd.

Resultaten visar att eleverna trivdes bra på gymnastiklektionerna, hälften av flickorna och 68 procent av pojkarna trivdes bra. Pojkarna trivdes betydligt bättre än flickorna. Mellan språkgrupperna upptäcktes även skillnader. De svenskspråkiga pojkarna trivdes bättre än de finskspråkiga, medan de finskspråkiga flickorna trivdes bättre än de svenskspråkiga flickorna. Nästan alla elever ansåg att skolgymnastiken är ett nödvändigt ämne. Eleverna upplevde som trevligt på gymnastiklektionerna att man hade en viss gren, fick vara tillsammans med kompisar, dessutom att ämnet var mångsidigt och det inte var ett läsåmne. De vanligaste svaren till vad som var tråkigt på gymnastiklektionerna var tester, tävlingar, läraren och ensidigt innehåll. Gymnastiken var det trevligaste ämnet i skolan, speciellt pojkarna var av den här åsikten.

Gymnastikvitsordet påverkade hur eleverna trivs på gymnastiklektionerna. Över hälften av de elever som hade berömligt vitsord trivdes bra, och nästan hälften av eleverna med ett vitsord mellan 6-8 trivdes dåligt i gymnastiken. Mellan BMI och trivselgrupperna kunde man inte märka någon skillnad. Över hälften av eleverna som upplevde sin fysiska kompetens som hög trivdes bra på gymnastiklektionerna. Idrottsaktiviteten påverkade däremot inte lika starkt trivseln bland eleverna.

Elever med hög upplevd social ställning trivdes bättre på gymnastiklektionerna än de elever som hade en låg upplevd social ställning. Skillnaderna mellan trivselgrupperna var statistiskt signifikanta. Det påverkade även elevernas trivsel om man upplevde att läraren var omtänksam och en bra undervisare. De elever som var nöjda med sin gymnastiklärare trivdes bättre och de som var missnöjda trivdes sämre på gymnastiklektionerna. Även ett fungerande samspel mellan elev och lärare fick eleverna att trivas bättre.

De elever som ansåg att innehållet i gymnastikundervisningen var bra trivdes också bättre på gymnastiklektionerna. De elever som upplevde att nivån på lektionerna var lättare trivdes bättre än de som tyckte att den var mera krävande. Hälften av eleverna som ansåg att tester och tävlingar ökar intresset för gymnastiken trivdes också bra på gymnastiklektionerna.

Sökord: trivsel, upplevelser, gymnastikundervisning, gymnastiklärare, elever

## INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1 INLEDNING	1
2 GYMNASTIKLEKTIONERNAS UPPBYGGNAD I ÅRSKURSERNA 7-9	2
2.1 Mål i gymnastikundervisningen	2
2.2 Lektionsinnehållet	3
2.3 Timantalet	4
3 DEFINITION AV TRIVSEL	6
3.1 Trivsel på gymnastiklektionerna	6
3.2 Trivsel på gymnastiklektionerna jämfört med andra skolämnen	7
3.3 Gymnastikens nödvändighet	9
4 ELEVERS UPPELVELSER PÅ GYMNASTIKLEKTIONERNA	10
4.1 Trevliga upplevelser	10
4.2 Tråkiga upplevelser	11
5 SAMBANDET MELLAN TRIVSEL PÅ GYMNASTIKLEKTIONERNA OCH OLIKA FAKTORER	14
5.1 BMI	14
5.2 Upplevd fysisk kompetens och självuppfattning	15
5.3 Gymnastikvitsordet	17
5.4 Idrottsaktivitet	17
5.5 Social ställning	18
5.6 Gymnastikläraren	20
5.6.1 Gymnastiklärarens personlighet	20
5.6.2 Gymnastiklärarens undervisningsstil	22
5.7 Gymnastiklektionen	23
6 REFERENSRAM OCH PROBLEMSTÄLLNING	26
6.1 Undersökningens referensram	26
6.2 Problemställning	27
7 GENOMFÖRANDE AV UNDERSÖKNINGEN	28
7.1 Undersökningspopulation	28
7.2 Utarbetning av frågeformuläret	28
7.3 Datainsamlingen	29
7.4 Mätare	29
7.4.1 Trivselmätare	29
7.4.2 Idrottsaktivitetsmätare	30
7.4.3 Mätare om upplevd fysisk kompetens	30
7.4.4 Social ställning	31
7.4.5 Gymnastikläraren	32
7.4.6 Gymnastiklektionen	32
7.5 Statistiska metoder	33

7.6 Reliabilitet och validitet	34
7.6.1 Reliabilitet	34
7.6.2 Validitet	35
8 RESULTAT	37
8.1 Trivsel på gymnastiklektionerna	37
8.1.1 Timantalet i gymnastik	38
8.1.2 Ämnets nödvändighet	39
8.1.3 Trivsel på gymnastiklektionerna jämfört med andra ämnen i skolan	40
8.2 Trevliga och tråkiga upplevelser i gymnastiken	42
8.3 Sambandet mellan trivsel på gymnastiklektionerna och olika faktorer	44
8.3.1 BMI	44
8.3.2 Upplevd fysisk kompetens	45
8.3.3 Gymnastikvitsordet	46
8.3.4 Idrottsaktivitet	47
8.3.5 Upplevd social ställning i skolan	47
8.3.6 Gymnastikläraren	49
8.3.7 Gymnastiklektionen	51
9 DISKUSSION	54
KÄLLFÖRTECKNING	60
BILAGOR:	
1 Svenskspråkigt frågeformulär	67
Finskspråkigt frågeformulär	73
2 Frekvensfördelningarna	79
3 Motiveringar till att gymnastik är ett nödvändigt ämne	85
4 Skillnader mellan kön och språkgrupp i trivsel jfr med andra ämnen	91
5 De tre trevligaste ämnena bland kön och språkgrupp	92
6 Det trevligaste ämnet bland kön och språkgrupp	93
7 Trevligt på lektionerna bland kön och språkgrupp	94
8 Tråkigt på lektionerna bland kön och språkgrupp	95
9 Variansanalys	96

## 1. INLEDNING

Skolgymnastiken är ett omdiskuterat ämne. En del beslutsfattare i vårt samhälle anser att de teoretiska ämnena i skolan är viktigare än konstämnen. Detta innebär att antalet timmar i gymnastik är lågt för tillfället. Det verkar vara svårt att få ett ökat antal timmar till förfogande på alla skolstadier. Ämnets betydelse ifrågasätts av makthavarna, och man funderar på om det är ett ämne som man borde satsa på eller om det är bortkastad tid och bortkastade pengar.

Det har gjorts en del undersökningar om hur eleverna trivs på gymnastiklektionerna. Enligt Carlson (1995, 469) trivs största delen av eleverna bra på gymnastiklektionerna. Eftersom största delen av eleverna anser, att de trivs bra i skolgymnastiken, måste det finnas något positivt med det här ämnet, som fångar elevernas intresse. Eleverna tycker, att det är ett ämne som är lika nödvändigt som de andra ämnena i skolan. Samtidigt kan gymnastiken kännas som en plåga för de elever som inte gillar ämnet och för dem som inte är så duktiga. I ämnet syns elevernas färdigheter tydligt och de svaga känner sig lätt utpekade.

Det som intresserar oss är hur eleverna själva ser på ämnet, framförallt hur eleverna trivs på gymnastiklektionerna. Vår avsikt är att undersöka om eleverna trivs bra eller dåligt, och vilka de faktorer är som mest påverkar deras trivsel. Vi undersöker även om det finns skillnader mellan pojkar och flickor, samt om det finns skillnader mellan svenskspråkiga och finskspråkiga elever i årskurs 8.

Gymnastiklärare bör vara medvetna om vad som får eleverna att trivas bra eller dåligt på lektionerna, för att genom pedagogiska åtgärder kunna förhindra en negativ inställning till skolgymnastiken. Det är viktigt, att eleverna i skolåldern får en positiv inställning till skolgymnastiken, vilket har betydelse för idrottsaktivitet på fritiden och även senare i vuxen ålder. Regelbunden fysisk aktivitet spelar en viktig roll med tanke på upprätthållande av god hälsa och arbetsförmåga livet igenom.

## 2. GYMNASSTIKLEKTIONERNAS UPPBYGGNAD I ÅRSKURSERNA 7-9

### 2.1 Mål i gymnastikundervisningen

Målet med skolgymnastiken skall i grundskolan vara att ge barn och unga impulser till olika slag av motion. Skolgymnastiken kan även användas som ett medel att uppfostra barn och unga. Den har en viktig uppgift genom att fylla elevernas behov av motion, erbjuda upplevelser och förstärka elevernas identitet och självkänsla. Eleverna skall i skolgymnastiken ges möjlighet att utveckla sina fysiska, psykiska, sociala, etiska och kulturella färdigheter. (GGL 1994, 109-110) Skolgymnastiken har traditionellt en central ställning i det finländska idrottsystemet. Den är speciellt viktig eftersom alla deltar i den. Det är viktigt att samarbetet mellan hem, skola och idrottsförening fungerar om man vill utveckla barnidrotten. (Liikuntakomitea 1990, 54)

I målet för gymnastikundervisningen i högstadiet betonar man även, att eleverna skall få positiva upplevelser, bekanta sig med olika grenar, lära sig att acceptera sig själva och ta ansvar för sin egen kondition, lära sig avslappning, sunda hälsovanor och att förstå sambandet mellan motion och hälsa. Genom idrott kan man också förstärka samarbetsförmågan, öka studielusten och därmed förbättra inlärningsresultaten i övriga ämnen. (GGL 1994, 109-111) Skolgymnastiken spelar en viktig roll i att utveckla barns och ungdomars idrottsliga färdigheter, upprätthålla studievitaliteten och väcka intresse för idrott på fritiden (Liikuntakomitea 1990, 60).

Skolgymnastiken är viktig eftersom den kan erbjuda positiva upplevelser av idrott. När barnen får positiva erfarenheter av idrott, utvecklas deras upplevelser av sin fysiska förmåga i en positiv riktning. Det har samband med hela personlighetsutvecklingen, även med en fortsatt fysisk aktiv levnadsstil i ungdomsåren och i vuxen ålder (Liukkonen, Telama & Jaakkola 1998, 15-20), vilket är viktigt med tanke på upprätthållande av god hälsa. I undersökningar har man fått stöd för den uppfattningen att fysisk aktivitet i barndomen förutspår fortsatt fysisk aktivitet som vuxen (Liukkonen mfl. 1998, 15-20; Iivonen 1998, 13). Eftersom en del av barnen är fysiskt passiva borde ett av grundmålen med

gymnastikundervisningen vara att få till stånd bestående förändringar i den fysiska aktiviteten (Biddle 1999, 23).

Under elevens skoltid bör man kunna ge eleven grundfärdigheter och kunskaper i idrott. I skolgymnastiken bör man kunna skapa en fast grund för hela landets idrottskultur. I undervisningsmålen och hur de förverkligas kan det uppstå motstridigheter. Hinder för att målen skall kunna uppnås är att antalet lektioner är för få, brist på yrkesskickliga lärare, brister i idrottsutrymmen och idrottsredskap eller också brister i undervisningsplanen. (Liikuntakomitea 1990, 60, 258)

I en undersökning, om vilka mål gymnastiklärarna hade med gymnastiklektionerna, nämnde de flesta att det viktigaste var att lära ut en viss idrottsfärdighet eller att utveckla något delområde inom fysisk kondition. Männens uppgav oftare än kvinnorna mål som hade att göra med konditionen. (Varstala 1996, 76)

## 2.2 Lektionsinnehållet

De olika idrottsgrenarna är de medel som används för att de olika målen skall uppnås. Fastän valet av grenar är fritt bör elevernas basmotorik tryggas, och eleverna bör få rika erfarenheter av olika utomhus- och inomhusidrotter. Den enda specificerade grenen i läroplanen är simning. Elevernas aktiva roll i planeringen av lektionerna betonas i denna läroplan. (GGL 1994, 110-112) I grundskolans högstadium bör man fortsättningsvis träna de motoriska färdigheterna. Nytt i högstadiet är att man bekantar sig med nya idrottsgrenar, förutom att man lär sig att uppleva och känna sin egen kropp. (Liikuntakomitea 1990, 260)

I en undersökning, om gymnastiklektionernas innehåll, fick man till resultat att ungefär hälften (51 %) av lektionerna innehöll bollspel av någon form. Av lektionerna bestod 30 % av gymnastik. Manliga lärare höll flera lektioner i bollspel, medan kvinnliga lärare hade flera lektioner i gymnastik och andra grenar. (Varstala 1996, 77) Eleverna förväntade sig att man på gymnastiklektionerna skulle lära sig att spela olika lagspel, förutom att man skulle lära sig olika färdigheter som är nyttiga i lagsporter och dessutom höja konditionen (Tannehill & Romar & O'sullivan & England & Rosenberg 1994, 412-413; Goncalves 1994,

4), man skulle även träna regelbundet och ha roligt (Goncalves 1994, 4). När elever rangordnade olika aktiviteter på lektionerna, ansåg 61 % av eleverna att lagsporter var de viktigaste, och konditionshöjande och individuella grenar var andra viktiga aktiviteter. Minst populära var aktiviteter som dans (58 %) och gymnastik (44 %). (Tannehill m.fl. 1994, 412-413) Goncalves (1994, 3-4) kunde konstatera att favoritaktiviteten i gymnastik bland pojkar (82 %) var bollspel, främst fotboll och basket och bland flickor var dans och gymnastik de populäraste aktiviteterna.

### 2.3 Timantalet

Enligt statsrådets beslut bör man i grundskolans högstadium ha minst sex timmar gymnastik i veckan, vilket blir två timmar per vecka under tre år. Från det här timantalet går en del timmar till undervisning i hälsolära. Läroplanen kan göras på traditionellt sätt som spridd läseordning eller kursbunden med indelning i olika perioder. I skolorna har man rätt att använda högst 20 veckotimmar i året till valbara kurser, och en del av dessa kan användas till extra undervisning i gymnastik. Tillvalsstudierna kan bestå av tillämpade och fördjupade kurser. (GGL 1994, bilaga, 17)

Genom nya regler i och med de nya skolreformerna har gymnastikens ställning försämrats jämfört med de andra skolämnena i Finland och även i de andra nordiska länderna. Två timmar gymnastik i veckan är inte tillräckligt för att upprätthålla elevernas fysiska kondition. Det verkar som man i skolorna idag endast är intresserad av elevernas studieresultat och inte alls av hur elevernas kropp mår. (Iivonen 1998, 13) Skolgymnastiken är för en del elever den enda fysiska aktiviteten (Helin 1996, 16-17). Den kursbundna undervisningen kan leda till att gymnastiklektionerna koncentreras till endast några perioder. Det kan leda till att eleverna under någon period är helt utan gymnastikundervisning, fastän man vet att nyttoeffekterna för hälsa endast nås med regelbunden fysisk träning. (Viljanen 1997, 12-13)

I en förfrågning av Luukko framgick det, att 75 % av eleverna som hade valt valfria kurser i gymnastik ansåg att dessa kurser behövdes vid sidan om de obligatoriska kurserna. Eleverna ansåg att de valbara kurserna var både nyttiga och intressanta. Man kom fram till att de



valbara kurserna ökade elevernas idrottsmotivation. Eleverna valde extra kurser för att de var intresserade av idrott och för att på ett förmånligt sätt få bekanta sig med nya grenar. Den valbara gymnastiken var lika populär bland flickorna och pojkarna, främst bland sådana elever som var i god kondition och idrottsaktiva på fritiden. (Luukko 1989, 69-72) Hiltunen (1998, 43) rapporterade, att nästan 3/4 av eleverna hade valt tillvalskurser i gymnastik. Pojkarna valde oftare än flickorna tillvalskurser, 80 % av pojkarna och 64 % av flickorna hade valt tillvalskurser.

I den s.k. EURO-undersökning från år 1998, som beskriver ungdomarnas levnadsstil och i den s.k. KOULI-undersökningen från åren 1995-98, som kartlägger skolelevernas idrottslighet, kunde man konstatera att hälften av eleverna ville ha mera lektioner i gymnastik än för tillfället. Av pojkarna önskade 59 % och av flickorna önskade 41 % en ökning av antalet lektioner. Åttondeklassisternas positiva inställning var något förvånande, eftersom en stor del av eleverna då är inne i pubertetens svåraste skede. (Nupponen 1999, 17-21) Liknande resultat rapporterade även Hiltunen (1998, 57), nämligen att nästan hälften av pojkarna och över en tredjedel av flickorna ville ha mera gymnastik än de då hade för tillfället. Endast 7 % av eleverna önskade färre timmar i gymnastiken. Enligt Viljanen (1997, 13) hade eleverna inte möjlighet att välja så mycket gymnastik i skolorna som de önskade. Goncalves (1994, 3) hävdar att 4 % av eleverna önskar att gymnastiken skulle vara ett frivilligt ämne.

### 3. DEFINITION AV TRIVSEL

Enligt Svenska ordboken (1986) betyder ordet trivsel samma sak som en känsla av trevnad och välbefinnande. När man trivs med något betyder det att man är tillfreds med grundläggande faktorer i omgivningen.

Även Katter och Wikström (2000, 13) definierar skoltrivsel som en känsla av välbefinnande, men också som en speciell atmosfär i skolan. Denna atmosfär är ett uttryck för hurdana relationerna är i skolan. Skoltrivsel är i hög grad ett resultat av sociala processer. Goda relationer leder till en positiv skolatmosfär och ansträngda relationer till en negativ atmosfär.

#### 3.1 Trivsel på gymnastiklektionerna

Enligt Carlson (1995, 469), Valkonen (1996, 36) samt Paakkari och Sarvela (2000, 100) kunde man konstatera, att största delen av eleverna trivdes bra på gymnastiklektionerna. Bland pojkarna trivdes 84 % bra eller mycket bra på gymnastiklektionerna, och bland flickorna var motsvarande antal 59 %. Endast 4 % av pojkarna och 9 % av flickorna trivdes dåligt eller mycket dåligt. Pojkarna trivdes betydligt bättre än flickorna. (Valkonen 1996, 36) Även Goncalves (1994, 3) konstaterade att pojkarna trivs bättre, och att det speciellt är pojkarna i de högre årskurserna som trivs bra.

Även Kärki och Lemmetyinen kom fram till liknande resultat, nämligen att största delen (71 %) av eleverna upplevde skolgymnastiken positivt. Endast 7 % av eleverna upplevde den negativt. Pojkarna var även här något positivare inställda till gymnastiken. (Kärki & Lemmetyinen 1990, 25) Enligt Jónsson (1993) trivdes inte 4-13 % av eleverna på gymnastiklektionerna. Paakkari och Sarvela (2000, 100) rapporterade att högstadieåldern är en kritisk tid med tanke på hur eleverna trivs i gymnastiken, antalet som är negativt inställda är då som störst (17 % av eleverna).

I EURO- och KOULI-undersökningarna kom man fram till att majoriteten av skoleleverna upplevde skolgymnastiken positivt (73 %). Andelen som uppgav att de tyckte väldigt

mycket om skolgymnastiken var 21 %. Endast 2 % av eleverna upplevde skolgymnastiken mycket negativt. Det visade sig att pojkarna hade en något positivare inställning till skolgymnastiken än flickorna. Femteklassisterna var positivast inställda till skolgymnastiken, medan andelen elever som upplevde den motbjudande var störst i sjunde årskursen. (Nupponen 1999, 17-21; Nupponen & Telama 1998, 32) Enligt Strand och Scantling (1994, 124) skulle 79 % av eleverna välja att delta i skolgymnastiken, fastän ämnet inte skulle vara obligatoriskt, vilket visar att eleverna gillar ämnet.

Enligt Kuusikko och Virolainen kunde man däremot inte märka någon skillnad i trivsel på gymnastiklektionerna mellan pojkar och flickor i nionde årskursen. Man kunde konstatera att hur man trivdes hade samband med den upplevda fysiska kompetensen, om man var en uppgiftsorienterad person och om undervisningen var uppgiftscentrerad. Bäst trivdes de elever som upplevde sin fysiska kompetens hög, själva var uppgiftsorienterade och upplevde att miljön på gymnastiklektionerna var uppgiftscentrerad. Pojkarna var mera tävlingsorienterade än flickorna. (Kuusikko & Virolainen 2000, 60-70)

### 3.2 Trivsel på gymnastiklektionerna jämfört med andra skolämnen

I EURO- och KOULI-undersökningarna framkom det att förhållningssättet till skolgymnastiken kan ha samband med hur man allmänt förhåller sig till skolan. Den största elevgruppen var en sådan som gillade ämnet gymnastik och var neutralt inställd till skolan. En fjärdedel av eleverna gillade både gymnastiken och skolan. Var tionde elev upplevde skolan som motbjudande, men tyckte ändå att gymnastiken var trevlig. Endast en elev av hundra gillade att gå i skola, men tyckte inte om gymnastiken. 2 % tyckte att både skolan och gymnastiken var tråkiga. Till den grupp som upplevde skolan som motbjudande, men ändå skolgymnastiken som trevlig hörde 14 % av pojkarna och 5 % av flickorna. (Nupponen 1999, 17-21)

Jämfört med en del andra europeiska länder upplevde de finländska ungdomarna skolgymnastiken mycket positivt. De finländska flickorna trivdes bra i skolgymnastiken, vilket skiljde sig märkbart från de andra länderna. Gemensamt för de europeiska länderna var att man förhöll sig positivare till skolgymnastiken än till skolan i allmänhet. (Nupponen

1999, 17-21) I en liknande undersökning, i vilken det deltog skolbarn (11-16 år) från Finland, Estland, Tyskland, Belgien, Tjeckien och Ungern, kom man fram till att barnen var positivare inställda till skolgymnastiken än vad de var till skolan i allmänhet (Nupponen & Telama 1998, 31, 44). De finländska eleverna trivdes sämre i skolan jämfört med elever i andra länder (Kannas & Välimaa & Liinamo & Tynjälä 1995, 144). Största delen av eleverna ställer sig i allmänhet negativt till skolan. Dagens elever får mera upplevelser och erfarenheter utanför skolan. Skolan berör inte de unga idag, däremot ställer man sig mera positivt till skolgymnastiken, eftersom gymnastiken kan erbjuda mera upplevelser än vad annat skolarbete gör. (Telama 1999, 6-9)

Brunell och Kannas (2000, 143-145) konstaterade att det fanns en viss skillnad i skoltrivsel mellan svenskspråkiga och finskspråkiga elever i landet. De svenskspråkiga eleverna trivdes något sämre i skolan än de finskspråkiga. Flickorna trivdes bättre än pojkarna i skolan i båda språkgrupperna.

När det undersöktes bland åttondeklassister och gymnasister hur man gillade gymnastiken jämfört med andra skolämnen, fick man till resultat att 46 % av eleverna ansåg, att gymnastiken var antingen det trevligaste eller hörde till de tre trevligaste ämnena i skolan. Var tredje flicka och hälften av pojkarna ansåg, att gymnastiken åtminstone hörde till de tre trevligaste ämnena. Endast 11 % av flickorna och 4 % av pojkarna upplevde gymnastiken som ett tråkigt ämne. (Hiltunen 1998, 36) Goncalves (1994, 3) konstaterade att 22 % av pojkarna och 12 % av flickorna uppgav att gymnastik är deras favoritämne i skolan.

Av de praktiska ämnena i skolan anser eleverna att gymnastik, handarbete och teckning är de trevligaste (Kääriäinen, Laaksonen & Wiegand 1997, 46). När Colley m.fl. (1994) och Uusikylä (1997) jämförde vilka skolämnen pojkar och flickor gillar kunde man märka, att pojkarna gillar matematisk-naturvetenskapliga ämnen och gymnastik. Flickorna däremot föredrar humanistiska ämnen; språk, biologi, religion, handarbete och musik. (Silverman & Subramain 1999, 115; Kääriäinen m.fl. 1997, 47)

### 3.3 Gymnastikens nödvändighet

Största delen av eleverna tycker att gymnastik är ett nödvändigt ämne. Det kunde inte märkas någon större skillnad mellan könen. Av flickorna ansåg 66 % och av pojkarna 83 % att gymnastik var ett nödvändigt ämne. (Valkonen 1996, 36-37) Hiltunen konstaterade, att 60 % av högstadieeleverna ansåg att gymnastiken var åtminstone lika viktigt skolämne som de övriga. 12 % av eleverna ansåg att gymnastiken var viktigare än de övriga skolämnena och 38 % ansåg att gymnastiken var tvärtom mindre viktig än de andra skolämnena. (Hiltunen 1998, 40)

Hälften av eleverna ansåg att gymnastik var ett mindre viktigt ämne än alla andra ämnen i skolan. Endast teckning ansågs vara ett mindre viktigt ämne, och pojkarna ansåg dessutom att musik var mindre viktigt än gymnastik. (Tannehill m.fl.1994, 412) Det är alltså viktigt att man gör skillnad på termerna att ämnet är viktigt och att ämnet är nödvändigt, eftersom gymnastikens ställning bland eleverna är motsatt beroende på vilken term som används.

#### 4. ELEVERS UPPLEVELSER PÅ GYMNASTIKLEKTIONERNA

##### 4.1 Trevliga upplevelser

Goncalves (1994, 4) hävdar, att avgörande faktorer för en positiv inställning till gymnastik är läroplanen, gymnastikläraren eller den rådande gruppandan. Pojkarna anser att läroplanen är den som påverkar starkast, medan flickorna tycker att gruppatmosfären påverkar mest.

Eleverna nämnde oftast som trevliga upplevelser på gymnastiklektionerna att det var omväxlande och mångsidigt, att man fick spela lagspel och lära sig något nytt. Andra positiva egenskaper var förbättrad kondition, en god idrottsmöjlighet, kompisar, bra laganda och avslappnad atmosfär (Valkonen 1996, 38; Goudas & Biddle 1993, 146) Mellan pojkarna och flickorna kunde det märkas en skillnad, pojkarna tyckte att det var viktigt att gymnastikläraren var uppmuntrande och trevlig (Valkonen 1996, 38).

Enligt Folsom-Meek (1992) var pojkarna positivare inställda till aktiviteter som var utmanande och innehöll riskfyllda moment. Flickorna var däremot positivare inställda till estetiska idrottsaktiviteter (Silverman & Subramain 1999, 115), och även de sociala motiven var väldigt starka (Silverman m.fl. 1999, 115; Goncalves 1994, 4). Pojkarna vill helst spela bollspel på gymnastiklektionerna (Goudas & Biddle 1993, 148). Flickorna föredrar bollspel utan kontakt eller bollspel där kontakten är begränsad (Goncalves 1994, 4).

I en förfrågan bland flickor i Australien, som handlade om varför de hade valt att delta i skolgymnastiken, nämnde de flesta flickorna att de gillade fysisk aktivitet, och de tyckte att det var roligt. Det ansågs även som positivt att gymnastiklektionerna var en sorts variation till de andra lektionerna i klassrummet. På lektionerna fick de även konditionsträning och lärde sig något nytt. (Browne 1992, 407)

Hiltunen hävdar, att eleverna anser att viktigare mål i gymnastikundervisningen är att sköta sin kondition, ha roligt på timmarna och jobba i grupp. Det upplevs även som viktigt, att lära sig hälsosamma levnadsvanor, att bekanta sig med och lära sig nya idrottsgrenar, samt att pröva de egna gränserna. Flickorna anser det vara viktigare jämfört med pojkarna, att lära

sig prosociala färdigheter, som t.ex. att ge råd åt och uppmuntra kompiserna. (Hiltunen 1998, 44) Kärki & Lemmetyinen (1990, 28) påvisar att klasskompisarnas åsikter, de egna färdigheterna, läraren och grenurvalet har ett starkt samband med hur eleverna upplever skolgymnastiken.

Det är viktigt att eleverna upplever gymnastiken positivt. Genom att uppleva känslor av självkontroll och optimal utmaning, och därtill att man gör ordentliga försök, lär sig något nytt och att samarbetet förbättras är sådana känslor som kan väcka tillfredsställelse och glädje hos de enskilda eleverna. (Biddle 1999, 24) Att lära sig något nytt är en stark positiv och motiverande upplevelse. På lektionerna finns det för lite tid till att lära sig något nytt (Telama 1999, 4-9). Eleverna vill lära sig något nytt på gymnastiklektionerna, förutom att det är väldigt viktigt att de får känna att de lyckas (Romar 1995, 215).

Även Paakkari och Sarvela samt Tannehill och Zakrajsek hävdar, att till de positiva upplevelserna hör att man lyckas och får visa vad man kan, att man gör något tillsammans med kompisarna, vilket förbättrar lagandan. Det är även trevligt att testa på något nytt och känna att man har möjlighet att påverka innehållet på timmarna. Läraren spelar en avgörande roll i hur man upplever lektionerna. (Paakkari & Sarvela 2000, 83-91; Tannehill & Zakrajsek 1993, 82) Holopainen påstår, att positiva upplevelser på gymnastiklektionerna motiverar till aktivt deltagande, vilket i sin tur befrämjar utvecklingen av motoriska färdigheter. Största delen av eleverna är motiverade att delta i gymnastiken. (Holopainen 1991, 95-96)

#### 4.2 Tråkiga upplevelser

Samma faktorer som hade ett positivt inflytande på elevernas attityder verkar även att kunna påverka inställningen, som eleverna har till gymnastik, negativt. Läroplanen, läraren och gruppatmosfären och dessutom idrottsutrymmena är faktorer som påverkar inställningen negativt. Pojkarnas inställning påverkas mest av dåliga utrymmen. (Goncalves 1994, 5)

Eleverna upplevde som negativt konditionstester, enformigt innehåll, för mycket betoning på tävling, okunniga lärare, dåliga redskap och utrymmen (Valkonen 1996, 38), dessutom

upplevdes risken för att skada sig också negativt (Tannehill m.fl. 1993, 82). Bland flickorna hade läraren en större inverkan på att lektionerna upplevdes negativt (Valkonen 1996, 38). När man tillfrågade vuxna människor om deras minnen från skolgymnastiken, nämnde de flesta, den negativa upplevelsen av att göra bort sig i samband med konditionstesterna (Liukkonen & Kokkonen & Jaakkola 2000, 14). Millslage m.fl. (2000) påstår, att den största orsaken till att elever i både lågstadiet och högstadiet är negativt inställda till gymnastik är p.g.a. konditionstester (Keating m.fl. 2002,194).

Upplevelsen av att inte vara tillräckligt bra eller skicklig upplevs tungt bland eleverna. De flesta eleverna påstår att de skulle gilla ämnet gymnastik bättre, ifall de skulle lyckas bra och klara av uppgifterna. En del elever har inget behov av att lära sig något nytt i skolgymnastiken, utan de vill känna att de lyckas i övningar som är bekanta från tidigare. (Portman 1995, 448-449) Om förväntningarna är för höga i förhållandet till den upplevda kompetensen, påverkar det ens inställning till gymnastiken negativt, om utmaningen däremot är för liten så blir eleverna lätt uttråkade (Telama 1999, 4-9; Romar 1995, 215).

Browne påstår, att orsakerna till att eleverna inte är intresserade av skolgymnastiken är att andra ämnen anses vara viktigare med tanke på framtida karriär, dessutom är det svårt att få gymnastiklektionerna att passa in i deras lektionsplan. Eleverna anser att de får tillräckligt med fysisk aktivitet även utanför skolan. (Browne 1992, 407) Även Carlson (1995, 467) påvisar, att en del elever är negativt inställda till gymnastiken, eftersom den upplevs som meningslös med tanke på framtiden, dessutom anser en stor del av eleverna att de inte har möjlighet att påverka innehållet på lektionerna.

Brist på motivation leder till en negativ inställning till gymnastiken. De olika idrottsgrenarna kan upplevas som tråkiga om målen är oklara, eleverna motiveras för dåligt, eller om läraren värderar sig själv som svag i grenen. (Holopainen 1991, 95-96) Förhållningssättet till de olika idrottsgrenarna är en avgörande faktor för om man gillar gymnastik eller inte (Romar 1995, 215; Goudas & Biddle 1993, 147). Goudas och Biddle (1993, 147) rapporterar, att eleverna inte gillar att ha sådana grenar på lektionerna, som de inte är intresserade av. Enligt Jónsson (1993) påverkar det elevernas inställning negativt, om de upplever att innehållet på



lektionerna är ensidigt och begränsat, och även om de upplever att de inte kan påverka innehållet.

Till negativa upplevelser på lektionerna räknades att man upplevde, att man inte lärde sig något, misslyckades med utförandena eller att man tvingades göra något som man visste att man inte skulle klara av (Romar 1995, 215; Paakkari & Sarvela 2000, 92-99). Tester, tävlingar och rangordning enligt färdigheterna upplevdes allmänt negativt på gymnastiklektionerna. De som var svaga i idrott upplevde det besvärligt att idrotta när andra såg på. (Valkonen, 96, 49-52; Paakkari & Sarvela 2000, 92-99) Speciellt flickorna upplevde tester och tävlingar negativt, och flickorna stördes även lättare av att idrotta inför andras åsyn (Valkonen 1996, 49-52).

De elever som däremot var duktiga i ämnet upplevde det negativt att intensiteten var låg och att klasskompisarna var dåligt motiverade (Paakkari & Sarvela 2000, 92-99). En del elever njuter av utmaningen som ges i testsituationerna (Hopple & Graham 1995, 414). Det finns elever som upplever gymnastiken som ett besvärligt ämne, eftersom det upplevs som genant att byta om och duscha efter gymnastiklektionerna (Strand & Scantling 1994, 127).

## 5. SAMBANDET MELLAN TRIVSEL PÅ GYMNASTIKLEKTIONERNA OCH OLIKA FAKTORER

### 5.1 BMI

BMI, (body mass index), är ett viktindex, som beskriver förhållandet mellan vikt och längd ( $BMI = \text{kg}/\text{m}^2$ ). Ett högre värde av detta betyder högre vikt i förhållande till personens längd, ett lägre värde betyder i sin tur det motsatta. Värden mellan 20-24 anses vara ideala för vuxna människor. Ett normalt viktindex för en tonåring anses ligga mellan 18-23, ett värde under 18 är undervikt och ett värde över 23 är övervikt. (Fogelholm 1997, 25-26) Viktindexet stiger med högre ålder och är något olika för pojkar och flickor, vilket är förståeligt då ungdomarnas längdtillväxt med åldern minskar i förhållande till viktökningen. Barn och ungdomar växer och har ofta ganska låga BMI-värden då den fysiska utvecklingen ännu inte är slutförd. BMI gör ingen åtskillnad mellan fett- och muskelvävnad, vilket i några fall kan leda till missvisande resultat. (Nuutinen 1997, 158-159)

Både bland svensk- och finskspråkiga elever visade det sig att pojkarna mera allmänt än flickorna beskrev sig själva som lagom tjocka eller litet för magra. Flickorna däremot uppfattade sig oftare som för tjocka. Pojkarnas bedömning förändrades inte mycket med stigande ålder, men ju äldre flickorna blev desto fler uppfattade sig som för tjocka. Både bland de svensk- och finskspråkiga pojkarna i högstadiet uppgav cirka 40 % att deras vikt var lagom och av flickorna i samma ålder ansåg sig över 40 % vara för tjocka. (Välímää 2000, 32-38) Bland europeiska skolelever var cirka hälften nöjda med sin längd och vikt. En ökning i BMI har kunnat märkas bland ungdomarna under de senaste årtiondena. (Nupponen & Telama 1998, 84, 96) BMI- värdet varierar stort både bland pojkarna samt flickorna i årskurs 9. Medelvärde för flickorna var 20 och för pojkarna 21 i båda språkgrupperna. (Välímää 2000, 32-38)

Enligt Whitehead (1992) formas vår inställning till gymnastiken i en positiv eller negativ riktning beroende på hur vi och även andra upplever vår kropp. Andra människor runt omkring oss förorsakar att vår kropp upplevs som ett objekt, vilket kan leda till att vi själva känner oss främmande för vår egen kropp. Risken för att vi skall känna oss främmande för

vår egen kropp är speciellt stor, ifall vi upplever att den som iakttar oss är kritiskt eller negativt inställd till oss, eller om vi är mera lättklädda än vanligt. På basen av dessa grunder kan man konstatera att i gymnastiken är eleverna väldigt sårbara. Läraren följer ständigt med elevernas rörelser, korrigerar och alla ser varandra i träningskläder. När en elev upplever att färdigheterna är otillräckliga eller om han känner sig klumpig, kan det leda till känslor av obehag på gymnastiklektionerna. (Komulainen 1992, 79) Om man i gymnastiken betonar själva utförandet för mycket och inte tar i beaktande de individuella skillnaderna hos eleverna, kan det hända att t.ex. en överviktig elev kommer att känna sig mindervärdig eller beklämd (Telama & Kahila 1994, 151).

I motoriska och neurologiska test har det visat sig att de barn som i barndomen är klumpiga även är det fortsättningsvis i tonåren. I betygen framgår att gymnastiklärarna hade värderat de klumpiga eleverna som betydligt svagare jämfört med andra elever. Klumpiga elever deltar sällan i idrottsverksamhet och njuter även mindre av idrottsaktivitet än andra elever. (Komulainen 1992, 76)

## 5.2 Upplevd fysisk kompetens och självuppfattning

Elever med låg upplevd fysisk kompetens upplever skolgymnastiken negativt påstår Portman m.fl (1995), men om de får uppleva känslor av att lyckas kan deras attityd förändras och deras inställning till gymnastiken förändrades i en positiv riktning. Elever med låg upplevd fysisk kompetens misslyckas oftare än de lyckas på gymnastiklektionerna, vilket leder till en negativ inställning till gymnastiken. Elever med låg upplevd fysisk kompetens försöker ibland undgå att delta i ämnet, för att undvika misslyckande och negativa upplevelser. (Silverman 1999, 117; Carlson 1995, 472)

Det kunde inte märkas någon skillnad mellan pojkar och flickor, när man jämförde den upplevda fysiska kompetensen, fastän pojkar i tidigare undersökningar hade värderat sin fysiska kompetens högre. En person, som aktivt sysslar med idrott, upplever sin fysiska kompetens högre än de som är idrottsligt passiva. Speciellt bland flickorna kan man höja den upplevda fysiska kompetensen genom aktivt idrottande. (Lintunen 1995, 62-69) Den upplevda fysiska kompetensen bör vara hög, för att man skall vara motiverad att delta i

idrott. Om en person upplever att han klarar sig bra i en uppgift, som värderas och anses vara viktig, hålls motivationen att fortsätta med verksamheten hög. (Kokkonen & Liukkonen & Jaakkola & Sepponen & Pöllänen 1999, 56)

Bland 11-15 -åriga pojkar och flickor kunde man konstatera att självuppfattningen med åren blev mera bestående. De ungas självvärdering och upplevda kondition var i medeltal positiva. Flickorna värderade sig själva något lägre än pojkarna. Enligt McAuley (1994) har idrottande den största positiva inverkan på en person med låg självuppfattning. Det är svårare att höja en normal än en låg självuppfattning med hjälp av idrott. (Lintunen 1995, 62-69)

Hos pojkarna var självuppfattningen jämfört med flickorna mycket stadigare och positivare i 11-15 -årsålder. Eventuella orsaker till det här är att flickorna har konstaterats ha mera psykiska problem, dessutom vill pojkarna inte erkänna sina svagheter. Självuppfattningen har fram till 1990 -talet förbättrats bland eleverna. (Kannas & Tynjälä 1998, 9) Enligt Lintunen blir flickornas uppfattning om den egna konditionen mera realistisk och pojkarnas mindre realistisk med högre ålder. Den fysiska prestationsförmågan är viktigare för pojkarna, och det kan leda till att de överskattar sig själva, för att dölja sina svagheter. (Lintunen 1995, 69-70) Även Valkonen (1996, 55) hävdar, att de elever som trivs bra i gymnastiken också upplever sin kondition som bättre.

Av de svenskspråkiga eleverna i 11-15 -årsålder uppfattade 60 % av pojkarna och 43 % av flickorna sig själva som duktiga i idrott. Bland flickorna försvagades denna känsla ju äldre flickorna blev. En större andel finskspråkiga än svenskspråkiga flickor upplevde sig som duktiga. (Kannas & Tynjälä & Brunell 2000, 131) Det är väldigt viktigt att man upplever att man är duktig, för att man skall trivas i skolgymnastiken. Carlson (1995, 470) påstår, att svaga elever i ämnet trodde att de skulle trivas bra på gymnastiklektionerna, ifall de skulle vara duktiga i idrott.

### 5.3 Gymnastikvitsordet

Det finns ett starkt samband mellan vitsordet i gymnastik och hur man upplever gymnastiken. Hela 93 % av dem som hade de berömliga vitsorden 9 och 10 upplevde gymnastiken som positivt, 65 % av eleverna upplevde gymnastiken som positivt och 7 % som negativt av dem som hade vitsordet 8. Av de elever som hade vitsordet 7 eller lägre än 7 ansåg 53 % att gymnastiken var något positivt och 16 % tyckte att den var något negativt. (Kärki m.fl. 1990, 26-27)

Vitsorden fördelar sig omkring två vitsord: nästan 80 % av flickornas vitsord var 8 eller 9. Pojkarnas vitsord fördelades däremot jämnare mellan 7 och 9. Gymnastikvitsorden hade ett visst samband med upplevd fysisk kompetens. (Nyman 1999, 37-38) Pojkarna hade i medeltal sämre vitsord i gymnastik än flickorna. Det visade sig, att de elever som trivdes bättre på gymnastiklektionerna även hade ett bättre vitsord. (Valkonen 1996, 48)

### 5.4 Idrottsaktivitet

Under de senaste åren har de ungas försämrade fysiska kondition och minskade idrottsaktivitet tagits upp till diskussion. Det har ändå varit svårt att göra en tillförlitlig utvärdering av situation, eftersom man inte under det senaste årtiondet har rapporterat undersökningsresultat, som är representativa för hela landet. Resultaten från WHO:s skolelevstudie visade däremot att idrottsaktiviteten bland de unga ökade från 1980-1990 - talet. Från år 1994 och framåt har man kunnat märka en ökning speciellt i idrottsaktiviteten bland pojkarna. (Kannas & Tynjälä 1998, 6-9)

Telama m.fl. (1986) indelade eleverna i tre olika grupper på basen av deras idrottsaktivitet. De elever som deltog i idrottsverksamhet på fritiden var mest intresserade, och de passiva eleverna var minst intresserade av skolgymnastiken. En liknande skillnad kunde observeras mellan grupperna då man värderade elevernas trivsel på gymnastiktimmarna. Aktivt idrottande elever trivdes bättre på gymnastiklektionerna än de elever, som inte idrottade på fritiden. (Hahtola 1999, 27-28)

Enligt Nupponen och Telama (1998, 34) samt Valkonen (1996, 46) fanns det även ett positivt förhållande mellan inställningen till skolgymnastiken och idrottsaktiviteten utanför skolan. Det visade sig att de elever som upplevde skolgymnastiken negativt även var mindre fysiskt aktiva på fritiden (Silverman & Subramaniam 1999, 99). Elever som deltog i idrottsverksamhet på fritiden visade sig vara mera motiverade att delta i skolgymnastiken (Papaioannou 1997, 428).

Pojkarna var allmänt idrottsaktiva än flickorna. Fyra femtedelar av de svenskspråkiga pojkarna och två tredjedelar av flickorna tränade minst 2 gånger i veckan. Bland flickorna minskade idrottsaktiviteten i de högre åldersklasserna. Minst 4 gånger i veckan tränade 27 % av flickorna och 46 % av pojkarna bland de svenskspråkiga eleverna i årskurs 9. De finskspråkiga eleverna var ytterligare något aktivare än de svenskspråkiga. (Kannas & Tynjälä & Brunell 2000, 124-126)

### 5.5 Social ställning

Nära vänner fungerar som ett viktigt socialt nätverk och som en källa för trygghet. Relationerna till de jämnåriga är betydelsefulla, eftersom de lär en att umgås med andra. De är även en viktig del av ungdomarnas sociala värld. Majoriteten av eleverna hade minst två nära vänner, men cirka 2 % av eleverna saknade helt en vän. Det var vanligare att flickorna kände sig ensamma. (Välímáa 2000, 171)

Hurrelmann (1989) har undersökt skolans sociala roll i de ungas liv. Han anser att skolan kan fungera som socialt stöd, eftersom alla barn och ungdomar går i skolan. Skolan upptar en stor del av elevernas tid och sociala liv. Det är viktigt att eleverna kan skapa tillräckliga och fungerande relationer, för att de skall må bra i skolan och i samhället. (Välímáa 2000, 178)

Mer än hälften av eleverna uppgav att de inte hade utsatts för mobbning en enda gång under den senaste vårterminen. Högst var tionde elev uppgav sig ha blivit mobbad en eller flera gånger i veckan. Enligt undersökningen avtar mobbningen något med ökad ålder. Det förekom mindre mobbning i de svenskspråkiga skolorna än i de finskspråkiga. (Kannas &

Brunell 2000, 144-146) Valkonen (1996, 61) konstaterade även att 11 % av eleverna hade blivit mobbade. De elever som trivdes bra i skolgymnastiken kände sig mindre ensamma i skolan och de upplevde sig även populära i sin klass, jämfört med de elever som inte trivdes bra.

När det undersöktes skilt om det förekommer mobbning på gymnastiklektionerna, kunde man konstatera att det förekom mindre mobbning på gymnastiklektionerna än på andra lektioner. Eleverna mobbade varandra mest på rasterna. Största delen av dem som sysslade med idrott blev inte mobbade. (Marvaila 1995, 31-33) En tiondedel av eleverna mobbades på gymnastiklektionerna, och största delen av de här mobbningsfallen skedde under själva lektionstiden. Mobbing förekom oftast i spelsituationer och under övningar, dessutom under indelningen av lag. (Räty 1999, 27-31)

I en jämförelse med andra europeiska länder kunde man konstatera att det bland pojkarna förekom mera mobbning än bland flickorna. Det konstaterades även här, att mobbningen minskade med högre ålder i de flesta länder. Minst en gång i veckan hade 9 % av pojkarna och 6 % av flickorna i 11-15-årsålder blivit mobbade. (Kannas & Välimaa & Liinamo & Tynjälä 1995, 139-140) Enligt Olweus var 11 % av eleverna i årskurs 3-6 och cirka 6 % av eleverna i årskurs 7-9 utsatta för mobbning, vilket tyder på att mobbningen minskar i de högre årskurserna. Pojkarna tycks vara mera utsatta för mobbning, och mobbningen är fysisk och mera direkt. Mobbingen bland flickor är mera indirekt och ofta sprids otrevliga rykten bland dem. (Olweus 1991, 11-12)

I en förfrågan som berörde sjätteklassisternas sociala ställning kunde man konstatera att de elever som sysslade med lagsporter vanligtvis undvek att bli mobbade. En duktig fotbolls- eller ishockeyspelares status steg bland de andra eleverna. Antalet tillbakadragna och mobbade var färre bland de idrottsaktiva och betydligt större bland de passiva. (Pietilä 1998, 38)

Smith och Karp, som har undersökt utstötta elevers beteende på gymnastiklektionerna, hävdar att de flesta grupper använder en bestämd taktik för att utestänga oönskade elever till sin grupp. Det effektivaste sättet som användes var att man ignorerade de elever, som man

inte ville ha med i sin grupp. Gymnastiklärare ingrep väldigt sällan, fastän de var medvetna om att en del elever var utanför gruppen. Ibland grupperade lärare de utstötta eleverna med varandra och det försvårade endast situationen. Lärare ansåg att eleverna själva förorsakar att de blir utstötta och hamnar utanför gruppen. (Smith och Karp 1996, 39)

## 5.6 Gymnastikläraren

De viktigaste egenskaperna hos en bra gymnastiklärare är en pedagogisk och vetenskaplig kompetens, ett förhållande till eleverna som baserar sig på tillit och ömsesidig respekt, och en förmåga att skapa en bra klassanda. Pojkarna tycker att det viktigaste hos en bra lärare är professionell kompetens, medan flickorna tycker att personligheten är mera avgörande. En lärare, som däremot är pedagogiskt inkompetent, talar för mycket och är orättvis anses vara en dålig lärare (Goncalves 1994, 4)

Även Imsen poängterar att en bra lärare bör ha en god ämneskunskap, som han kan föra vidare på rätt sätt till elever i olika ålder och på olika utvecklingsstadier. Läraren bör känna till läroplanen, skolans regelverk, lednings- och styrsystem. En god lärare bör ha tillräcklig pedagogisk kunskap om undervisnings- och inlärningsprocesser, och om hur barn och ungdomar utvecklas. En god lärare bör därtill ha en handlingsteori, som innehåller praktiska tillvägagångs sätt. (Imsen 2000, 22-23)

### 5.6.1 Gymnastiklärarens personlighet

Eleverna anser att en bra gymnastiklärare skall ha humor, vara avslappnad, glad, positiv och naturlig. Lärarens personlighet är avgörande i uppbyggnaden av ett gott förhållande mellan elev och lärare. Eleverna upplever att det är viktigt att man kan diskutera med och lita på läraren. Läraren borde vara som en kompis. (Kaukanen & Ketola 2000, 17-60) Läraren skall vara uppmuntrande, uppmärksamma de enskilda individerna, uppvisa tålamod och omsorg. Eleverna upplever det viktigt att läraren använder deras förnamn. (Coelho 2000, 239) En lärare som behandlar eleverna orättvist får dem att ogilla ämnet (Jónsson 1993).



Gymnastikläraren kan påverka elevernas attityd till gymnastiken på antingen ett positivt eller negativt sätt. Elever som har ett bra förhållande till sin lärare upplever också oftast ämnet som trevligt. Enligt Luke och Sinclair (1991) utlöser gymnastikläraren starkare negativa än positiva känslor (Silverman m.fl. 1999,113), vilket skiljer sig ifrån vad Goncalves rapporterar. Enligt Goncalves (1994, 6) inverkar gymnastikläraren starkare på den positiva inställningen än på den negativa.

Valkonen hävdar att pojkarna i allmänhet har en positiv uppfattning om sin gymnastiklärare. Flickornas åsikter varierar och är mera negativa. Pojkarna upplever också att deras förhållande till läraren är bra. De elever som trivs dåligt eller medelmåttigt i skolgymnastiken anser att det sociala förhållandet mellan lärare och elever är sämre. Samma elevgrupp upplever även oftare läraren som orättvis, och det här är vanligare speciellt bland flickorna. (Valkonen 1996, 39-41) Pojkarna upplevde läraren som mera rättvis och strängare. Gymnastikläraren uppmärksammade oftare även pojkarnas goda försök. (Kärki & Lemmetyinen 1990, 37) Katter och Wikström (2000, 13) håller även med om att läraren kan bidra till elevernas trivsel genom att bemöta dem rättvist.

Förhållandet mellan lärare och elev är av stor betydelse med tanke på skoltrivseln. Om det råder ett gott förhållande mellan eleven och läraren så är skoltrivsel även större. Man har kunnat märka att äldre elever är mera kritiska till läraren än vad yngre elever är. I årskurserna 7-9 påstod cirka hälften av eleverna att läraren inte behandlade dem rättvist. (Välímää 2000, 155-159) Enligt Mergendoller och Packer (1985) anses en bra lärare i gymnastik vara en sådan som kommunicerar tydligt med eleverna och hjälper dem att förstå uppgifterna. En bra lärare håller trevliga timmar, har en tilltalande läggning och visar att de är intresserade av eleverna. (Romar 1995, 216)

De flesta lärare är av den åsikten att om man vill få eleverna att intressera sig för undervisningen och lära sig något, krävs det att man som lärare bygger upp goda relationer till sina elever. Det är viktigt att det skapas en tillitsfull relation mellan läraren och eleven. Läraren bör vara stödjande och hjälpsam mot eleven, och visa att eleven accepteras som han är. Det är även viktigt att läraren sätter upp ramar, som visar tydligt och klart att det är han som är ledare för verksamheten. (Birnik 1998, 125-126)

### 5.6.2 Gymnastiklärarens undervisningsstil

I själva undervisningen uppskattas färdigheter hos läraren som timplanering, mångsidigt innehåll, rättvis värdering och att varje enskild elev erbjuds övningar på sin egen färdighetsnivå (Kaukanen & Ketola 2000, 17-60). Gymnastikläraren kan genom sitt pedagogiska och didaktiska handlande, bl.a. genom anpassad undervisning som motsvarar varje elevs egen färdighetsnivå och anpassad feedback, få även de svagare eleverna i gymnastiken att känna sig duktiga (Kokkonen & Liukkonen & Jaakkola & Sepponen & Pöllänen 1999, 58).

De elever som trivdes dåligt eller medelmåttigt på gymnastiklektionerna upplevde att de fick färre råd och instruktioner av sin gymnastiklärare. I en jämförelse mellan flickor och pojkar kunde man konstatera att flickor fick färre råd och instruktioner. De pojkar som trivdes bra på lektionerna upplevde att de fick mera beröm i undervisningen, och de elever som trivdes dåligt påstod att de fick mera klagomål. (Valkonen 1996, 42-44)

En del elever som var svaga i gymnastik önskade att läraren skulle hjälpa dem oftare, medan andra däremot önskade att läraren inte skulle uppmärksamma deras svaga prestationer. Svaga elever upplevde att kritik, men även ibland stödande och uppmuntrande kommentarer, ökade pressen på att de skulle lyckas på timmarna. (Portman 1995, 450-451) Nästan hälften av flickorna och en fjärdedel av pojkarna upplevde att de ofta kunde påverka gymnastikundervisningen. Hälften av pojkarna upplevde att de endast ibland kunde påverka undervisningen. (Hiltunen 1998, 55)

Ofta ställer gymnastikläraren inte tillräckligt utmanande mål, för att undvika att eleverna skall misslyckas. Genom att höja svårighetsnivån får man även eleverna att anstränga sig och försöka på allvar. Om eleven upplever att uppgifterna är på en orealistisk nivå, så kommer eleven att begränsa sig till ett alternativt mål som bättre motsvarar den egna färdigheten, men som ändå är på en sådan nivå som möjliggör framsteg. Flickorna är känsligare än pojkarna för att man ställer för höga krav på dem. (Delignières 1999, 216-223) Eleverna behöver utmaningar för att trivas på gymnastiklektionerna. Utmaningarna borde vara tillräckligt höga, men ändå på en sådan nivå att det är möjligt att nå dem. (Coelho

2000, 241) Trivseln befrämjas då lärare har realistiska förväntningar på sina elever. Det ökar tillfredsställelsen om det finns möjlighet till utveckling och framsteg (Katter & Wikström 2000, 13).

Elever uppskattar sådana lärare som ställer tillräckligt höga förväntningar på sina elever, kommunicerar med dem och uppmuntrar dem att testa övningar som är mera fysiskt krävande. Det märks i lärares beteende om de förväntar sig litet av eleverna. Eleverna blir osäkra och presterar sämre, om de upplever att läraren är skeptisk till deras kunskaper och att de uppmärksammar deras misslyckanden. (Alfermann 1999, 359)

### 5.7 Gymnastiklektionen

Enligt Solomon och Carter (1995) påverkas elevernas attityd till gymnastiken av hur läroplanen är uppbyggd. En läroplan som består av varierande aktiviteter påverkar elevernas inställning till ämnet positivt. Eleverna blir lätt uttråkade om det endast är samma idrottsgrenar och idrottsaktiviteter på gymnastiklektionerna. Även för mycket betoning på tävlingar under gymnastiklektionerna påverkar en del elevers inställning till gymnastiken negativt. (Silverman m.fl. 1999, 113-114; Carlson 1995, 470) Coelho (2000, 241) rapporterar däremot att en del elever upplever tävlingar på gymnastiklektionerna som något positivt, eftersom de höjer standarden på lektionerna.

Laakso anser att det är viktigt att högstadie- och gymnasieelevernas kondition testas på gymnastiklektionerna. Skolans uppgift är att lära ut metoder hur man kan höja och värdera den egna konditionen. Testerna i skolorna har varit väldigt inriktade på prestation och eleverna har jämfört resultaten med varandra, fastän meningen med dessa är att eleverna skall lära sig att värdera den egna konditionen och jämföra med egna tidigare resultat. Det är viktigt att betona att ärftliga faktorer, och kroppsbyggnaden har stor betydelse för resultaten. Rätt använda kan konditionstesterna öka motivationen och bidra till att man i fortsättningen vill sköta sin kondition. (Laakso 2000, 370-371)

Mätning av kondition och motorik är en del av utvärderingen av gymnastikundervisningen och av elevens utveckling. Utvärderingen borde i första hand vara till nytta för eleven själv

och sen i andra hand för läraren. Meningen med att utvärdera elevernas kondition och motorik är att eleven skall bli medveten om sin egen prestationsförmåga och hur den utvecklas under skoltiden. (Nupponen & Soini & Telama 1999, 6-7) Under gymnastiklektionerna har man inte möjlighet att bygga upp elevernas kondition, man hoppas att genom mätningar av resultat kunna motivera eleverna till att på sin fritid sköta sin kondition (Keating m.fl. 2002, 194).

Även den bäst planerade gymnastiklektion är dömd att misslyckas om läraren inte lyckas fånga elevernas intresse, så att de med iver och tillräcklig ansträngning deltar i undervisningen. Det visade sig att de elever som upplevde att gymnastikundervisningen var uppgiftsorienterad tenderade att vara bättre motiverade att delta på gymnastiktimmarna. En uppgiftscentrerad elev koncentrerar sig på sig själv, sina egna färdigheter och framsteg. (Papaioannou & Goudas 1999, 52-56) Uppgiftsorientering har i många undersökningar konstaterats spela en avgörande roll för att människan skall trivas. Den är även en viktig del av processen till att man blir fysiskt aktiv. Läraren kan genom sitt sätt att handla och undervisa påverka att eleverna blir uppgiftscentrerade, vilket påverkar deras motivation i en positiv riktning. Flickorna är mera uppgiftscentrerade än pojkarna, och tvärtom är pojkarna mera jagcentrerade än flickorna. (Jaakkola 2002, 101-103)

Upplevelser betonas starkt i dagens idrott. Barnen njuter av idrotten när de upplever att de kan något. Idrott är för barn en känsloupplevelse. (Sironen 1989, 160) Positiva upplevelser är viktiga på gymnastiklektionerna. Eftersom antalet timmar i skolan inte räcker till för att förbättra elevernas kondition, så borde man hellre satsa på att erbjuda upplevelser av att lyckas. En speciellt viktig målgrupp är de passiva elever som skulle behöva röra på sig för att upprätthålla hälsan. De aktiva elever som annars är med i idrottsföreningar behöver inte skolgymnastiken på samma sätt som de elever som är svaga i idrott. De svaga eleverna har ofta en negativ inställning och upplever att de misslyckas i gymnastiken. (Liukkonen & Kokkonen & Jaakkola 2000, 14)

Gymnastiken erbjuder situationer, erfarenheter och upplevelser som är viktiga för en persons självuppfattning och identitet. All idrott består av social växelverkan mellan deltagarna. Skolgymnastiken stöder de ungas personlighetsutveckling, stärker deras sociala utveckling,

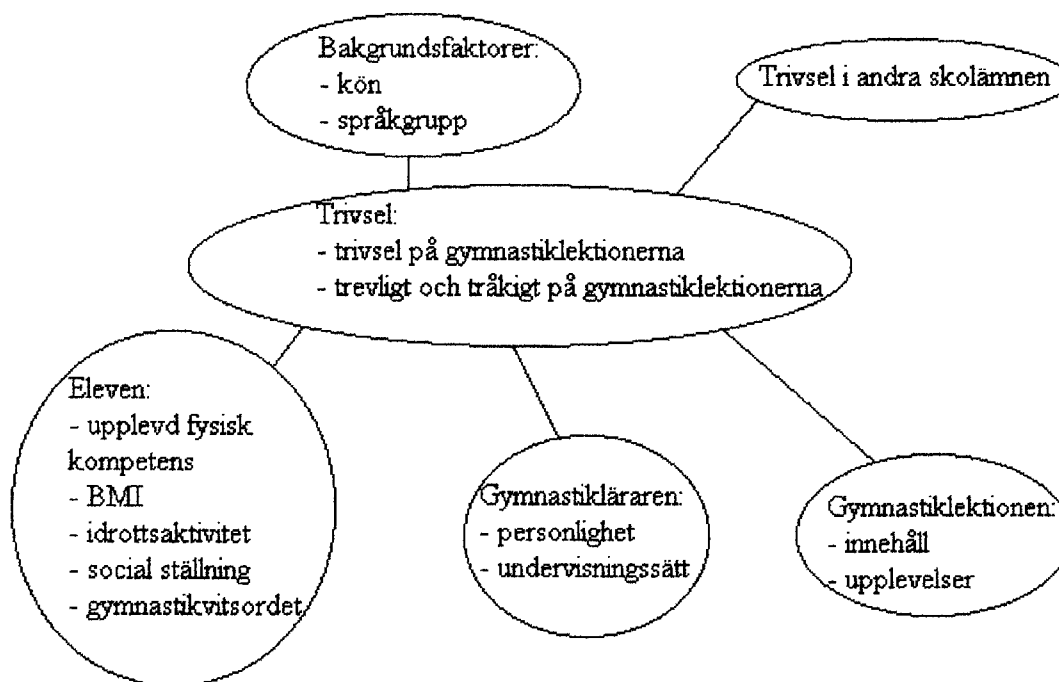
ger livsinnehåll, livsglädje samt erbjuder möjligheter till hobbyverksamhet. Det har visat sig att skolgymnastiken kan öka studievitaliteten och även förbättra skolandan. (Telama 1993, 24-25) En del elever har den uppfattningen att målet med gymnastikundervisningen är, att man skall bli intresserad och förstå betydelsen av fysisk aktivitet, lära sig färdigheter och regler i de olika grenarna, samt att lektionerna skall vara en paus från de andra studierna (Romar 1995, 216).

Gymnastiken är speciell jämfört med de andra skolämnena, eftersom den även har en psykisk inverkan på eleverna. Eleverna erbjuds en omväxlande omgivning, ett varierande timinnehåll och olika situationer med social växelverkan. Gymnastiken har två sidor, då den kan påverka både positivt och negativt på elevernas psykiska utveckling. I gymnastiken ser alla andra vad man gör och värderar ens prestationer. Misslyckanden kan upplevas hotfulla mot det egna jaget. Gymnastiken är ett unikt skolämne, eftersom den kan hjälpa eleverna att få en uppfattning om den egna kroppen. (Telama & Kahila 1994,152-154)

## 6. REFERENS RAM OCH PROBLEMSTÄLLNING

### 6.1 Undersökningens referensram

Syftet med arbetet är att undersöka hur eleverna i årskurs 8 trivs på gymnastiklektionerna och vad eleverna upplever som trevligt eller tråkigt på lektionerna. Det undersöks även hur eleverna trivs i gymnastiken jämfört med andra skolämnen och om det finns något samband mellan trivsel på gymnastiklektionerna och följande faktorer: upplevd fysisk kompetens, BMI, idrottsaktivitet, social ställning, innehåll och upplevelser på gymnastiklektionerna, lärarens personlighet och undervisningssätt och gymnastikvitsordet. Kön och språkgrupp är bakgrundsfaktorer. (Figur 1)



FIGUR 1. Faktorer som påverkar trivseln.

## 6.2 Problemställning

1. Hur trivs eleverna i årskurs 8 på gymnastiklektionerna?

1.1 Hur trivs eleverna i gymnastiken jämfört med andra skolämnena?

1.2 Finns det skillnader i trivsel mellan pojkar och flickor, mellan svenskspråkiga och finskspråkiga elever?

2. Vad upplever eleverna som trevligt och tråkigt på gymnastiklektionerna?

3. Finns det något samband mellan trivsel på gymnastiklektionerna och följande faktorer: BMI, elevens upplevda fysiska kompetens, gymnastikvitsordet, idrottsaktivitet och elevens sociala ställning i skolan, gymnastiklärarens personlighet och undervisningssätt, samt innehåll och upplevelser på gymnastiklektionerna ?

## 7. GENOMFÖRANDE AV UNDERSÖKNINGEN

### 7.1 Undersökningspopulationen

Undersökningen utfördes bland åttondeklassister i två svenskspråkiga och två finskspråkiga högstadieskolor i huvudstadsregionen. Dessa fyra skolor utvaldes helt slumpmässigt, efter att de hade uppfyllt det önskvärda kriteriet att det i skolan skall finnas kompetenta gymnastiklärare som håller gymnastikundervisningen. Dessa skolor ligger dessutom relativt nära varandra. Några klasser eller grupper i årskurs 8 från varje skola valdes ut.

Undersökningspopulationen bestod av 155 elever, varav 82 var svenskspråkiga och 73 var finskspråkiga elever. Flickornas antal var 76 och pojkarna var 79 till antalet (Tabell 1).

TABELL 1. Frekvensfördelningen mellan kön och språkgrupper.

	Svenskspråkiga	Finskspråkiga	Totalt
Flickor	44	32	76
Pojkar	38	41	79
Totalt	82	73	155

### 7.2 Utarbetning av frågeformuläret

Av frågeformuläret gjordes både en svenskspråkig och en finskspråkig version. Översättningen gjordes så exakt som möjligt, så att betydelsen av frågorna skulle förbli den samma, och för att man skulle undgå att den ena språkgruppen uppfattar frågorna på ett annat sätt. Frågeformuläret innehöll 25 frågor, av vilka de flesta frågorna bestod av bundna svarsalternativ, som oftast var fem till antalet. I fyra av frågorna gavs det möjlighet till fritt svar. Frågeformulären presenteras i bilaga 1.



Frågeformuläret förhandstestades med både svenskspråkiga och finskspråkiga elever, sammanlagt 23 elever i Helsingfors. Det visade sig att frågeformulären i sin helhet var lämpliga och endast några frågor behövde förtydligas för att motsvara det som söktes med frågorna.

### 7.3 Datainsamlingen

Undersökningen utfördes i månadsskiftet februari-mars år 2001. Vi sände ut en skriftlig förfrågan om lov att utföra undersökningen till rektorerna i de fyra skolorna. Vi kontaktade sedan rektorerna per telefon och kom överens om tidpunkt och lämpliga klasser för undersökningen. Vi var välkomna att utföra undersökningen i alla de skolor som kontaktades.

Vi var själva på plats i alla skolorna, delade ut och samlade in enkäterna. Det gavs samma information till alla elever innan de fyllde i frågeformulären, eftersom vi var på plats hela tiden så hade eleverna möjlighet att ställa frågor om någonting var oklart. Undersökningen utfördes i klassrum under förmiddagen, för att eleverna skulle orka koncentrera sig bättre. Returneringsprocenten var 100, och endast några enstaka frågor hade lämnats tomma. Det tog mellan 20-30 minuter att fylla i frågeformuläret.

### 7.4 Mätare

#### 7.4.1 Trivselmätare

Elevernas trivsel på gymnastiklektionerna mättes med fråga nummer 7 och 8 i frågeformuläret (Bilaga 1). Fråga nummer 7 var: "hur trivs du i allmänhet på gymnastiklektionerna i skolan?". Svartalternativen var fem till antalet och varierade från mycket dåligt (1 poäng) till mycket bra (5 poäng). Fråga nummer 8 var: "jag anser att skolgymnastiken i allmänhet är..". Svartalternativen till det här påståendet varierade från mycket tråkigt (1 poäng) till mycket trevligt (5 poäng). Poängerna från dessa två frågor adderades ihop, summan varierade mellan 2-10, ju större summa desto bättre trivs eleverna på gymnastiklektionerna. Trivselmätarens reliabilitet mättes med hjälp av Cronbach's alfa-

koefficient. När man slog ihop dessa två frågor blev alfa-koefficienten 0.80, vilket visar att båda frågorna mäter tillförlitligt hur eleverna trivs.

Trivselmätaren användes för att undersöka om det finns skillnader mellan kön och språkgrupper. Samma mätare indelades även i tre jämnstora grupper ( bra, medelmåttigt, dåligt) och användes som en grupperande variabel, när sambandet mellan trivsel och olika faktorer undersöktes. Den tredjedel av eleverna som hade den högsta poängsumma hörde till gruppen som trivdes bra, den tredjedel av eleverna som hade den lägsta poängsumman hörde till gruppen som trivdes dåligt och den tredjedel som befann sig mittemellan hörde till gruppen som trivdes medelmåttigt. En indelning enligt en bestämd poängsumma var inte möjlig, eftersom antalet elever i gruppen som trivdes dåligt var för få till antalet.

#### 7.4.2 Idrottsaktivitetsmätare

Tillvägagångssättet för att göra en idrottsaktivitetsmätare var det samma som när trivselmätaren gjordes. Poängsumman av frågorna nummer 5 och 6: hur många gånger och hur många timmar i veckan som eleven sysslar med idrott på fritiden, adderades ihop. Fem poäng gavs för svaret 5 gånger eller 5 timmar i veckan eller oftare och en poäng gavs för svaren inte alls eller aldrig. Mätaren indelades även här i tre jämnstora grupper enligt idrottsaktiviteten (aktiv, medelmåttig, passiv). Den tredjedel av eleverna som var de aktivaste hörde till gruppen aktiv, en tredjedel av eleverna hörde till gruppen medelmåttig och den tredjedel som var de passivaste hörde till gruppen passiv. En indelning enligt en bestämd poängsumma var inte möjlig, eftersom antalet elever i gruppen som var passiv var för få till antalet. Mätaren användes när man jämförde sambandet mellan idrottsaktivitet och trivsel. Cronbach's alfa-koefficient var 0.90.

#### 7.4.3 Mätare om upplevd fysisk kompetens

Den upplevda fysiska kompetensen bland eleverna mättes med en färdig mätare av Lintunen (1995) i fråga nummer 14. De påståenden som handlade om utseendet lämnades bort, eftersom de inte ansågs ha någon betydelse för denna undersökning. Eleverna som deltog i undersökningen skulle jämföra sig själva med andra av samma kön i samma ålder. Det fanns

7 olika påståenden som handlade om att man skulle självvärdera sin fysiska kompetens. Poängsumman i den här mätaren varierade från 7-35, och de egenskaper som beskrev låg fysisk kompetens var värda en poäng och de egenskaper som beskrev god fysisk kompetens var värda fem poäng. Eleverna indelades jämnt i tre grupper (hög, medelmåttig, låg) enligt upplevd fysisk kompetens på samma sätt som i trivselmätaren och idrottsaktivitetsmätaren. Cronbach's alfa-koefficient mättes till 0.77.

#### 7.4.4 Social ställning

Elevernas sociala ställning i skolan undersöktes med fråga nummer 16 som var en Likert-skala bestående av fem olika alternativ, som varierade från "helt av annan åsikt" (1 poäng) till "helt av samma åsikt" (5 poäng). Genom faktoranalys bildades av dessa variabler två summavariabler: "upplevd social ställning" och "upplevd ensamhet". Variabeln "jag blir mobbad i skolan" lämnades bort, eftersom den inte passade in i någondera faktor (Tabell 2). Minimisumman var 4 och maxsumman var 20 för summavariabeln upplevd social ställning, minimisumman för upplevd ensamhet var 2 och maxsumman 10. Summavariablerna indelades i tre jämnstora grupper enligt svaren.

TABELL 2. Faktoranalysresultat för frågan om social ställning.

Variabler	F1	F2	h <sup>2</sup>	alfa, om variabeln avlägsnas
Populär bland klasskompisarna	.75	-.00	.56	.63
Många vänner i skolan	.66	-.26	.50	.62
Trivs med klasskompisarna	.51	-.24	.32	.68
Klasskompisarna beaktar åsikterna	.46	-.24	.28	.70
			Helhetsalfa	.72
Ensam i skolan	-.13	.60	.37	-
Inte tillräckligt med uppmärksamhet	-.20	.60	.40	-
			Helhetsalfa	.56

F1= Upplevd social ställning i skolan, F2= Upplevd ensamhet

### 7.4.5 Gymnastikläraren

Elevernas åsikter om gymnastikläraren undersöktes med fråga nummer 18, även här användes en Likert-skala bestående av fem olika alternativ, som varierade från ”helt av annan åsikt” (1 poäng) till ”helt av samma åsikt” (5 poäng), dessutom fanns det ett alternativ ”har ingen åsikt”, vilket inte hade något värde och togs därför inte med i uträkningen. Det här leder till att n-värdet är lägre i den här frågan. Genom faktoranalys bildades av dessa variabler två summavariabler: ”en omtänksam och bra undervisare” och ”samspelet mellan lärare och elev”. Variabeln ”gymnastikläraren klagar över mina idrottsprestationer” lämnades bort, eftersom den inte passade in i någondera faktor (Tabell 3). Minimisumman var 7 och maxsumman var 35 för summavariabeln upplevd social ställning, minimisumman för upplevd ensamhet var 3 och maxsumman 15. Summavariablerna indelades i tre jämna grupper enligt svaren.

TABELL 3. Faktoranalysresultat för frågan om gymnastikläraren.

Variabler	F1	F2	h <sup>2</sup>	alfa, om variabeln avlägsnas
Gymnastikläraren är trevlig	.81	.37	.80	.89
Läraren behandlar elever jämnlit	.81	.25	.72	.90
Nöjd med lärarens sätt att undervisa	.79	.32	.73	.90
Läraren frågar hur eleverna har det	.73	.22	.58	.90
Läraren har goda kunskaper	.69	.39	.62	.90
Jag kommer överens med läraren	.61	.42	.55	.91
Läraren har bra kontroll över klassen	.55	.21	.35	.92
			Helhetsalfa	.92
Läraren berömmar mig	.37	.75	.70	.51
Läraren ger mig råd och instruktioner	.31	.59	.45	.58
Möjlighet att påverka innehållet	.14	.57	.34	.68
			Helhetsalfa	.69

F1= En omtänksam och bra undervisare, F2= Samspelet mellan lärare och elev

### 7.4.6 Gymnastiklektionen

Elevernas åsikter om gymnastiklektionerna undersöktes med frågorna 22-26 (Bilaga 1). Svartalternativen poängsattes från 1-5 poäng eller 1-3 poäng. De alternativ som tolkades som positiva åsikter om gymnastiklektionerna gavs högre poäng och de som tolkades som

negativa alternativ fick lägre poäng. När endast tre poäng gavs, fick alternativet lämpligt 3 poäng, det alternativ vars betydelse var närmast gavs 2 poäng och det alternativ som var längst ifrån lämpligt fick 1 poäng. Genom faktoranalys bildades av dessa frågor två summavariabler: ”innehållet på gymnastiklektionerna” och ”nivå på gymnastiklektionerna” (Tabell 4). Minimisumman var 3 och maxsumman var 15 för summavariabeln innehållet på gymnastiklektionerna, minimisumman för nivå på gymnastiklektionerna var 2 och maxsumman 6. Summavariablerna indelades i tre jämna grupper enligt svaren.

TABELL 4. Faktoranalysresultat för frågan om gymnastiklektionen.

Variabler	F1	F2	h <sup>2</sup>	alfa, om variabeln avlägsnas
Jag anser att urvalet av grenar är...	.75	.00	.56	.66
Det som undervisas är intressant	.72	.00	.51	.65
Lär du dig ngt nytt på lektionerna	.68	.14	.48	.66
			Helhetsalfa	.74
Hur fysiskt tunga är lektionerna	-.00	.70	.50	-
Jag anser att innehållet är...	.11	.45	.21	-
			Helhetsalfa	.56

F1= Innehållet på gymnastiklektionerna, F2= Nivå på gymnastiklektionerna

## 7.5 Statistiska metoder

De statistiska analyserna har gjorts med SPSS 10.1 programmet. Materialet har beskrivits med hjälp av frekvens- och procentfördelningar, medelvärden och standardavvikelser. Frekvensfördelningar och procentfördelningar för de flesta enkätfrågorna finns i bilaga 2. Skillnader i resultaten mellan pojkar, flickor, svenskspråkiga och finskspråkiga elever undersöktes med t –test.

När man undersökte om det fanns skillnader mellan de tre trivselgrupperna (bra, medelmåttig och dålig) och variablerna; gymnastiklärarens personlighet och undervisningsfärdighet, samspelet mellan lärare och elev och gymnastiklektionens nivå, användes envägsvariansanalys. F-värden och df kan man hitta i bilaga 9. För kontrollering av att varianserna är lika stora användes Levene's test.

När det undersöktes om det fanns skillnader mellan de tre trivselgrupperna och variablerna; timantalet, BMI, gymnastikvitsordet, upplevd fysisk kompetens, idrottsaktivitet, upplevd ensamhet, upplevd social ställning, mobbning, innehållet i gymnastiklektionerna, användes chi2-test. När man utvärderade summavariablerna användes faktoranalys. Mätarnas reliabilitet uppskattades med hjälp av Cronbach's alfa-koefficient.

## 7.6. Reliabilitet och validitet

### 7.6.1 Reliabilitet

Reliabiliteten är god när tillfälliga fel, som kan påverka slutresultaten är minimerade. Det här betyder att om man upprepar undersökningen skall man komma fram till liknande resultat. För att öka reliabiliteten gavs samma förhandsinformation åt alla elever som fyllde i enkäterna. Det här var möjligt eftersom vi personligen var på plats vid undersökningstillfällena. Eleverna gavs dessutom möjlighet att ställa frågor om det var något som var oklart. I informationen åt eleverna betonades att eleverna individuellt skall besvara frågeformulären och att ingen utomstående person kommer att se de ifyllda frågeformulären.

För att få tillförlitligare svar undersöktes de flesta problemen med flera olika variabler och det bildades summavariabler. Genom att räkna ut Cronbach's alfa-koefficient kunde man konstatera att reliabiliteten var tillräcklig i summavariablerna (Tabell 5).

TABELL 5. Reliabiliteten i summavariablerna

Summavariabel	Cronbach's alfa
Trivselmätare	.80
Upplevd fysisk kompetens	.77
Upplevd social ställning i skolan	.72
Upplevd ensamhet	.56
Aktivitetmätare	.90
Innehållet på gymnastiklektionerna	.74
Nivå på gymnastiklektionerna	.56
Lärarens personlighet och undervisningsfärdighet	.92
Samspel mellan elev och lärare	.69

### 7.6.2 Validitet

Med validitet menas att mätaren mäter vad det är tänkt att den skall mäta. Det krävs en god förhandsplanering och att undersökningen görs ordentligt för att resultaten skall vara tillförlitliga. Elevernas ålder och språkbruk beaktades i formuleringen av frågeformulären, för att undvika onödiga missförstånd. Frågeformulärerna förhandstestades och ifall någon fråga verkade oklar så förtydligades den, för att bättre motsvara det som söktes med frågan. Själva undersökningarna utfördes på förmiddagar för att elevernas koncentration skulle vara så bra som möjlig.

Resultatena stämmer bra överens med vad man i tidigare undersökningar har kunnat konstatera. Resultatena motsvarar förväntningarna både gällande hur eleverna trivs på gymnastiklektionerna och faktorernas samband med trivsel, t.ex. de elever som hade ett bättre gymnastikvitsord trivdes även bättre på gymnastiklektionerna än de som hade ett sämre vitsord. När man bildade summavariabler med hjälp av faktoranalys kunde man märka att de variabler som hörde till samma grupp liknade varandra.

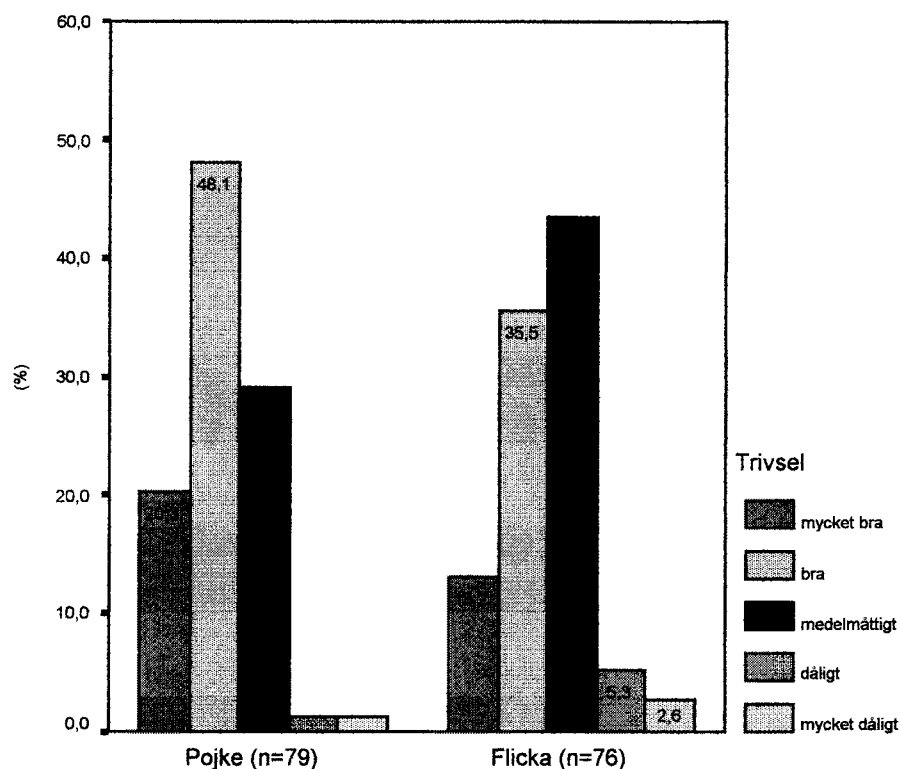
Resultaten från den här undersökningen kan inte generaliseras till någon större population, eftersom dessa resultat endast är tillförlitliga i huvudstadsregionen där undersökningen utfördes. Det skulle krävas att en större undersökningspopulation och att flera skolor skulle delta för en vidare generalisering.



## 8. RESULTAT

### 8.1 Trivsel på gymnastiklektionerna

Enligt resultaten trivs eleverna i allmänhet bra på gymnastiklektionerna (Bilaga 1; fråga 8). Man kunde konstatera att 48,7 % av flickorna och 68,4 % av pojkarna trivdes mycket bra eller bra, medelmåttigt trivdes 43,4 % av flickorna och 29,1 % av pojkarna. Endast 7,9 % av flickorna och 2,5 % av pojkarna trivdes dåligt eller mycket dåligt (Figur 2).



FIGUR 2. Trivsel på gymnastiklektionerna bland pojkar och flickor (%).

Skillnader i trivsel på gymnastiklektionerna mellan kön och språkgrupp jämfördes med en trivselsmätare (se mätare s.28), i vilken svarsalternativen i fråga nummer 8 och 9 poängsattes och adderades ihop (Bilaga 1). När medeltalen jämfördes kunde man konstatera att pojkarna trivdes betydligt bättre på gymnastiklektionerna än flickorna ( $p=0.001$ ). Det kunde även konstateras att de svenskspråkiga pojkarna trivdes bättre än de finskspråkiga pojkarna ( $p=0.030$ ), tvärtom trivdes de finskspråkiga flickorna bättre än de svenskspråkiga flickorna ( $p=0.001$ ) (Tabell 6). Man kunde märka att det fanns samverkan mellan språkgrupperna och kön ( $p=0.000$ ).

TABELL 6. Trivsel på gymnastiklektionerna mellan kön och språkgrupp.

Språkgrupp	Kön	m	sd	n
Svensk	Pojke	7.74 <sup>2)</sup>	1.39	38
	Flicka	6.18 <sup>3)</sup>	1.26	44
	Totalt	6.90	1.53	82
Finsk	Pojke	7.10 <sup>2)</sup>	1.18	41
	Flicka	7.31 <sup>3)</sup>	1.63	32
	Totalt	7.19	1.39	73
Totalt	Pojke	7.41 <sup>1)</sup>	1.32	79
	Flicka	6.66 <sup>1)</sup>	1.53	76
	Totalt	7.04	1.47	155

1)  $t = -3.27$ ,  $df = 153$ ,  $p = .001$ , 2)  $t = -2.21$ ,  $df = 77$ ,  $p = .030$ , 3)  $t = 3.40$ ,  $df = 74$ ,  $p = .001$   
 Kön\*Språk)  $F = 16.23$ ,  $df = 1$ ,  $p = .000$

### 8.1.1 Timantalet i gymnastik

Trivsel på gymnastiklektionerna mättes även genom att eleverna tillfrågades om antalet lektioner i gymnastik är tillräckligt, eller om antalet timmar borde ökas eller minskas (Bilaga 1; fråga 10), eftersom man antog att det har att göra med elevernas inställning till gymnastik. Av pojkarna ansåg 49,4 % och av flickorna ansåg 32,9 % att det borde vara mera timmar, 44,3 % av pojkarna och majoriteten (60,5 %) av flickorna ansåg att timantalet var tillräckligt. Endast 6,3 % av pojkarna och 6,6 % av flickorna önskade att gymnastiklektionerna skulle vara färre till antalet. Skillnaden mellan flickorna och pojkarna var inte signifikant ( $p = .105$ ) (Tabell 7). En större del av de svenskspråkiga eleverna än de finskspråkiga eleverna önskade sig flera timmar i gymnastik ( $\chi^2 = 13.12$ ,  $df = 2$ ,  $p = .001$ )

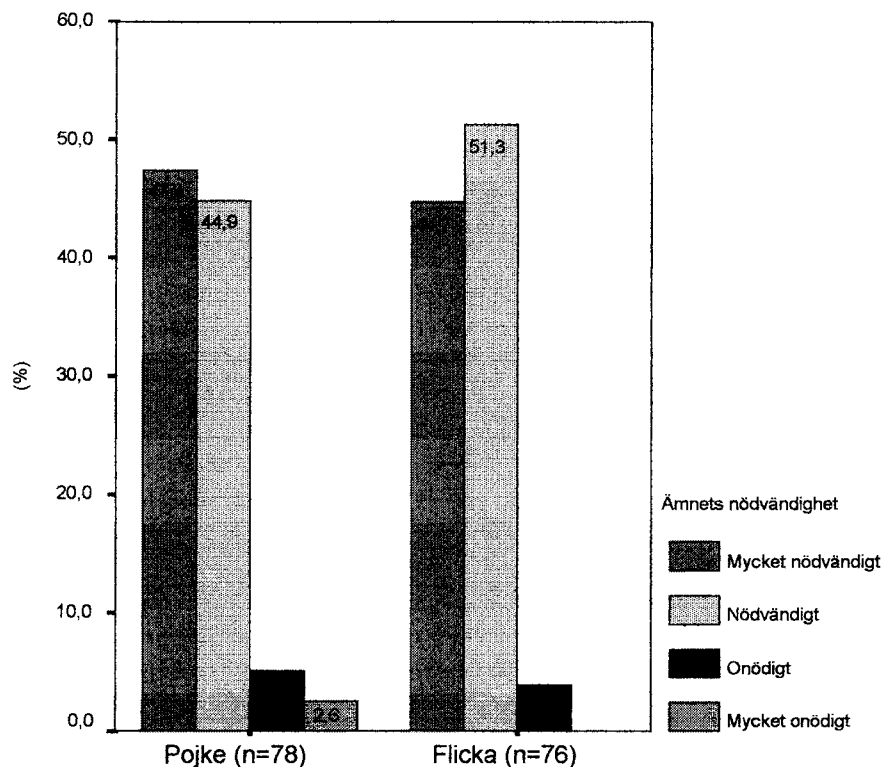
TABELL 7. Elevernas åsikter om timantalet i gymnastik.

Timantal	Pojke %	Flicka %	Totalt %
Mindre än för tillfället	6.3	6.6	6.5
Timantalet är tillräckligt	44.3	60.5	52.2
Mera än för tillfället	49.4	32.9	41.3
	100	100	100
	n=79	n=76	n=155

$\chi^2 = 4.50$ ,  $df = 2$ ,  $p = .105$

### 8.1.2 Ämnets nödvändighet

Ämnets nödvändighet undersöktes med fråga 17 (Bilaga 1). Största delen av (92,3 %) av pojkarna ansåg att ämnet var nödvändigt eller mycket nödvändigt, medan 7,7 % ansåg att det var onödigt eller mycket onödigt. Även majoriteten (96,0 %) av flickorna tyckte att ämnet var nödvändigt eller mycket nödvändigt, av annan åsikt var endast 3,9 % av flickorna (Figur 3). Skillnader mellan kön och språkgrupp undersöktes med t-test. Man kom fram till att en större del svenskspråkiga pojkar än finskspråkiga pojkar ( $t=-2.98$ ,  $df=76$ ,  $p=.004$ ) och svenskspråkiga flickor ( $t=-2.25$ ,  $df=80$ ,  $p=.027$ ) ansåg, att gymnastiken var ett nödvändigare ämne. En större del finskspråkiga flickor än finskspråkiga pojkar ansåg även att ämnet var nödvändigare ( $t=2.41$ ,  $df=70$ ,  $p=.018$ ).



FIGUR 3. Gymnastiken som ett nödvändigt ämne.

Eleverna ombads att motivera varför gymnastiken är ett nödvändigt ämne (Bilaga 1; fråga 17). Av elevernas svar kunde man bilda sex olika grupper (Tabell 8). Bland pojkarna handlade svaren oftast om att få bättre kondition och hållas i form (30), att idrottsligt passiva elever skall ha möjlighet att idrotta i skolan (21), och att det är omväxling till det vanliga

skolarbetet (17). Bland flickorna däremot handlade oftast svaren om, att idrottsligt passiva elever har möjlighet att idrotta i skolan (49), man får bättre kondition och hålls i form (20), och det är omväxling till det vanliga skolarbetet (9). Det fanns inga större skillnader i svaren mellan språkgrupperna. De vanligaste motiveringarna till att gymnastik är ett onödigt ämne var, att idrott är en fritidssysselsättning (6), och man har ingen nytta av gymnastiken (2) (Bilaga 3). De enskilda svaren och grupperingarna framgår ur bilaga 3.

TABELL 8. Motiveringar till varför gymnastik är ett nödvändigt skolämne.

Varför är gymnastik ett nödvändigt ämne?			
Pojke	Flicka		n
	n	n	
Få bättre kondition och hållas i form	30	Idrottsligt passiva elever har möjlighet att idrotta i skolan	49
Idrottsligt passiva elever har möjlighet att idrotta i skolan	21	Få bättre kondition och hållas i form	20
Omväxling till det vanliga skolarbetet	17	Omväxling till det vanliga skolarbetet	9
Få pröva och lära sig olika idrottsgrenar	4	Få pröva och lära sig olika idrottsgrenar	4
Väcka idrottsintresse	2	Väcka idrottsintresse	2
		Stärker klassandan	1
<b>Totalt</b>	<b>74</b>		<b>85</b>

### 8.1.3 Trivsel på gymnastiklektionerna jämfört med andra ämnen i skolan

Trivsel på gymnastiklektionerna jämfördes med varje enskilt ämne i skolan (Bilaga 1; fråga 11). Eleverna jämförde gymnastiken med alla de ämnen i vilka de fått undervisning. I tabell 9 framgår den procentuella andelen elever som trivs bättre på gymnastiklektionerna. Eleverna trivdes bättre på gymnastiklektionerna jämfört med alla andra ämnen, förutom musik (48.2 %), bildkonst (47.5 %) och huslig ekonomi (39.1 %). Majoriteten av eleverna trivdes bättre på gymnastiklektionerna, när ämnet jämfördes med fysik (79.3 %), ett annat ämne (76.5 %), matematik (74.2 %) och modersmål (73.2 %). Skillnader mellan språkgrupper och kön framgår ur bilaga 4.

TABELL 9. Andelen elever som trivs bättre på gymnastiklektionerna jämfört med ett annat ämne (%).

Gymnastik-	SVENSK		FINSK		TOTALT	
	Pojke %	Flicka %	Pojke %	Flicka %	%	n
Matematik	84.2	72.7	68.3	71.9	74.2	155
Modersmål	94.7	50.0	80.0	71.0	73.2	153
Engelska	92.1	59.1	61.0	75.0	71.0	155
Geografi	76.3	48.8	53.7	59.4	59.1	155
Kemi	68.4	70.5	51.2	78.1	66.5	155
Historia	73.7	45.5	37.5	46.9	50.6	154
Religion	92.1	46.5	62.5	78.1	68.6	153
Finska/Svenska	81.1	38.6	78.0	81.3	68.2	154
Biologi	84.2	47.6	65.0	71.9	66.4	152
Fysik	82.9	87.2	66.7	81.3	79.3	145
Annat språk	87.5	38.5	69.0	69.6	64.2	123
Musik	84.8	23.1	57.5	27.6	48.2	141
Bildkonst	68.6	37.1	39.0	46.7	47.5	141
Teknisk slöjd	62.9	63.3	47.2	58.3	57.5	113
Huslig ekonomi	50.0	17.9	60.0	30.4	39.1	128
Datateknik	50.0	60.0	41.7	71.4	52.7	110
Textil slöjd	96.4	31.6	90.0	30.0	59.4	106
Annat ämne	92.9	100.0	66.7	83.3	76.5	34

Trivsel på gymnastiklektionerna och trivsel i andra ämnen jämfördes även i fråga 12 (Bilaga 1). I frågan rangordnade eleverna de tre trevligaste ämnena. När svaren adderades ihop visade det sig att eleverna oftast nämnde gymnastik (17,0 %) som ett av de tre trevligaste ämnena. Pojkarna nämnde oftast gymnastik (21,2 %), huslig ekonomi (12,1 %) och datateknik (10,2 %) bland de tre trevligaste ämnena. Bland flickorna var motsvarande ämnen huslig ekonomi (13,5 %), gymnastik (12,6 %) och bildkonst (12,2 %) (Tabell 10). De finskspråkiga pojkarna (17,9 %) och flickorna (20,2 %), samt de svenskspråkiga pojkarna (24,6 %) nämnde oftast gymnastik som ett av de tre trevligaste ämnena. De svenskspråkiga flickorna nämnde däremot oftast huslig ekonomi (17,2 %). Endast 7,0 % av de svenskspråkiga flickorna ansåg att gymnastiken var ett av de tre trevligaste ämnena (Bilaga 5).

När endast det trevligaste ämnet togs i beaktande så ansåg 23,0 % av eleverna att gymnastik var det trevligaste ämnet. Av pojkarna ansåg 39,0 % att gymnastik, 11,7 % att datateknik och 9,1 % att huslig ekonomi var det trevligaste ämnet. Motsvarande ämnen bland flickorna var

bildkonst (23,1 %), musik (17,3 %) och huslig ekonomi (14,7 %) (Tabell 11). Både de svenskspråkiga (44,7 %) och finskspråkiga (33,3 %) pojkarna nämnde gymnastik som det trevligaste ämnet i skolan. Endast 9,4 % av de finskspråkiga och 4,7 % av de svenskspråkiga flickorna nämnde gymnastik som det trevligaste ämnet (Bilaga 6).

TABELL 10. De tre trevligaste ämnena i skolan.

De tre trevligaste ämnena i skolan					
Pojke	Flicka		Totalt		
	%		%		%
Gymnastik	21.2	Huslig ekonomi	13.5	Gymnastik	17.0
Huslig ekonomi	12.1	Gymnastik	12.6	Huslig ekonomi	12.8
Datateknik	11.7	Bildkonst	12.2	Historia	10.2
Historia	10.4	Musik	10.8	Bildkonst	9.9
Teknisk slöjd	8.7	Historia	9.9	Musik	6.6
Bildkonst	7.8	Textil slöjd	9.5	Datateknik	6.2
Annat ämne	28.1	Annat ämne	31.5	Annat ämne	37.3
Totalt	100.0		100.0		100.0
	n=77		n=75		n=152

TABELL 11. Det trevligaste ämnet i skolan.

Det trevligaste ämnet i skolan					
Pojke	Flicka		Totalt		
	%		%		%
Gymnastik	39.0	Bildkonst	21.3	Gymnastik	23.0
Datateknik	11.7	Musik	17.3	Bildkonst	13.2
Huslig ekonomi	9.1	Huslig ekonomi	14.7	Huslig ekonomi	11.8
Historia	7.8	Textil slöjd	13.3	Musik	9.9
Annat ämne	32.4	Annat ämne	33.4	Annat ämne	42.1
Totalt	100.0		100.0		100.0
	n=77		n=75		n=152

## 8.2 Trevliga och tråkiga upplevelser i gymnastiken

Eleverna tillfrågades med en öppen fråga vad som är trevligt i skolgymnastiken (Bilaga 1; fråga 13). Det vanligaste svaret både bland pojkarna (36) och flickorna (29) var att man nämnde någon idrottsgren som man gillade. Andra ofta förekommande svar bland pojkarna

var att ämnet är mångsidigt och varierande (11) samt att det inte är ett läsämne (8), bland flickorna nämndes ofta kompisar (22) och att man lär sig något nytt (18) (Tabell 12). Bland de finskspråkiga flickorna var kompisar det vanligaste svaret (18), medan de svenskspråkiga flickorna nämnde kompisar endast fyra gånger (Bilaga 7).

Eleverna tillfrågades även med en öppen fråga vad de upplever som tråkigt i skolgymnastiken (Bilaga 1; fråga 14). Eleverna angav att tester, tävlingar, läraren, en speciell idrottsgren och ensidigt innehåll var de vanligaste orsakerna till tråkiga upplevelser på gymnastiklektionerna. Bland pojkarna var det mest förekommande svaret att det var läraren (32) som gjorde det tråkigt, medan flickorna oftast nämnde tester och tävlingar (36) som något tråkigt i skolgymnastiken (Tabell 13). I bilaga 8 finns skilt för sig de svenskspråkiga och finskspråkiga elevernas svar på frågan vad som är tråkigt.

TABELL 12. Trevligt i skolgymnastiken.

Vad är trevligt i skolgymnastiken?			
Pojke		Flicka	
	n		n
En idrottsgren	36	En idrottsgren	29
Mångsidigt och varierande	11	Kompisar	22
Inget läsämne	8	Lära sig något nytt	18
Lära sig något nytt	7	Idrott utanför skolan	10
Trevlig lärare	6	Man får röra på sig	9
Kompisar	5	Förbättrad kondition	6
Test och tävlingar	5	Idrott är roligt	5
Idrott är roligt	5	Mångsidigt och varierande	5
Man får röra på sig	4	Inget läsämne	4
Annat svar	16	Annat svar	12
<b>Totalt</b>	<b>87</b>		<b>108</b>

TABELL 13. Tråkigt i skolgymnastiken.

Vad är tråkigt i skolgymnastiken?			
Pojke	Flicka		
	n	n	
Läraren	32	Test och tävlingar	36
En idrottsgren	28	Läraren	24
Test och tävlingar	21	En idrottsgren	17
Innehållet ensidigt	6	Innehållet ensidigt	10
Man är dålig i idrott	5	För lätta timmar	6
Omotiverade kompisar	4	Omotiverade kompisar	5
Ta med idrottsgrejor till skolan	4	Man blir svettig	4
För lite gymnastik i skolan	4	Man är dålig i idrott	4
Man blir svettig	3	Allt är obligatoriskt	2
Annat svar	14	Annat svar	11
<b>Totalt</b>	<b>121</b>		<b>119</b>

### 8.3 Sambandet mellan trivsel på gymnastiklektionerna och olika faktorer

Det undersöktes om det fanns något samband mellan faktorerna; BMI, social ställning, idrottsaktivitet, upplevd fysisk kompetens, gymnastikvitsordet, gymnastikläraren, gymnastikundervisningen och trivsel på gymnastiklektionerna. Alla faktorerna jämfördes med en trivselmätare som var indelad i tre grupper enligt hur eleverna trivs; bra, medelmåttig eller dåligt (se mätare s. 29).

#### 8.3.1 BMI

När man jämförde BMI (body mass index) (Bilaga 1; fråga 3) och trivsel kunde man inte märka någon skillnad mellan trivselgrupperna eller könen. Nästan lika stor procent av de som hade ett viktindex lägre än 19 (35,6 %) och de som hade ett viktindex högre än 19 (37,0 %) trivdes bra på gymnastiklektionerna. Något flera elever som hade ett viktindex under 19 (46,6 %) trivdes sämre än de elever som hade ett viktindex över 19 (35,6 %) (Tabell 14).

Man kunde däremot märka skillnader mellan trivselgrupperna när man jämförde längd och vikt skilt för sig. Eleverna indelades i två jämnstora grupper enligt vikt och enligt längd. Man kunde konstatera att de tyngre eleverna trivdes bättre än de lättare eleverna ( $\chi^2=9.73$ ,  $df=4$ ,



$p=.045$ ), samt att de längre eleverna trivdes bättre än de kortare eleverna ( $\chi^2=11.72$ ,  $df=4$ ,  $p=.020$ ).

TABELL 14. Sambandet mellan trivsel och BMI.

Body mass index	Trivs på gymnastiklektionerna			Totalt %	
	Dåligt %	Medelmåttigt %	Bra %		
<19	46.6	17.8	35.6	100.0	n=73
>19	35.6	27.4	37.0	100.0	n=73
Totalt	41.4	22.6	36.3	100.0	n=143

$\chi^2=2.57$ ,  $df=2$ ,  $p=.277$

### 8.3.2 Upplevd fysisk kompetens

När det undersöktes om det fanns något samband mellan upplevd fysisk kompetens och trivsel på gymnastiklektionerna användes en färdig mätare av Lintunen (1995) (se mätare s.29). Man kunde märka att det fanns en statistiskt sett signifikant skillnad mellan trivselgrupperna ( $p=.000$ ). Av de elever som hade en hög upplevd fysisk kompetens trivdes över hälften bra på gymnastiklektionerna, av de elever som upplevde sin fysiska kompetens medelmåttigt trivdes 34,8 % bra, och av eleverna som hade en låg upplevd kompetens trivdes endast 14,0 % bra. Nästan 2/3 delar trivdes dåligt på gymnastiklektionerna av de elever som upplevde sin fysiska kompetens som låg, endast cirka 1/3 del trivdes dåligt av de elever som hade en hög upplevd fysisk kompetens (Tabell 15).

När man undersökte pojkarna och flickorna skilt för sig kunde man märka en signifikant skillnad ( $\chi^2=12.4$ ,  $df=4$ ,  $p=.015$ ) mellan trivselgrupperna bland pojkarna, medan skillnaden mellan trivselgrupperna bland flickorna inte var signifikant ( $\chi^2=6.7$ ,  $df=4$ ,  $p=.152$ ). De svenskspråkiga och de finskspråkiga eleverna undersöktes även skilt för sig. Skillnaden mellan trivselgrupperna var signifikant ( $\chi^2=12.4$ ,  $df=4$ ,  $p=.015$ ) bland de svenskspråkiga eleverna, medan man inte kunde märka någon signifikant skillnad ( $\chi^2=9.2$ ,  $df=4$ ,  $p=.056$ ) bland de finskspråkiga eleverna.

TABELL 15. Sambandet mellan upplevd fysisk kompetens och trivsel.

Upplevd fysisk kompetens	Trivs på gymnastiklektionerna			Totalt	
	Dåligt	Medelmåttigt	Bra		
	%	%	%	%	
Låg	58.0	28.0	14.0	100.0	n=50
Medelmåttig	41.3	23.9	34.8	100.0	n=46
Hög	27.6	17.2	55.2	100.0	n=58
Totalt	41.6	22.7	35.7	100.0	n=154

$$\chi^2=20.15, df=4, p=.000$$

### 8.3.3 Gymnastikvitsordet

Majoriteten av eleverna som hade vitsordet 9 eller 10 trivdes bra (53,4 %) på gymnastiklektionerna, medan endast 24,2 % av eleverna som hade ett sämre vitsord trivdes bra. Av de elever som hade ett vitsord mellan 6 och 8 trivdes 48,4 % dåligt, och av de elever som hade ett berömligt vitsord trivdes 29,3 % dåligt. Skillnaden mellan trivselgrupperna var signifikant ( $p=.001$ ) (Tabell 16). När man undersökte de finskspråkiga och de svenskspråkiga eleverna, pojkarna och flickorna skilt för sig, kunde man märka en signifikant skillnad mellan trivselgrupperna bland pojkarna ( $\chi^2=12.4, df=2, p=.001$ ) och bland de finskspråkiga eleverna ( $\chi^2=10.6, df=2, p=.005$ ). Man kunde däremot inte märka någon signifikant skillnad mellan trivselgrupperna bland flickorna ( $\chi^2=3.8, df=2, p=.146$ ) och bland de svenskspråkiga eleverna ( $\chi^2=4.8, df=2, p=.089$ ).

TABELL 16. Sambandet mellan gymnastikvitsord och trivsel.

Gymnastikvitsord	Trivs på gymnastiklektionerna			Totalt	
	Dåligt	Medelmåttigt	Bra		
	%	%	%	%	
6-8	48.4	27.4	24.2	100.0	n=95
9-10	29.3	17.2	53.4	100.0	n=58
Totalt	41.2	23.5	35.3	100.0	n=153

$$\chi^2=13.5, df=2, p=.001$$

### 8.3.4 Idrottsaktivitet

När det undersöktes om det fanns något samband mellan idrottsaktivitet på fritiden och trivsel på gymnastiklektionerna användes en idrottsaktivitetsmätare (se mätare s.29). Av de elever som var idrottsaktiva trivdes cirka hälften (50,9 %) bra, av de medelmåttigt aktiva eleverna trivdes en tredjedel (29,3 %) bra och av de passiva eleverna trivdes en dryg fjärdedel (26,2 %) bra på gymnastiklektionerna. Nästan hälften (49,2 %) av de passiva eleverna, 41,5 % av de medelmåttigt aktiva och 32,1 % av de aktiva trivdes dåligt i skolgymnastiken. Skillnaden mellan trivselgrupperna var dock inte signifikant ( $p=.059$ ) (Tabell 17).

TABELL 17. Sambandet mellan trivsel och idrottsaktivitet

Idrottsaktivitet	Trivs på gymnastiklektionerna			Totalt	
	Dåligt	Medelmåttigt	Bra		
	%	%	%	%	
Aktiv	32.1	17.0	50.9	100.0	n=53
Medelmåttig	41.5	29.3	29.3	100.0	n=41
Passiv	49.2	24.6	26.2	100.0	n=61
Totalt	41.3	23.2	35.5	100.0	n=155

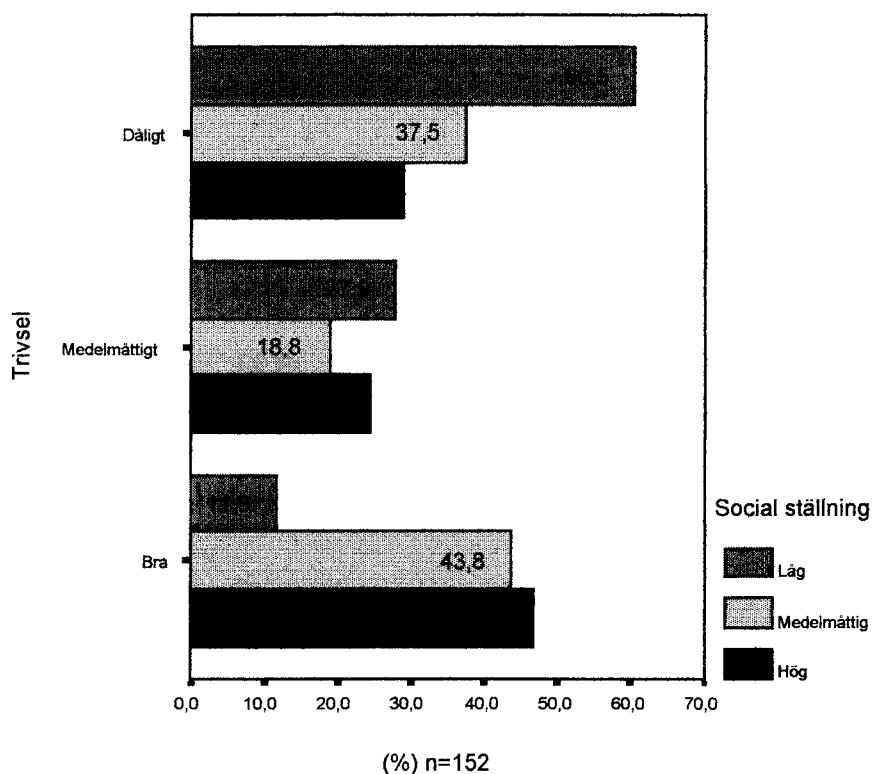
$\chi^2=9.08$ ,  $df=4$ ,  $p=.059$

### 8.3.5 Upplevd social ställning i skolan

Sambandet mellan upplevd social ställning och trivsel undersöktes med en summavariabel (se mätare s.30) som bildades av fyra påståenden i fråga 16 (Bilaga 1). Man kom fram till att majoriteten (60,5 %) av eleverna med låg upplevd social ställning trivdes dåligt, 27,9 % trivdes medelmåttigt och 11,6 % bra på gymnastiklektionerna. Av eleverna med hög upplevd social ställning trivdes däremot 46,7 % bra, 24,4 % medelmåttigt och 28,9 % dåligt på gymnastiklektionerna (Figur 4). Med hjälp av envägsvariansanalys kunde man konstatera att skillnaderna mellan trivselgrupperna var signifikanta ( $F=7.43$ ,  $df=2$ ,  $p=.001$ ). När pojkar och flickorna samt de svenskspråkiga och de finskspråkiga eleverna undersöktes skilt för sig,

kunde man endast märka en signifikant skillnad ( $F=7.28$ ,  $df=2$ ,  $p=.001$ ) mellan trivselgrupperna bland flickorna (Bilaga 9).

I undersökningen om hur upplevd ensamhet påverkar trivsel på gymnastiklektionerna bildades en summavariabel av två påståenden i fråga nummer 16 (se mätare s.30). Man kunde konstatera att av den hälft som kände sig ensamma eller i någon mån ensamma trivdes endast 26,3 % bra, 27,6 % medelmåttigt och nästan hälften (46,1 %) dåligt. Av den hälft av eleverna som sällan eller aldrig kände sig ensamma trivdes däremot 44,2 % bra, 18,2 % medelmåttigt och 37,7 % dåligt (Tabell 18). Skillnaderna mellan trivselgrupperna var inte statistiskt signifikanta ( $\chi^2=5.59$ ,  $df=2$ ,  $p=.061$ ). Man kunde dessutom inte upptäcka några skillnader bland språkgrupperna och bland kön.



FIGUR 4. Sambandet mellan social ställning och trivsel.

Eleverna tillfrågades om de blir mobbade i skolan (Bilaga 1; fråga 16). Endast 3,2 % av eleverna medgav att de blir mobbade, 6,5 % var dels av samma och dels av annan åsikt att de blir mobbade, största delen av eleverna (90,2) blir inte mobbade. Inga statistiskt signifikanta skillnader kunde upptäckas.

TABELL 18. Sambandet mellan upplevd ensamhet och trivsel.

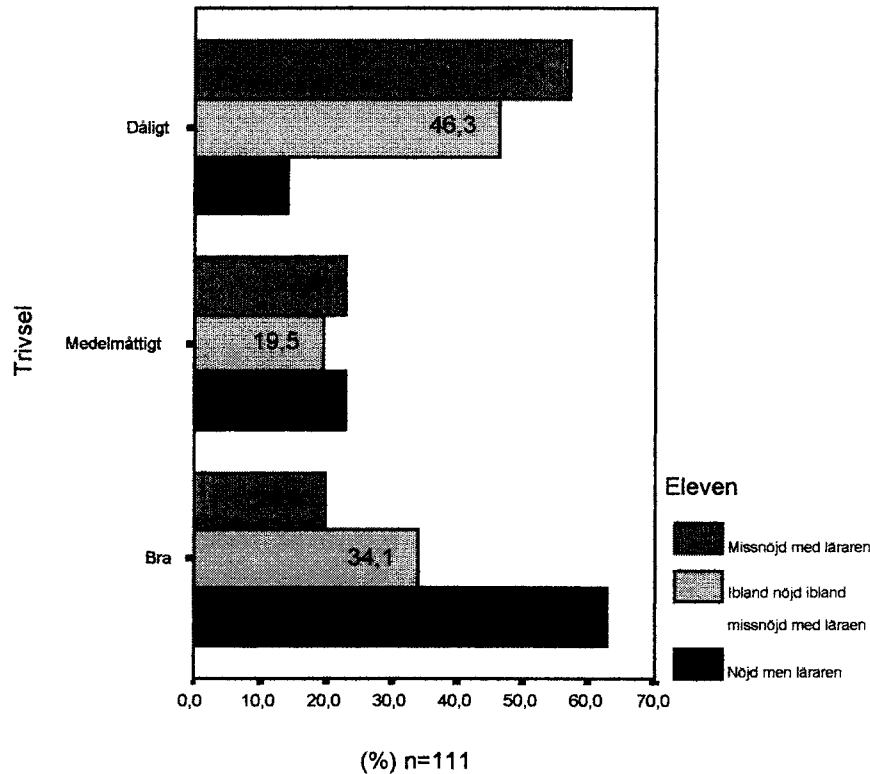
Upplevd ensamhet	Trivs på gymnastiklektionerna				n
	Dåligt %	Medelmåttigt %	Bra %	Totalt %	
Aldrig eller sällan	37.7	18.2	44.2	100.0	n=77
Ibland eller ofta	46.1	27.6	26.3	100.0	n=76
Totalt	41.8	22.9	35.3	100.0	n=153

$\chi^2=5.59$ ,  $df=2$ ,  $p=.061$

### 8.3.6 Gymnastikläraren

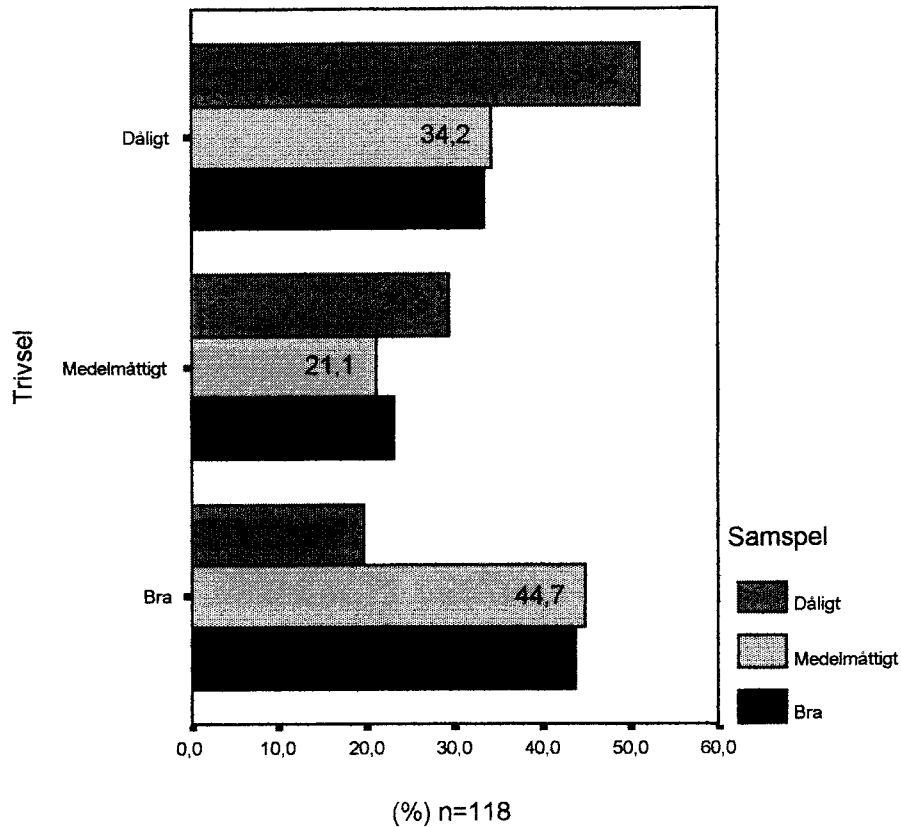
När det undersöktes om det fanns något samband mellan gymnastikläraren och hur eleverna trivs på gymnastiklektionerna indelades fråga 18 (Bilaga 1) i två faktorer; en omtänksam och bra undervisare, samt samspel mellan lärare och elev (se mätare s.30).

Med envägsvariansanalys kunde man konstatera att det fanns skillnader ( $p=.000$ ) mellan faktorn; en omtänksam och bra undervisare samt trivselgrupperna. De elever som trivdes bra på gymnastiklektionerna var nöjdare med sin lärare än de som trivdes medelmåttigt (LSD,  $p=.002$ ) eller dåligt (LSD,  $p=.000$ ) (Bilaga 9). Största delen (62,9 %) av eleverna som var nöjda med gymnastikläraren trivdes bra på gymnastiklektionerna. Endast 20,0 % av eleverna som var missnöjda med sin lärare trivdes bra. Hela 57,1 % av eleverna som var missnöjda med läraren trivdes dåligt på lektionerna och endast 14,3 % av de nöjda eleverna trivdes dåligt (Figur 5). När pojkarna och flickorna samt de svenskspråkiga och de finskspråkiga eleverna undersöktes skilt för sig, kunde man endast märka en signifikant skillnad ( $F=13.52$ ,  $df=2$ ,  $p=.000$ ) mellan trivselgrupperna bland flickorna (Bilaga 9).



FIGUR 5. Sambandet mellan ”en omtänksam och bra undervisare” och trivsel

När man undersökte sambandet mellan ”samspelet mellan lärare och elev” och trivseln på gymnastiklektionerna användes en summavariabel (se mätare s.30), som bildades av tre påståenden i fråga 18 (Bilaga 1). Med hjälp av envägsvariansanalys kom man fram till, att eleverna som anser samspelet mellan elev och lärare vara bra, trivs bättre på gymnastiklektionerna än eleverna som anser samspelet vara medelmåttigt eller dåligt ( $p=.043$ ) (Bilaga 9). Över hälften (51,2 %) av eleverna som upplevde att samspelet mellan lärare och elev var dåligt trivdes också dåligt. Dåligt trivdes även 34,2 % av de elever som upplevde samspelet medelmåttigt och nästan lika många (33,3 %) av de som tyckte att samspelet var bra. 43,6 % av eleverna som ansåg att samspelet var bra, 44,7 % av eleverna som tyckte att samspelet var medelmåttigt och endast 19,5 % av de som upplevde samspelet dåligt trivdes bra på gymnastiklektionerna (Figur 6). Man kunde inte märka någon skillnad mellan könen och språkgrupperna.



FIGUR 6. Sambandet mellan ”samspel mellan lärare och elev” och trivsel.

### 8.3.7 Gymnastiklektionen

När det undersöktes om själva gymnastiklektionerna påverkar elevernas trivsel användes två summavariabler (se mätare s.31); ”innehållet på gymnastiklektionerna” och ”nivån på gymnastikundervisningen”. Dessutom undersöktes det med skilda frågor om känslor av rädsla för att stöta eller skada sig, känslor av obehag för idrottsutförande inför andra elever, eller om test och tävlingssituationer påverkar trivseln.

Man kunde konstatera att de elever som är nöjda med lektionsinnehållet, trivs bättre än de elever som anser innehållet vara medelmåttigt eller dåligt ( $p=.000$ ). Hela 70,3 % av de elever som ansåg att innehållet på gymnastiklektionerna var bra trivdes också bra, endast 13,5 % av de som ansåg att innehållet var bra trivdes däremot dåligt. 59,6 % av de elever som ansåg att innehållet var dåligt trivdes också dåligt och endast 12,8 % av de som ansåg att innehållet var

dåligt trivdes bra (Tabell 19). De svenskspråkiga eleverna var nöjdare med lektionsinnehållet än de finskspråkiga eleverna ( $t=2.49$ ,  $df=148$ ,  $p=.014$ )

TABELL 19. Sambandet mellan innehållet på gymnastiklektionerna och trivsel.

Innehållet	Trivs på gymnastiklektionerna			Totalt	
	Dåligt	Medelmåttigt	Bra		
	%	%	%	%	
Dåligt	59.6	27.7	12.8	100.0	n=47
Medelmåttig	40.0	25.5	34.5	100.0	n=55
Bra	13.5	16.2	70.3	100.0	n=37
Totalt	39.6	23.7	36.7	100.0	n=139

$\chi^2=31.13$ ,  $df=4$ ,  $p=.000$

När det undersöktes om nivån på gymnastiklektionerna påverkar trivseln kunde man märka att, de elever som upplever nivån som lätt, trivs bättre än de elever som upplever nivån på gymnastiklektionerna som krävande ( $F=2.95$ ,  $df=2$ ,  $p=.049$ )(Bilaga 9).

Det undersöktes med en skild fråga om eleverna var rädda för att stöta eller skada sig på gymnastiklektionerna (Bilaga 1; fråga 19). När den procentuella andelen uträknades kunde man konstatera att endast 2,7 % ansåg att de mycket ofta eller ofta, 17,0 % ansåg att de ibland och största delen (80,4 %) ansåg att de sällan eller aldrig är rädda för att stöta eller skada sig på gymnastiklektionerna. När man jämförde de elever som hade svarat att de sällan eller aldrig är rädda för att stöta eller skada sig, med de elever som hade svarat att de ibland, ofta eller mycket ofta var rädda, kunde man konstatera att det inte fanns någon statistiskt signifikant skillnad mellan trivselgrupperna ( $\chi^2=5.33$ ,  $df=2$ ,  $p=.070$ ).

När skillnaden mellan elevernas åsikter om det är obehagligt att idrotta inför andra och trivselgrupperna undersöktes användes fråga 20 (Bilaga 1). Man kunde konstatera att det fanns skillnader mellan trivselgrupperna ( $\chi^2=8.70$ ,  $df=2$ ,  $p=.013$ ). Majoriteten (65,2 %) av de elever som var helt av den åsikten eller av den åsikten att det är obehagligt att idrotta när andra ser på trivdes dåligt, 26,1 % trivdes medelmåttigt och endast 8,7 % trivdes bra.



Med fråga 21 (Bilaga 1) undersöktes om det fanns skillnader mellan elevernas åsikter om tester och tävlingar på gymnastiklektionerna och trivselgrupperna. Det kunde konstateras att det fanns skillnader ( $p=.003$ ). Nästan hälften (49,2 %) av de elever som var av den åsikten att tester och tävlingar ökar intresset trivdes bra i gymnastiken, 23,8 % trivdes medelmåttigt och 27,0 % trivdes dåligt (Tabell 20).

TABELL 20. Sambandet mellan åsikter om tävlingar och test samt trivsel.

Tester och tävlingar ökar intresset	Trivs på gymnastiklektionerna			Totalt %	
	Dåligt %	Medelmåttigt %	Bra %		
Av annan åsikt	51.4	25.7	22.9	100.0	n=63
Av samma åsikt	27.0	23.8	49.2	100.0	n=70
Totalt	39.8	24.8	35.3	100.0	n=133

$\chi^2=11.54$ ,  $df=2$ ,  $p=.003$

## 9. DISKUSSION

Syftet med avhandlingen var att undersöka hur eleverna trivs på gymnastiklektionerna. Trivsel är ett brett begrepp som inte kan undersökas endast skilt för sig, utan det bör granskas ur ett vidare perspektiv. Vi undersökte därför även vad det är som får eleverna att uppleva att något är trevligt eller tråkigt, dessutom granskades det om faktorerna: BMI, idrottsaktivitet, social ställning, självuppfattning, läraren, gymnastikvitsordet och gymnastikundervisningen har något samband med trivsel. Man kan anta att dessa faktorer har samband med hur eleverna trivs.

Till undersökningspopulationen valdes elever från årskurs 8 i två finlandssvenska och två finska skolor. Man kan anta att elever som har gått i samma skola åtminstone ett läsår redan känner till skolsystemet och lärarna, och svarar mera tillförlitligt. Det intresserade oss om det finns skillnader i trivsel mellan svenskspråkiga och finskspråkiga elever i vårt land. Det har visat sig i tidigare undersökningar om skoltrivsel (Brunell & Kannas, 2000, 143-145), att det finns en del skillnader mellan dessa två språkgrupper. Det har däremot inte tidigare undersökts trivsel på gymnastiklektionerna mellan dessa språkgrupper. Enkätundersökning ansågs vara en lämplig form av undersökning till det här ändamålet. Genom att ställa mångsidiga och tydliga frågor borde man få tillräckligt täckande svar.

I vår undersökning kunde det konstateras, som i en del andra liknande undersökningar (Carlson 1995, 469; Valkonen 1996, 36 m.fl.), att största delen av eleverna trivs bra på gymnastiklektionerna, dessutom trivs pojkarna bättre än flickorna i gymnastiken. Pojkarna är ofta mera praktiskt lagda och trivs inte med att sitta stilla i många timmar, därför passar praktiska ämnen som gymnastik bättre i deras smak. Pojkarna är idrottsligt aktivare på fritiden än flickorna. Flickorna har däremot mångsidigare intressen. När man undersökte trivsel på gymnastiklektionerna trivdes de svenskspråkiga pojkarna bättre än de finskspråkiga pojkarna. De svenskspråkiga flickorna trivdes sämre än de finskspråkiga flickorna på gymnastiklektionerna. Undersökningspopulationen var relativt liten och endast två skolor representerade vardera språkgrupp, vilket leder till att man inte kan generalisera dessa resultat för en större grupp elever.

Största delen av eleverna ville ha mera gymnastik i skolan, vilket kan tolkas som att eleverna trivs på gymnastiklektionerna. Flera pojkar än flickor ansåg att timantalet borde vara större än

vad det är förtillfället, vilket stämmer bra överens med tidigare resultat (Nupponen 1999, 17-21). Trivsel undersöktes också med frågan om eleverna anser att ämnet är nödvändigt. Nästan alla elever var eniga om att gymnastiken var ett nödvändigt ämne, eftersom man får konditionsträning och även de passiva eleverna får motion. Det som eleverna kanske inte tänker på när de nämner att de får konditionsträning i gymnastiken, är att gymnastik en gång i veckan inte räcker till för att höja konditionen, utan man måste även på fritiden vara aktiv för att kunna påverka konditionen. Målet med skolgymnastiken är att man skall lära sig att sköta sin kondition och förstå betydelsen av det.

Eleverna tycker att gymnastik är ett trevligare ämne i skolan än många andra skolämnen. De praktiska ämnena var populära bland eleverna. Det beror säkert på att de upplevs som en variation till de teoretiska timmarna, dessutom har man inga läxor i dem. Pojkarna anser att gymnastik är det trevligaste ämnet, medan det trevligaste ämnet bland flickorna är bildkonst. Flickorna har mångsidigare intressen och inget speciellt ämne är mera överlägset än det andra bland dem. I nästan alla skolor fanns det ett ämne som var överlägset de andra, det här favoritämnet skiljde sig i de olika skolorna. Läraren verkar att starkt påverkar att eleverna gillar ett ämne eller inte.

När eleverna tillfrågades om vad som är trevligt och tråkigt på gymnastiklektionerna nämnde nästan alla åtminstone en idrottsgren. En del elever verkade att ha missförstått den här frågan och trodde att vi ville veta vilka de tre trevligaste grenarna var. Det visar ändå att det är viktigt för eleverna vad man har för en gren på lektionerna, om eleverna får syssla med sina favoritgrenar så tycker de att det är roligt, däremot om det undervisas i någon gren som eleverna inte gillar så kan det hända att de är omotiverade att delta. Många elever som håller på med en speciell gren på fritiden önskar att man endast skulle ha den grenen på gymnastiklektionerna. De flesta pojkarna tyckte att det trevligaste i ämnet var mångsidighet och variation. Pojkarna trivs även som en grupp. Flickorna däremot ansåg att det var kompisarna som var det trevligaste. Kompisar är mycket viktiga för flickorna i den här ålder, och i gymnastiken vill flickorna gärna vara par med sin bästa kompis. Den sociala delen är väldigt betydelsefull. Pojkarna kräver som det har nämnts tidigare variation i tillvaron och nya impulser, för att motivationen skall upprätthållas.

Eleverna nämnde läraren, tester och tävlingar, dessutom en idrottsgren, som tråkiga upplevelser på gymnastiklektionerna. Största delen av pojkarna tyckte att läraren påverkade

att ämnet blev tråkigt. Det skulle vara intressant att undersöka om eleverna anser att läraren i samma utsträckning påverkar även att andra ämnen i skolan upplevs som trevliga eller tråkiga. Flickorna däremot tyckte att det tråkigaste på gymnastiklektionerna var tester och tävlingar. Eleverna upplever tester som något besvärligt och obligatoriskt, som de inte har någon nytta av. Många lärare kanske inte poängterar tillräckligt tydligt vad nyttan är med olika tester. Det har i tidigare undersökningar konstaterats att flickorna är mera uppgiftscentrerade och känner sig motiverade när de utvecklar de egna färdigheterna, medan pojkarna är mera jagcentrerade och trivs med att tävla mot varandra (Jaakkola 2002, 101-103). En del av förklaringen till att flickorna är negativa till tester och tävlingar kan vara, att största delen av dem är uppgiftscentrerade. Ju äldre flickorna blir desto viktigare blir idrottande för att upprätthålla konditionen och hålla kroppen i god form.

Det undersöktes om det fanns samband mellan olika faktorer och trivsel på gymnastiklektionerna. Det kunde inte märkas någon skillnad mellan trivselgrupperna och BMI. Tonåringarna växer ännu och det visade sig att viktindexet inte lämpar sig speciellt bra, för att beskriva förhållandet mellan vikt och längd, fastän tonåringarna har egna värden för vad som anses vara normalt. Man kan anta att de elever som är längre utvecklade trivs bättre i gymnastiken, eftersom de är fysiskt starkare och klarar sig bättre i t.ex. närkontakter i bollspel. Den här teorin får understöd när man kunde konstatera att längd och vikt skilt för sig påverkade trivseln. De längre och tyngre eleverna trivdes bättre.

Det fanns samband mellan upplevd fysisk kompetens och trivsel. De elever som upplevde sin fysiska kompetens högre trivdes bättre på gymnastiklektionerna, och de som hade en låg upplevd fysisk kompetens trivdes sämre. Resultaten överensstämmer med tidigare undersökningar (Silverman 1995, 117; Carlson 1995, 472). Enligt Carlson (1995, 470) påstår en del svaga elever att de skulle trivas bättre på gymnastiklektionerna, ifall de skulle vara duktigare i ämnet. Det fanns skillnader mellan upplevd fysisk kompetens och trivsel bland pojkarna men inte bland flickorna. Pojkarna är mera tävlingsinriktade och det är viktigt för dem att de klarar sig bra i idrott jämfört med andra för att trivas. Gymnastikläraren kunde genom integrerad undervisning få även en del av de svagare eleverna att känna att de lyckas och därmed höja på trivselnivån.

När man undersökte om det fanns någon skillnad mellan trivselgrupperna och gymnastikvitsordet, kunde man konstatera att de elever som hade vitsordet 9 eller 10 trivdes

bättre på lektionerna än de elever som hade ett lägre vitsord. Oftast är elever som har ett högre vitsord mera intresserade av idrott och sysslar med idrott på fritiden. Det här leder till att de utvecklas bättre motoriskt och klarar sig bättre på gymnastiklektionerna, och får därför ett högre vitsord. De elever som klarar sig bra trivs också naturligt bättre, eftersom det har visat sig att man trivs, när man känner att man lyckas med det man gör. Det kan förstås hända att någon elev får ett sämre vitsord än de i verkligheten är värda, och det här leder till att de trivs sämre, eftersom de upplever sig felbedömda. Gymnastikvitsordet är lärarens bedömning av elevens prestationer. Det kan vara känsligt för de svagare eleverna att få en stämpel på sig som svag i gymnastik, och det uppmuntrar dem inte.

Man kunde inte märka någon skillnad mellan trivselgrupperna och idrottsaktivitet bland eleverna. Det här skiljer sig från resultat i andra undersökningar, i vilka man har kunnat konstatera att de som är idrottsaktiva på fritiden även har en positivare inställning till skolgymnastiken (Nupponen & Telama 1998, 34; Valkonen 1996,46). Eventuella orsaker till att det inte fanns några skillnader mellan trivselgrupperna kan vara att de elever som är idrottsligt aktiva på fritiden får tillräckligt med motion utanför skolan. De har inget egentligt behov av skolgymnastiken. Gymnastiklektionerna skiljer sig dessutom märkbart från ett träningspass i föreningsregi och nivån är en annan på gymnastiklektionerna, eftersom elever på olika färdighetsnivå deltar i den.

De elever som upplever att den upplevda sociala ställningen är bra trivs också betydligt bättre på gymnastiklektionerna. I gymnastiken jobbar man ofta i grupp, parvis eller som ett lag. De elever som är utanför i kamratkretsen märks tydligt, och t.ex. parbildningssituationer kan upplevas pinsamma och jobbiga. Det är ofta den utstötta eleven som blir utan par eller väljs sist. Läraren kan underlätta problemsituationerna, om han bara är medveten om dem och vill förbättra elevernas trivsel.

Det visade sig att gymnastikläraren påverkar elevernas trivsel. Det är viktigt att gymnastikläraren är omtänksam och bra att undervisa, för att eleverna skall trivas bra. De elever som var nöjda med sin lärare trivdes bättre i gymnastiken än de elever som var missnöjda med sin lärare. Gymnastikläraren är den som bygger upp innehållet i undervisning och som genom sin personlighet påverkar undervisningens förlopp, vilket leder till att det är han som är en av de avgörande faktorerna för elevernas trivsel. Samspelet mellan lärare och elev bör även fungera, om samspelet fungerar bra så trivs också eleverna bättre. Det är viktigt

att läraren kan möta och umgås med olika individer med olika behov. En stor del av eleverna i årskurs 8 är mitt inne i puberteten och det kräver en viss förståelse av läraren.

När det undersöktes hur elevernas åsikter om innehållet på gymnastiken påverkade trivseln, kunde man konstatera att de elever som tyckte att innehållet på lektionerna var bra också trivdes bättre än de elever som tyckte att innehållet var dåligt. Det är viktigt att innehållet på gymnastiklektionerna byggs upp så att det känns motiverande och intressant att delta. Gymnastikläraren bestämmer innehållet och uppbyggnaden av undervisningen enligt de mål han har. Eleverna är däremot inte alltid medvetna om målen med undervisningen.

De elever som upplevde att nivån på lektionerna var lätt trivdes bättre än de elever som upplevde att nivån var mera krävande. Många elever har en sådan uppfattning om skolgymnastiken att den skall vara rolig. Man får inte ta det för allvarligt på lektionerna. Eleverna vill känna att de lyckas, därför får det inte vara för krävande.

Största delen av eleverna var inte rädda för att stöta eller skada sig på lektionerna. Idrottsutförandena på lektionerna verkar att överlag kännas som trygga. De elever som upplever att de är osäkra på ett mera krävande utförande kan vägra att ens försöka, för att undvika den obehagliga situationen.

Största delen av de elever som upplevde det som obehagligt att idrotta inför andras åsyn trivdes också dåligt på gymnastiklektionerna. Man kan anta att åtminstone de svagare eleverna i idrott inte vill idrotta när andra ser deras prestationer. De vill undvika att misslyckas och göra bort sig inför andra. De elever som är duktiga i idrott vill däremot ofta visa upp sig skicklighet för andra. Det är speciellt viktigt att läraren ser deras prestationer.

De elever som ansåg att tester och tävlingar ökade intresset för gymnastiklektionerna trivdes bättre än de som ansåg att de inte ökade intresset. I många skolor är tester och tävlingar en del av gymnastikundervisningen. Det är svårt att i en del grenar undvika tävlingsmoment, som t.ex. i bollspel. Betydelsen av konditionstester är ofta oklar bland eleverna och därför anses de som tråkiga och besvärliga. Elever som gillar att mäta sin fysiska kompetens trivs naturligt bra på gymnastiklektionerna.

I analyseringsskedet märktes betydelsen av att formulera frågorna tydligt, för att få svar på det man söker. Det krävs även att man är något insatt i uträkningen av statistiska analyser, för att kunna fråga på rätt sätt. Man bör även undvika att frågeformuläret är alltför långt. Det är både tidskrävande för den som skall fylla i det och även för forskaren som skall analysera. Vi fick tillräckligt med information, som kunde ha använts till fortsatta intressanta analyser även utanför själva problemställningen. Fråga nummer 7 i frågeformuläret togs inte alls i beaktande i den slutliga analyseringen av resultaten. Det var ursprungligen tänkt att frågan skulle användas i uträkningen av elevernas idrottsaktivitet, men det visade sig att den var onödig när det gjordes en mätare av de två andra frågorna som gällde idrottsaktivitet

De flesta resultaten överrensstämmer bra med tidigare undersökningar. Det är nyttig information som har framkommit, som kan vara till hjälp när man som gymnastiklärare skall ut i arbetslivet. Inga direkta slutsatser kunde dras när man upptäckte skillnader mellan språkgrupperna, eftersom undersökningspopulationen var relativt liten och alla som deltog var hemma från samma ort. Förslag till fortsatta undersökningar är att man skulle fördjupa sig i någon av de faktorerna, t.ex. gymnastikläraren eller gymnastiklektionens innehåll, som påverkade trivseln, för att undersöka närmare i detalj. Vi fick nu en vidare överblick över trivsel på gymnastiklektionerna.

## KÄLLFÖRTECKNING:

- Alfermann, D. 1999. Teacher-Student Interaction and Interaction Patterns in Student Groups. I verket: Y. V. Auweele, F. Bakker, S. Biddle, M. Durand, R. Seiler (red.) Psychology for Physical Educators. Human Kinetics. Champaign Ill, 343-378.
- Biddle, S. 1999. Motivation for a Physically Active Lifestyle Through Physical Education. I verket: Y. V. Auweele, F. Bakker, S. Biddle, M. Durand, R. Seiler (red.) Psychology for Physical Educators. Human Kinetics. Champaign Ill, 5-26.
- Birnik, H. 1998. Lärare - elevrelationen. Ett relationistiskt perspektiv. Acta Universitatis Gothoburgensis. Göteborg Studies in Educational Sciences 125.
- Brunell, V. & Kannas, L. 2000. Elevernas subjektiva livskvalitet i skolan. I verket: L. Kannas & V. Brunell (red.) Subjektiv hälsa, hälsovanor och skoltrivsel. Jämförelse mellan svensk- och finskspråkiga elever 1994-1998. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitoksen julkaisusarja, 10, 137-161.
- Browne, J. 1992. Reasons for the Selection or Nonselection of Physical Education Studies by Year 12 Girls. Journal of Teaching in Physical Education, 11, (4), 402-410.
- Carlson, T. B. 1995. We Hate Gym: Student Alienation from Physical Education. Journal of Teaching in Physical Education 14, (4), 467-477.
- Coelho, J. 2000. Student Perceptions of Physical Education in a Mandatorp College Program. Journal of Teaching in Physical Education, 19, (2), 222-245.
- Delignières, D. 1999. Perceived Difficulty, Resources Investment, and Motor Performance. I verket: Y. V. Auweele, F. Bakker, S. Biddle, M. Durand, R. Seiler (red.) Psychology for Physical Educators. Human Kinetics. Champaign Ill, 211-232.
- Fogelholm, M. 1997. Lihavuuden arviointi. Teoksessa M. Fogelholm & P. Mustajoki & A. Rissanen & M. Uusitupa (toim.) Lihavuus, ongelma ja hoito. Helsinki. Duodecim, 25-34.



- Goncalves, C. 1994. Students' Perceptions about Secondary Physical Education Classes. Paper presented at the AIESEP World Congress "Physical Education and Sport 94: Changes and Challenges". 24-28.6.1994. Berlin, 1-6.
- Goudas, M. & Biddle, S. 1993. Pupil Perceptions of Enjoyment in Physical Education. *Physical Education Review* 16, (2), 145-149.
- Grunderna för grundskolans läroplan 1994. Utbildningsstyrelsen. Helsingfors: Tryckericentralen
- Hahtola, M. 1999. Liikunta valinnaisaineena peruskoulun yläasteen 7-9-luokilla Lapin läänissä lukuvuonna 1997-1998. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu -työ.
- Helin, P. 1996. Eniten tarvitsevat eivät valitse liikunta. *Liikunta & Tiede*, 33 (1), 16-17.
- Hiltunen, T. 1998. Yläasteen ja lukion oppilaiden kokemuksia ja käsityksiä koululiikunnasta. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu -työ.
- Holopainen, S. 1991. Taitavat ja kömpelöt koululiikunnassa. Jyväskylä: LIKES –tietopalvelu. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 75.
- Hopple, C. & Graham, G. 1995. What Children Think, Feel, and Know about Physical Fitness Testing. *Journal of Teaching in Physical Education*, 14, 408-417.
- Iivonen, M. 1998. Kroppakin käy koulua. *Liikunnanopettaja*, 4, 13.
- Imsen, G. 2000. *Elevens värld. Introduktion till pedagogisk psykologi*. Lund: Studentlitteratur.
- Jaakkola, T. 2002. Changes in Students' Exercise Motivation, Goal Orientation, and Sport Competence as a Result of Modifications in School Physical Education Teaching Practice. Jyväskylä: LIKES –Research Reports in Sport and Health 131.

Jønsson, T. 1993. Mistrivsel i kroppsoving. En undersøkelse blant 9. og 10. klassinger ved grunnskolene i Reykjavik - Island. Hovedoppgave til 3. avdeling. Institutt for Spesialpedagogikk. Universitet i Oslo.

Kannas, L. & Tynjälä, J. 1998. WHO-koululaistutkimus 1986-1998: Liikunta myötätulessa nuorten arjessa. *Liikunta & Tiede*, 35, (4), 4-10.

Kannas, L. & Tynjälä, J. & Brunell, V. 2000. De ungas intresse för fritidsidrott. I verket: L. Kannas & V. Brunell (red.) *Subjektiv hälsa, hälsovanor och skoltrivsel. Jämförelse mellan svensk- och finskspråkiga elever 1994-1998*. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitoksen julkaisusarja, 10, 121-136.

Kannas, L. & Välimaa, R. & Linnamo, A. & Tynjälä, J. 1995. Oppilaiden kokemuksia kouluviihtyvyydestä ja kuormittuneisuudesta sekä koulukiusaamisesta Euroopassa ja Kanadassa. Teoksessa L. Kannas (toim.) *Koululaisten kokema terveys, hyvinvointi ja kouluviihtyvyys*. Helsinki. Opetushallitus, 131-150.

Katter, C & Wikström, N. 2000. Skoltrivsel- lågstadielärares föreställningar om och arbete för elevers trivsel. Pedagogiska fakulteten i Vasa. Pro gradu -avhandling på institutionen för lärarutbildningen.

Kaukanen, P. & Ketola, K. 2000. Hyvä liikunnanopettaja. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu -työ.

Keating, X. & Silverman, S. & Kulinna, P. 2002. Preservice Physical Education Teacher Attitudes toward Fitness Tests and the Factors Influencing Their Attitudes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21, 193-207.

Kokkonen, J. & Liukkonen, J. & Jaakkola, T. & Sepponen, K. & Pöllänen, J. 1999. Motivoiko koululiikunta? –vertailussa koululaiset Jyväskylässä ja Pietarissa. *Liikunta & Tiede*, 36, (4), 56-59.

Komulainen, A. 1992. Kömpelö lapsi leimataan. *Liikunta & Tiede*, 29, (4), 79.

- Komulainen, A. 1992. Kömpelö objektikeho voi nöyryyttää subjektin. *Liikunta & Tiede*, 29, (4), 79.
- Kuusikko, R & Virolainen, J. 2000. 9-luokkalaisten oppilaiden viihtyminen koululiikunnassa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu -työ.
- Kärki, E. & Lemmetyinen, H. 1990. Oppilaiden kokemuksia koululiikunnasta ja liikunnanopettajasta. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu -työ.
- Kääriäinen, H. & Laaksonen, P. & Wiegand, E. 1997. Tutkiva ja muuttuva koulu. Helsinki: WSOY, 32-89.
- Laakso, L. Liikunta ja koululiikunta. 2000 Teoksessa: Kouluterveydenhuolto. Helsinki. Duodecim, 367-377.
- Liikuntakomitean mietintö 1990. Liikuntapolitiikan linjat 1990-luvulla. Komiteamietintö 1990:24. Helsinki: valtion painatuskeskus.
- Lintunen, T. 1995. Self-perceptions, Fitness and Exercise in Early Adolescence: A Four Year Follow-up Study. Jyväskylä: University of Jyväskylä. *Studies in Physical Education and Sports*, 41.
- Luukko, M. 1989. Valinnainen koulukohtainen liikunnanopetus ja oppilaiden liikunnan harrastaminen. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu -työ.
- Liukkonen, J. & Kokkonen, J. & Jaakkola, T. 2000. Voiko koululiikunta motivoida kaikki oppilaita? *Liikunnanopettaja* 1, 14-15.
- Liukkonen, J., Telama, R. & Jaakkola, T. 1998. Koululiikunnalla kaikista osaamisensa sankareita. *Urheilupsykologia: Suomen urheilupsykologisen yhdistyksen julkaisu*. Suomen urheilupsykologinen yhdistys. 1, 15-20.
- Marvaila, P. 1995. Koulukiusaaminen ja liikunta yläasteikäisten keskuudessa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu -työ

Olweus, D. 1991. Mobbning i skolan. Stockholm: Almqvist & Wiksell.

Paakkari, O. & Sarvela, A. 2000. Pallo vain lenteli ohi vai pelin jälkeen hyvä fiilis – koululiikuntakokemukset ja niiden yhteydet myöhempään liikuntaharrastuneisuuteen. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu -työ.

Papaioannou, A. 1997. Perceptions of Motivational Climate, Perceived Competence, and Motivation of Students of Varying Age and Sport Experience. *Perceptual and Motor Skills*, 85, (2), 419-430.

Papaioannou, A. & Goudas, M. 1999. Motivational Climate of the Physical Education Class. I verkett: Y. V. Auweele, F. Bakker, S. Biddle, M. Durand, R. Seiler (red.) *Psychology for Physical Educators*. Human Kinetics. Champaign Ill, 51-68.

Portman, P. A. 1995. Who is Having Fun in Physical Education Classes? *Journal of Teaching in Physical Education*, 14, (4), 445-453.

Nupponen, H. 1999. Suomalainen koululiikunta pärjää eurovertailussa. *Liikunta & Tiede*, 36, (3), 17-21

Nupponen, H., Telama, R. 1998. Liikunta ja liikunnallisuus osana 11-16-vuotiaiden eurooppalaisten nuorten elämäntapaa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen julkaisuja 1.

Nupponen, H. & Soini, H. & Telama, R. 1999. Koululaisten kunnon ja liikehallinnan mittaaminen. Jyväskylä: LIKES –tietopalvelu. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 118.

Nuutinen, O. 1997. Lasten lihavuuden hoito. Teoksessa M. Fogelholm & P. Mustajoki & A. Rissanen & M. Uusitupa (toim.) *Lihavuus, ongelma ja hoito*. Helsinki. Duodecim, 158-173.

Nyman, R. 1999. Elevers fysiska självuppfattning och dess samband med idrottsaktivitet. Jyväskylä universitet. Pro gradu -arbete i idrottspedagogik.

Pietilä, A. 1998. Urheilijoita ei kiusata koulussa. *Opettaja*, 37, 38.

- Romar, J. 1995. *Case Studies of Finnish Physical Education Teachers*. Åbo: Åbo Akademi University Press.
- Räty, T. 1999. *Koulukiusaaminen liikuntatunnilla*. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu -työ.
- Silverman, S. & Subramaniam, P. R. 1999. Student Attitude Toward Physical Education and Physical Activity: A Review of Measurement Issues and Outcomes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 19, 1, 97-119.
- Sironen, E. 1989. Ruumiinkokemusta ja elämyksellisyyttä etsivän liikunnan evästyksset liikuntakulttuurin kehittämiseksi. Teoksessa T. Pyykkönen (toim.) *Suomalaisen liikunta politiikan vaihtoehdot*. Liikuntakulttuurin päivät 12.-13.10.1989 Espoossa. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu 116, 160-163.
- Smith, B. & Karp, G. 1996. Adapting to Marginalization in a Middle School Physical Education Class. *Journal of Teaching in Physical Education*, 16, 30-47.
- Strand, B. & Scantling, E. 1994. An Analysis of Secondary Student Preferences towards Physical Education. *The Physical Educator*, 51, (3), 119-129.
- Svenska ordboken. 1986. Göteborg: Språkdata Göteborgs universitet. Esselte studium.
- Tannehill, D. & Romar, J. & O'sullivan, M. & England, K. & Rosenberg, D. 1994. Attitudes toward Physical Education. Their Impact on How Physical Education Teachers Make Sense of Their Work. *Journal of Teaching in Physical Education*, 13, (4), 406-420.
- Tanehill, D. & Zakrajsek, D. 1993. Students Attitudes towards Physical Education: A Multicultural Study. *Journal of Teaching in Physical- Education*, 13, (1), 78-84.
- Telama, R. 1993. Koulusta nuorelle liikuntamallit. *Liikunta & Tiede*, 30, (3), 24-25.
- Telama, R. 1999. Koululiikunnalla elämysten lähteille. *Liikunta & Tiede*, 36, (3), 4-9.

Telama, R. & Kahila, S. 1994. Liikuntakasvatus koulussa ja nuorisourheilussa. Teoksessa Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu: tieteellinen katsaus. Jyväskylä: LIKES. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 90, 149-177.

Valkonen, H. 1996. Viihtymättömyys koululiikunnassa peruskoulun kahdeksaluokkalaisilla. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu -työ.

Varstala, V. 1996. Opettajan toiminta ja oppilaiden liikunta-aktiivisuus koulun liikuntatunnilla. Jyväskylän yliopisto: Studies in sport, physical education and health, 45.

Viljanen, T. 1997. Koululiikuntatutkimus osoittaa. Fysioterapia 1, (44), 12-13.

Välimaa, R. 2000. Subjektivt upplevt hälsa bland unga. I verket: L. Kannas & V. Brunell (red.) Subjektiv hälsa, hälsovanor och skoltrivsel. Jämförelse mellan svensk- och finskspråkiga elever 1994-1998. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitoksen julkaisusarja, 10, 11-43.

Välimaa, R. 2000. Föräldrarelationer och vänskapsförhållanden bland unga. I verket: L. Kannas & V. Brunell (red.) Subjektiv hälsa, hälsovanor och skoltrivsel. Jämförelse mellan svensk- och finskspråkiga elever 1994-1998. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitoksen julkaisusarja, 10, 162-181.

1. Skola \_\_\_\_\_

2. Kön  flicka  pojke

3. Längd \_\_\_\_\_ cm, vikt \_\_\_\_\_ kg

4. Gymnastikvitsordet i det senaste betyget \_\_\_\_\_

5. Hur många gånger i veckan idrottar du på din fritid så att du åtminstone blir andfädd och svettig?

- 5 gånger eller oftare
- 3-4 gånger
- 1-2 gånger
- mindre än en gång i veckan
- inte alls

6. Hur många timmar i veckan idrottar du på din fritid så att du åtminstone blir andfädd och svettig?

- 5 timmar eller mera
- 3-4 timmar
- 1-2 timmar
- mindre än en timme i veckan
- aldrig

7. Tränar du i en idrottsförening eller deltar i någon annan ledd idrottsverksamhet (tex. en aerobicimme)?

- nej  ja, i vilken \_\_\_\_\_

8. Hur trivs du i allmänhet på gymnastiklektionerna i skolan?

- mycket bra
- bra
- medelmåttigt
- dåligt
- mycket dåligt

9. Jag anser att skolgymnastiken i allmänhet är

- mycket trevlig
- trevlig
- ibland trevlig och ibland tråkig
- tråkig
- mycket tråkig

10. Om du själv fick välja, skulle du vilja ha mera eller mindre timmar i gymnastik än vad du för tillfället har?

- mindre än för tillfället
- timantalet är tillräckligt
- mera än för tillfället

11. Välj av följande parvisa ämnes alternativ i vilket ämne du trivs bättre. Ifall det finns något ämne som du inte har så lämnar du tomt.

Till exempel, om du trivs bättre på religionslektionerna än på matematiklektionerna sätter du kryss på följande sätt:

matematik  -  religion

gymnastik  -  matematik  
 gymnastik  -  modersmål  
 gymnastik  -  engelska  
 gymnastik  -  geografi  
 gymnastik  -  kemi  
 gymnastik  -  historia  
 gymnastik  -  religion/livsåskådning  
 gymnastik  -  finska  
 gymnastik  -  biologi  
 gymnastik  -  fysik  
 gymnastik  -  annat språk \_\_\_\_\_  
 gymnastik  -  annat språk \_\_\_\_\_

gymnastik  -  musik  
 gymnastik  -  bildkonst (teckning)  
 gymnastik  -  teknisk slöjd (slöjd)  
 gymnastik  -  huslig ekonomi  
 gymnastik  -  datateknik  
 gymnastik  -  textil slöjd (handarbete)  
 gymnastik  -  annat ämne \_\_\_\_\_

12. Vilka skolämnena anser du i rangordning vara de tre trevligaste?

1. \_\_\_\_\_ 2. \_\_\_\_\_ 3. \_\_\_\_\_

13. Vad är trevligt i skolgymnastiken? (nämna 1-3 saker)

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

14. Vad är tråkigt i skolgymnastiken? (nämna 1-3 saker)

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



15. I följande fråga får du fundera hurudan du är jämfört med andra flickor i din ålder, om du är en flicka och med pojkar om du är en pojke. Välj det alternativ som passar dig bäst. Till exempel, om du är mera ljushårig än mörkhårig sätter du krysset på följande sätt:

Jag är ljushårig                Jag är mörkhårig

Fundera och svara snabbt enligt vad du upplever är det mest sanningsenliga alternativet.

Jag är skicklig i idrott                Jag är dålig i idrott

Jag är klumpig                Smidig

Jag är vig                Styv

Jag är uthållig                Jag uttrötts lätt

Jag är snabb                Långsam

Jag är svag                Stark

Jag är modig                Försiktig

16. Ringa in den siffra, som bäst beskriver just din åsikt i följande påståenden om dig i din skola. Siffrorna är fördelade på följande sätt: **1 = Jag är helt av annan åsikt, 2 = Jag är av annan åsikt, 3 = Jag är dels av samma och dels av annan åsikt, 4 = Jag är av samma åsikt, 5 = Jag är helt av samma åsikt**

	Helt av annan åsikt				Helt av samma åsikt
Jag har många vänner i skolan	1	2	3	4	5
Jag blir mobbad i skolan	1	2	3	4	5
Mina klasskompisar tar i beaktande mina åsikter	1	2	3	4	5
Jag känner mig ensam i skolan	1	2	3	4	5
Jag är populär bland mina klasskompisar	1	2	3	4	5
Jag trivs bra tillsammans med mina klasskompisar	1	2	3	4	5
Jag får inte tillräckligt med uppmärksamhet i skolan	1	2	3	4	5

17. Anser du att gymnastiken är ett nödvändigt skolämne?

- mycket nödvändigt  
 nödvändigt  
 onödigt  
 mycket onödigt

Hur motiverar du ditt svar: \_\_\_\_\_

---



---

18. Ringa in den siffra, som bäst beskriver just din åsikt i följande påståenden om din gymnastiklärare. Siffrorna är fördelade på följande sätt: **1** = Jag är helt av annan åsikt, **2** = Jag är av annan åsikt, **3** = Jag är dels av samma och dels av annan åsikt, **4** = Jag är av samma åsikt, **5** = Jag är helt av samma åsikt, **E** = Jag har ingen åsikt

	Helt av annan åsikt					Helt av samma åsikt		Har ingen åsikt
Gymnastikläraren har goda kunskaper och färdigheter i undervisningsämnet	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>			<b>E</b>
Jag kommer överens med gymnastikläraren	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>			<b>E</b>
Gymnastikläraren behandlar alla elever jämlikt	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>			<b>E</b>
Gymnastikläraren är trevlig	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>			<b>E</b>
Gymnastikläraren berömmar mig för mina prestationer	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>			<b>E</b>
Gymnastikläraren ger mig personligen råd och instruktioner	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>			<b>E</b>
Gymnastikläraren klagar över mina idrottsprestationer	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>			<b>E</b>
Jag har möjlighet att påverka innehållet på gymnastiktimmarna	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>			<b>E</b>
Jag är nöjd med gymnastiklärarens sätt att undervisa	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>			<b>E</b>

Gymnastikläraren har bra kontroll över klassen	1	2	3	4	5	E
Gymnastikläraren frågar hur eleverna har det	1	2	3	4	5	E

Kryssa för det svarsalternativ som bäst motsvarar din åsikt i följande frågor eller påståenden om gymnastiklektionen. Välj endast ett alternativ/fråga.

19. Är du rädd för att stöta eller skada dig på gymnastiklektionerna ?

- mycket ofta
- ofta
- ibland
- sällan
- aldrig

20. Jag tycker att det är obehagligt, när mina klasskompisar ser mina idrottsutföranden på gymnastiklektionerna

- helt av samma åsikt
- av samma åsikt
- av annan åsikt
- helt av annan åsikt
- har ingen åsikt

21. Olika test och tävlingssituationer ökar mitt intresse för gymnastiklektionerna

- helt av samma åsikt
- av samma åsikt
- av annan åsikt
- helt av annan åsikt
- har ingen åsikt

22. Jag anser att urvalet av grenar på gymnastiklektionerna är

- mycket mångsidigt
- mångsidigt
- ensidigt
- mycket ensidigt
- har ingen åsikt

23. Jag anser att innehållet i gymnastikundervisningen i allmänhet är

- mycket utmanande
- utmanande
- lämpligt
- lätt
- mycket lätt

24. Hur fysiskt tunga är gymnastiklektionerna?

- mycket tunga
- tunga
- lämpliga
- lätta
- mycket lätta

25. Lär du dig något nytt på gymnastiklektionerna?

- mycket ofta
- ofta
- ibland
- sällan
- mycket sällan

26. Är det som undervisas på gymnastiklektionerna intressant?

- mycket ofta
- ofta
- ibland
- sällan
- mycket sällan

Tack för ditt svar!

1. Koulu \_\_\_\_\_

2. Sukupuoli  tyttö  poika

3. Pituus \_\_\_\_\_ cm, paino \_\_\_\_\_ kg

4. Liikunnan numero edellisessä todistuksessa \_\_\_\_\_

5. Kuinka monta kertaa viikossa harrastat liikuntaa koulutuntien ulkopuolella vähintään niin, että hengästyit ja tulee hiki?

- 5 kertaa tai useammin
- 3-4 kertaa
- 1-2 kertaa
- harvemmin kuin kerran viikossa
- en koskaan

6. Kuinka monta tuntia viikossa harrastat liikuntaa koulutuntien ulkopuolella vähintään niin, että hengästyit ja tulee hiki?

- 5 tuntia tai enemmän
- 3-4 tuntia
- 1-2 tuntia
- vähemmän kuin yksi tunti viikossa
- en ollenkaan

7. Osallistutko urheiluseuran harjoituksiin tai muihin ohjattuihin liikuntatilanteisiin (esim. aerobicitunti)?

- en  kyllä, missä \_\_\_\_\_

8. Miten viihdyt koulun liikuntatunneilla yleensä?

- erittäin hyvin
- hyvin
- keskinkertaisesti
- huonosti
- erittäin huonosti

9. Koululiikunta on mielestäni yleensä

- erittäin miellyttävää
- miellyttävää
- joskus miellyttävää joskus epämiellyttävää
- epämiellyttävää
- erittäin epämiellyttävää

10. Jos saisit itse valita, haluaisitko liikuntatunteja nykyistä enemmän vai vähemmän?

- vähemmän kuin tällä hetkellä
- nykyinen määrä on sopiva
- enemmän kuin tällä hetkellä

11. Valitse kahdesta ainevaihtoehdosta se jonka tunneilla viihdyt paremmin. Jos sinulla ei ole jotakin seuraavista aineista jätä kohta tyhjäksi.

Esimerkiksi, jos viihdyt paremmin uskonnon tunnilla kuin matematiikan tunnilla panet rastin näin: matematiikka  -  uskonto

- |   |   |
|---|---|
| liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> matematiikka               | liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> musiikki       |
| liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> äidinkieli                 | liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> kuvaamataito   |
| liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> englanti                   | liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> tekninen työ   |
| liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> maantieto                  | liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> kotitalous     |
| liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> kemia                      | liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> tietotekniikka |
| liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> historia                   | liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> tekstiilityö   |
| liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> uskonto/elämäkatsomustieto | liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> muu aine _____ |
| liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> ruotsi                     |   |
| liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> biologia                   |   |
| liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> fysiikka                   |   |
| liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> muu kieli _____            |   |
| liikunta <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> muu kieli _____            |   |

12. Mitkä ovat mielestäsi kolme mieluisinta kouluainetta paremmuusjärjestyksessä?

1. \_\_\_\_\_ 2. \_\_\_\_\_ 3. \_\_\_\_\_

13. Mikä koululiikunnassa on mukavaa? ( mainitse 1-3 tekijää )

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

14. Mikä koululiikunnassa on epämiellyttävää? ( mainitse 1-3 tekijää )

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

15. Seuraavassa saat miettiä millainen olet verrattuna muihin sinun ikäisiin tyttöihin, jos olet tyttö tai poikiin, mikäli olet poika. Valitse se kohta joka parhaiten sopii sinuun. Esimerkiksi, jos olet enemmän vaaleatukkainen kuin tummatukkainen panet rastin näin:

Olen vaaleatukkainen      Tummatukkainen

Mieti ja vastaa ripeästi juuri niin kuin sinusta tuntuu totuudenmukaiselta.

Olen taitava liikunnassa      Osaan vähän liikunnassa

Olen kömpelö      Ketterä

Olen notkea      Jäykkä

Olen kestävä liikunnassa      Väsyn helposti

Olen nopea      Hidas

Olen heikko      Voimakas

Olen rohkea      Arka

16. Seuraavassa väittämiä sinusta koulussa. Rengasta se numero, joka parhaiten kuvaa juuri sinun mielipidettäsi kyseisestä väittämästä. Numerot jakautuvat seuraavasti: **1**= Olen täysin eri mieltä, **2** = Olen eri mieltä, **3** = Olen osittain samaa mieltä, osittain eri mieltä, **4** = Olen samaa mieltä, **5** = Olen täysin samaa mieltä

	Täysin eri mieltä				Täysin samaa mieltä
Minulla on monta ystävää koulussa	1	2	3	4	5
Minua kiusataan koulussa	1	2	3	4	5
Luokkakaverini ottavat huomioon mielipiteitäni	1	2	3	4	5
Tunnen itseni yksinäiseksi koulussa	1	2	3	4	5
Olen suosittu luokkakavereitteni keskuudessa	1	2	3	4	5
Viihdyn hyvin luokkakavereitteni kanssa	1	2	3	4	5
En saa tarpeeksi huomiota osakseni koulussa	1	2	3	4	5

17. Onko liikunta mielestäsi tarpeellinen kouluaine?

- erittäin tarpeellinen  
 tarpeellinen  
 tarpeeton  
 erittäin tarpeeton

Perustelee: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

18. Seuraavassa väittämiä liikunnanopettajastasi. Rengasta se numero, joka parhaiten kuvaa juuri sinun mielipidettäsi kyseisestä väittämästä. Numerot jakautuvat seuraavasti: **1**= Olen täysin eri mieltä, **2** = Olen eri mieltä, **3** = Olen osittain samaa mieltä, osittain eri mieltä, **4** = Olen samaa mieltä, **5** = Olen täysin samaa mieltä, **E**= en osaa sanoa

	Täysin eri mieltä					Täysin samaa mieltä	En osaa sanoa
	1	2	3	4	5		E
Liikunnanopettajallani on hyvät tiedot ja taidot opetettavista asioista	1	2	3	4	5		E
Tulen toimeen liikunnanopettajani kanssa	1	2	3	4	5		E
Liikunnanopettajani kohtelee kaikkia oppilaita tasapuolisesti	1	2	3	4	5		E
Liikunnanopettajani on mukava	1	2	3	4	5		E
Saan liikunnanopettajaltani kehuja suorituksistani	1	2	3	4	5		E
Liikunnanopettajani neuvoo ja ohjaa minua henkilökohtaisesti	1	2	3	4	5		E
Saan opettajaltani moitteita suorituksistani	1	2	3	4	5		E
Minulla on mahdollisuus vaikuttaa liikuntatunnin sisältöön	1	2	3	4	5		E
Olen tyytyväinen liikunnanopettajani tapaan opettaa asioita	1	2	3	4	5		E



Liikunnanopettajallani on hyvä ote luokasta	1	2	3	4	5	E
Liikunnanopettajani kyselee oppilaiden kuulumisia	1	2	3	4	5	E

Seuraavassa liikuntatuntiin liittyviä kysymyksiä ja väittämiä. Rastita se vaihtoehto joka parhaiten kuvaa mielipidettäsi. Valitse vain 1 vaihtoehto/kysymys.

19. Pelkäätkö että satutat itseäsi tai loukkaannut liikuntatunnilla?

- erittäin usein
- usein
- silloin tällöin
- harvoin
- en koskaan

20. Minusta on epämiellyttävää, kun luokkatoverini näkevät omat liikuntasuoritukseni liikuntatunnilla.

- täysin samaa mieltä
- samaa mieltä
- eri mieltä
- täysin eri mieltä
- en osaa sanoa

21. Erilaiset testit ja kilpailutilanteet lisäävät tuntien mielenkiintoa.

- täysin samaa mieltä
- samaa mieltä
- eri mieltä
- täysin eri mieltä
- en osaa sanoa

22. Liikuntatuntien lajivalikoima on mielestäni

- erittäin monipuolinen
- monipuolinen
- yksipuolinen
- erittäin yksipuolinen
- en osaa sanoa

23. Liikuntatunnilla opetettavat asiat ovat mielestäni yleensä

- erittäin haastavia
- haastavia
- sopivia
- helppoja
- erittäin helppoja

24. Kuinka fyysisesti raskaita liikuntatunnit ovat?

- erittäin raskaita
- raskaita
- sopivia
- kevyitä
- erittäin kevyitä

25. Opitko liikuntatunnilla uusia asioita?

- erittäin usein
- usein
- silloin tällöin
- harvoin
- erittäin harvoin

26. Ovatko liikuntatunnilla opetettavat asiat kiinnostavia?

- erittäin usein
- usein
- silloin tällöin
- harvoin
- erittäin harvoin

Kiitos vastauksestasi!

	frekvens	procent
1. Skola: svenskspråkig	31	20,0
svenskspråkig	51	32,9
finskspråkig	35	21,6
finskspråkig	38	24,5

	svenskspr. frekvens	procent	finskspr. frekvens	procent
2. Kön: pojke	38	46,3	41	56,2
flicka	44	53,7	31	43,8

	svenskspr. medelvärde	finskspr. medelvärde
3. Längd: pojke	169,1	170,4
flicka	166,0	166,8
Vikt: pojke	56,7	58,7
flicka	52,7	54,8

	svenskspr. medelvärde	finskspr. medelvärde
4. Gymnastikvitsordet: pojke	8,5	7,9
flicka	8,3	8,5

	svenskspr. frekvens		procent		finskspr. frekvens		procent	
	p	f	p	f	p	f	p	f
5. Idrottsaktivitet ggr/vecka:								
> 5ggr/ = 5ggr	13	10	34,2	22,7	5	4	12,2	12,5
3-4 ggr	11	13	28,9	29,5	18	8	43,9	25,0
1-2 ggr	10	17	26,3	38,6	11	16	26,8	50,0
<1 gång	4	2	10,5	4,5	6	4	14,6	12,5
inte alls	-	1	-	2,3	1	-	2,4	-

	svenskspr. frekvens		procent		finskspr. frekvens		procent	
	p	f	p	f	p	f	p	f
6. Idrottsaktivitet timmar i veckan:								
> 5 h/ = 5 h	18	13	47,4	24,5	13	8	31,7	25,0
3-4 h	5	13	13,2	29,5	8	8	19,5	25,0
1-2 h	11	15	28,9	34,1	10	13	39,0	40,6
< 1 h	-	1	-	2,3	3	3	7,3	9,4
aldrig	4	1	10,5	2,3	1	-	2,4	

	svenskspr. frekvens		procent		finskspr. frekvens		procent	
	p	f	p	f	p	f	p	f
7. Trivsel på gymnastiklektionerna:								
mycket bra	11	2	28,9	4,5	5	8	12,2	25,0
bra	18	14	47,4	31,8	20	13	48,8	40,6
medelmåttigt	7	23	18,4	52,3	16	10	39,0	31,3
dåligt	1	4	2,6	9,1	-	-	-	-
mycket dåligt	1	1	2,6	2,3	-	-	1,0	3,1

	svenskspr. frekvens		procent		finskspr. frekvens		procent	
	p	f	p	f	p	f	p	f
8. Åsikter om skolgymnastiken:								
mycket trevlig	6	1	15,8	2,3	2	2	4,9	6,3
trevlig	17	2	44,7	4,5	12	14	29,3	43,8
ibland trevlig och ibland tråkig	15	34	39,5	77,3	26	14	63,4	43,8
tråkig	-	6	-	13,6	-	1	-	3,1
mycket tråkig	-	1	-	2,3	-	1	-	3,1

	svenskspr. frekvens		procent		finskspr. frekvens		procent	
	p	f	p	f	p	f	p	f
9. Timantalet i gymnastik:								
mindre än för tillfället	-	2	-	4,5	5	3	12,2	9,4
timantalet är tillräckligt	8	28	21,1	63,6	27	18	65,9	56,3
mera än för tillfället	30	14	78,9	31,8	9	11	22	34,4

10. I vilket ämne eleverna trivs bäst:

svenskspråkig	frekvens		finskspråkig	frekvens	
	pojke	flicka		pojke	flicka
gy-	ma	32-6 32-12	gy-	ma	28-13 23-9
	mo	36-2 22-22		mo	32-8 22-9
	en	35-3 20-18		en	25-16 24-8
	ge	29-9 21-22		ge	22-19 19-13
	ke	26-12 31-13		ke	21-20 25-7
	hi	28-10 20-24		hi	15-25 15-17
	re	35-3 20-23		re	25-15 25-7
	fi/sv	30-7 17-27		fi/sv	32-9 26-6
	bi	32-6 20-22		bi	26-14 23-9
	fy	29-6 34-5		fy	26-13 26-6
annat sp	28-4	15-24	annat sp	20-9	16-7
	mu	28-5 9-30		mu	23-17 8-21
	te	24-11 13-22		te	16-25 14-16
	sl	22-13 19-11		sl	17-19 7-5
	hus	18-18 7-32		hus	18-12 7-16
	dat	15-15 18-12		dat	15-21 10-4
	tex	27-1 12-26		tex	18-2 6-14
	annat	13-1 -		annat	8-4 5-1

14. Jämförelse mellan eleven själv och med andra jämnåriga.

jag är skicklig i idrott - jag är dålig i idrott						
% alternativ	1	2	3	4	5	
svenskspråkig flicka	11,6	30,2	41,9	16,3	-	n=43
pojke	28,9	47,4	18,4	2,6	2,6	n=38
finskspråkig flicka	15,6	28,1	50,0	6,3	-	n=32
pojke	22,0	34,1	29,3	12,2	2,4	n=41

jag är klumpig - smidig						
% alternativ	1	2	3	4	5	
svenskspråkig flicka	2,3	9,3	27,9	53,5	7,0	
pojke	2,6	2,6	18,4	42,1	34,2	
finskspråkig flicka	-	6,3	37,5	50,0	6,3	
pojke	2,4	14,6	22,0	29,3	31,7	

jag är vig - styv						
% alternativ	1	2	3	4	5	
svenskspråkig flicka	7,0	23,3	37,2	27,9	4,7	
pojke	5,3	21,1	42,1	23,7	5,3	
finskspråkig flicka	9,4	31,3	28,1	25,0	6,3	
pojke	12,2	29,3	31,7	24,4	2,4	

jag är uthållig - jag uttröttas lätt						
% alternativ	1	2	3	4	5	
svenskspråkig flicka	7,0	39,5	25,6	18,6	9,3	
pojke	31,6	42,1	18,4	7,9	-	
finskspråkig flicka	9,4	46,9	28,1	12,5	3,1	
pojke	9,8	34,1	34,1	17,1	4,9	

jag är snabb - långsam						
% alternativ	1	2	3	4	5	
svenskspråkig flicka	7,0	47,2	27,9	20,9	-	
pojke	18,4	44,7	23,7	10,5	-	
finskspråkig flicka	12,5	34,4	40,6	12,5	-	
pojke	17,1	34,1	29,3	17,1	2,4	

% alternativ	jag är svag - stark				
	1	2	3	4	5
svenskspråkig flicka	2,3	7,0	34,9	34,9	20,9
pojke	-	7,9	39,5	39,5	13,2
finskspråkig flicka		9,4	34,4	46,9	9,4
pojke	-	7,3	39	36,6	17,1

% alternativ	jag är modig - försiktig				
	1	2	3	4	5
svenskspråkig flicka	18,6	23,3	34,9	23,3	-
pojke	18,4	50,0	23,7	7,9	-
finskspråkig flicka	21,9	43,8	28,1	6,3	-
pojke	17,1	19,5	58,5	4,9	-

15. Påstående om eleven i skolan:

Jag har många vänner i skolan:

%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma	
svenskspråkig flicka	-	15,9	15,9	50,0	18,2	n=44
pojke	-	5,4	10,8	45,9	37,8	n=38
finskspråkig flicka	-	-	12,5	21,9	65,6	n=32
pojke	4,9	4,9	9,8	24,4	56,1	n=41

Jag blir mobbad i skolan:

%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka	70,5	15,9	9,1	4,5	-
pojke	62,2	21,6	10,8	5,4	-
finskspråkig flicka	87,5	12,5	-	-	-
pojke	78,0	14,6	4,9	2,4	-

Mina klasskompisar tar i beaktande mina åsikter:

%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka	-	6,8	56,8	25,0	11,4
pojke	5,4	-	45,9	37,8	10,8
finskspråkig flicka	-	3,1	31,3	46,9	18,8
pojke	-	4,9	39	41,5	14,6

Jag känner mig ensam i skolan:

%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka	50,0	34,1	6,8	4,5	4,5
pojke	66,7	13,9	8,3	-	11,1
finskspråkig flicka	71,9	9,4	12,5	3,1	3,1
pojke	61,0	29,3	4,9	4,9	-

Jag är populär bland mina klasskompisar:

%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka	20,5	13,6	50,0	13,6	2,3
pojke	2,9	-	54,3	34,3	8,6
finskspråkig flicka	-	6,3	53,1	25,0	15,6
pojke	2,4	14,6	41,5	31,7	9,8

Jag trivs bra tillsammans med mina klasskompisar

%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka	-	13,6	34,1	31,8	20,5
pojke	-	2,7	21,6	51,4	24,3
finskspråkig flicka	3,1	-	9,4	34,4	53,1
pojke	4,9	-	14,6	46,3	34,1

Jag får inte tillräckligt med uppmärksamhet i skolan:

	%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka	27,3	25,0	25,0	27,3	15,9	4,5
pojke	25,0	41,7	41,7	22,2	11,1	-
finskspråkig flicka	43,8	25,0	25,0	21,9	6,3	3,1
pojke	53,7	31,7	31,7	12,2	2,4	-

17. Påstående om gymnastikläraren:

Gymnastikläraren har goda kunskaper och färdigheter i undervisningsämnet:

	%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma	
svenskspråkig flicka	11,6	9,3	9,3	32,6	37,2	9,3	n=44
pojke	11,1	8,3	8,3	38,9	36,1	5,6	n=38
finskspråkig flicka	-	-	-	20,0	40,0	40,0	n=32
pojke	10,3	10,3	10,3	23,1	30,8	25,6	n=41

Jag kommer överens med gymnastikläraren:

	%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka	4,5	13,6	13,6	25,0	36,4	20,5
pojke	8,1	10,8	10,8	24,3	35,1	21,6
finskspråkig flicka	9,4	6,3	6,3	6,3	34,4	43,8
pojke	7,9	21,1	21,1	18,4	36,8	15,8

Gymnastikläraren behandlar alla elever jämlikt:

	%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka	39,5	25,6	25,6	18,6	11,6	4,7
pojke	18,9	24,3	24,3	24,3	21,6	10,8
finskspråkig flicka	13,8	6,9	6,9	17,2	44,8	17,2
pojke	31,4	11,4	11,4	22,9	20,0	14,3

Gymnastikläraren är trevlig:

	%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka	21,4	14,3	14,3	33,3	19,0	11,9
pojke	21,6	24,3	24,3	10,8	35,1	8,1
finskspråkig flicka	12,9	6,5	6,5	12,9	35,5	32,3
pojke	20,0	17,5	17,5	27,5	30,0	5,0

Gymnastikläraren berömmar mig för mina prestationer:

	%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka	12,5	15,0	15,0	47,5	15,0	10,0
pojke	11,4	17,1	17,1	40,0	22,9	8,9
finskspråkig flicka	14,3	14,3	14,3	28,6	35,7	7,1
pojke	23,7	10,5	10,5	26,3	28,9	10,5

Gymnastikläraren ger mig personligen råd och instruktioner:

	%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka	14,6	31,7	31,7	19,5	24,4	9,8
pojke	20,0	28,6	28,6	25,7	25,7	-
finskspråkig flicka	4,3	26,1	26,1	56,5	8,7	4,3
pojke	27,8	22,2	22,2	19,4	25,0	5,6

Gymnastikläraren klagar över mina idrottsprestationer:

	%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka	41,5	22,0	22,0	24,4	7,3	4,9
pojke	47,2	27,8	27,8	16,7	2,8	5,6
finskspråkig flicka	59,3	25,9	25,9	11,1	-	3,7
pojke	21,1	31,6	31,6	26,3	13,2	7,9

Jag har möjlighet att påverka innehållet på gymnastiktimmarna:

	%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka		21,4	14,3	35,7	23,8	4,8
pojke		17,1	34,3	17,1	28,6	2,9
finskspråkig flicka		14,3	21,4	35,7	21,4	7,1
pojke		27,0	24,3	21,6	24,3	2,7

Jag är nöjd med gymnastiklärarens sätt att undervisa:

	%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka		27,5	20,0	32,5	10,0	10,0
pojke		19,4	16,7	33,3	25,0	5,6
finskspråkig flicka		11,1	3,7	29,6	37,0	18,5
pojke		24,3	16,2	21,6	27,0	10,8

Gymnastikläraren har bra kontroll över klassen:

	%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka		11,9	14,3	50,0	21,4	2,4
pojke		16,2	24,3	27,0	27,0	5,4
finskspråkig flicka		-	7,4	33,3	37,0	22,2
pojke		13,9	5,6	25,0	38,9	16,7

Gymnastikläraren frågar hur eleverna har det:

	%	h av annan	annan	dels av	samma	h av samma
svenskspråkig flicka		45,7	25,7	20,0	5,7	2,9
pojke		41,7	27,8	22,2	8,3	-
finskspråkig flicka		3,4	20,7	27,6	17,2	31,0
pojke		28,9	18,4	13,2	21,1	18,4

18. Rädd för att stöta eller skada sig

	%	mycket ofta	ofta	ibland	sällan	aldrig	
svenskspråkig flicka		-	-	31,8	47,7	20,5	n=44
pojke		2,7	2,7	5,4	51,4	37,8	n=38
finskspråkig flicka		-	3,2	6,5	48,4	41,9	n=32
pojke		-	2,4	19,5	58,5	19,5	n=41

19. Obehagligt när klasskompisarna ser idrottsutföranden

	%	h av annan	annan	samma	h av samma	ingen
svenskspråkig flicka		18,2	29,5	15,9	2,3	34,1
pojke		48,6	24,3	5,4	-	21,6
finskspråkig flicka		32,3	45,2	12,9	3,2	6,5
pojke		36,6	26,8	17,1	2,4	17,1

20. Olika test och tävlingssituationer ökar mitt intresse

	%	h av annan	annan	samma	h av samma	ingen
svenskspråkig flicka		47,7	22,7	13,6	4,5	11,4
pojke		13,5	21,6	37,8	21,6	5,4
finskspråkig flicka		19,4	22,6	19,4	9,7	29,0
pojke		9,8	22,0	39,0	19,5	9,8

21. Urvalet av grenar är:

	%	m mångsidigt	mångsidigt	ensidigt	m ensidigt	ingen
svenskspråkig flicka		-	45,5	38,6	9,1	6,8
pojke		8,1	62,2	27,0	-	2,7
finskspråkig flicka		3,2	64,5	19,4	-	12,9
pojke		2,4	56,1	26,8	7,3	7,3

22. Innehållet i gymnastikundervisningen är:

	%	m utmanande	utmanande	lämpligt	lätt	m lätt
svenskspråkig flicka		2,3	15,9	63,6	18,2	-
pojke		2,7	10,8	59,5	24,3	2,7
finskspråkig flicka		-	6,5	77,4	16,1	-
pojke		2,4	17,1	63,4	12,2	4,9

23. Fysiskt tunga lektioner:

	%	m tunga	tunga	lämpliga	lätta	m lätta
svenskspråkig flicka		-	14,0	58,1	25,6	2,3
pojke		-	-	50,0	39,5	10,5
finskspråkig flicka		-	6,5	77,4	16,1	-
pojke		-	22,5	60,0	17,5	-

24. Lära sig nytt:

	%	mycket ofta	ofta	ibland	sällan	m sällan
svenskspråkig flicka		2,3	9,3	41,9	37,2	9,3
pojke		-	15,8	34,2	39,5	10,5
finskspråkig flicka		-	12,9	64,5	19,4	3,2
pojke		2,5	20,0	45,0	17,5	15,0

25. Undervisningen intressant:

	%	mycket ofta	ofta	ibland	sällan	m sällan
svenskspråkig flicka		2,3	9,3	48,8	30,2	9,3
pojke		2,6	26,3	57,9	7,9	5,3
finskspråkig flicka		3,2	38,7	38,7	12,9	6,5
pojke		-	25,0	50,0	15,0	10,0



Anser du att gymnastik är ett nödvändigt skolämne?

Svenska pojkar

NÖDVÄNDIGT

ONÖDIGT

<p>Man behöver uthållighet            Det är bra att få motion            Jag vill ha bra kondition            Så att man inte skulle bli en "läski"            Annars blir porukka läski            Om man inte rör på sig så mycket, blir man klumpig            Det behövs för att höja "yleiskunto" i samhället            Man behöver kondis            Motion är alltid bra            Man behöver motionering            Det är bra att röra sig            För att om det inte skulle finnas det skulle några elever bli fläskiga            Man får lite kondition i skolan</p>	13	<p>Man behöver gymnastiken för ingenting</p>	1
<p>Man lär sig nya grenar            Få pröva på olika grenar</p>	2		
<p>Man får omväxling i allt det tråkiga            Annars skulle skolan va för tråkig            Jag tycker själv om gymnastik            Alla behöver motion och man orkar helt enkelt inte ha läseämnena varje timme            Det är bara så roligt            Man kan koppla av allt skrivande och räknande mm. i gymnastiken            Det är bra att ha jomppa, något annat än bara sitta på skolbänken            Man glömmer skolan            Det är omväxling till det vardagliga skolarbetet            Lite variation</p>	10		
<p>Annars skulle man inte idrotta tillräckligt            Jag tycker att alla skall motionera            De som idrottar inte på fritid får alla fall något gymnastik på en vecka            Det finns många som inte sportar över huvudetaget, så det är helt bra för dem            Jag tex. går annars bara hem och programmerar            Många sportar inte alls på sin fritid, så två timmar i veckan är absolut minimi            Jag gör ingenting på min fritid så ända gången jag rör på mig är på gymnastiktimmen            Det är bra för att om en elev inte gymnastiserar på fritid så får han/hon motion            För det finns så många fläskiga typer som inte utövar någon sport            De som inte sportar på fritiden får i allafall 1 gång i veckan idrotta            För såna som inte sportar på sina fritider är det mycket nödvändigt            För personer som aldrig idrottar måste ens ha en chans att röra på sig i skolan</p>	12		

Är gymnastiken ett nödvändigt ämne?

Svenska flickor

NÖDVÄNDIGT

ONÖDIGT

<p>Om man inte skulle ha gymnastik skulle människorna vara lata och oenergiska Jag själv idrottar på fritiden men de som inte gör det behöver skolgymnastik För dem som inte har några fritids-sysselsättningar är den nödvändig (på sportighåll) Annars rör ju sig några flickor/pojkar inte alls De ungdomar som inte sportar på fritiden så gör ju det åtminstone i skolan Det är många som annars inte idrottar alls Vissa kanske inte motionerar på sin fritid - då får de göra det i skolan Om man inte har någö sport hobbyn så är de bra att ha gy. i skolan Om man ibland är lat, eller har mycket och göra hemma så kanske man inte alltid går ut och idrottar, utan då gör man det i skolan Man måste ju tänka på dom som kanske inte alls rör på sig Annars blir det kanske inte av för vissa att röra på sig Alla måst ju nån gång sporta För såna som inte sportar på fritiden är det bra Alla måste få motjon om du inte sportar annars så e det bra att göra det i skolan Det finns elever som inte sportar på fritiden och då är skolgymnastiken bättre än ingenting Alla ska få den motion de behöver Det finns elever som inte har någö idrottshobby alls och då är skolgymnastiken det enda de idrottar På fritiden har man kanske inte så mycket tid för idrott om man håller på med många andra hobbyer, då är det bra att ha gymppa i skolan Många (tex jag själv) motionerar för litet på fritiden, därför borde skolgymnastiken vara aktivare än nu Utan gymppa-timmarna skulle några inte alls motionera För det finns många som annars inte idrottar utan bara i skolan De som inte kan idrotta på fritiden får en schans Om vi inte hade gymnastik i skolan så skulle antagligen många elever inte motionera alls Jag brukar inte röra på mig särskilt mycket på fritiden Alla måste idrotta För sådana som inte annars motionerar Det finns ungdomar som rör sig inte tillräckligt, det är bra att de har det i skolan</p>	<p>27</p>	<p>På fritiden skall man idrotta Om man vill ha kondition så nu tror jag att man gör det nog på egen hand</p> <p>Man är smutsig hela dan om man har jumppa</p> <p>Det är dumt när de e helt pakko att jomppa på timmarna</p> <p>Ingen nytta</p>	<p>2</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>
<p>Lagsporter stärker klassandan</p>	<p>1</p>		
<p>Om det inte skulle finnas skolgymnastik skulle många ha usel kondition och vara feta Det är viktigt att hålla sig i form, med tex. hälsan Om man inte rör på sig så orkar man inte så bra Alla måst röra på sig/idrotta mycket, minst en timme/dag för att må bra, få bra bene etc. och klara sig med mindre skador i livet</p>	<p>12</p>		

För att må bra måste man ha en någorlunda kondition  
Om man har inga idrottshobbyn blir man tjock och  
får dålig kondition och ingen motionering  
Det är bra att man rör på sig  
De e bra me motion  
Gymnastik är viktig för kroppen  
Nödvändigt och mycket hälsosamt  
Man är skärptare med bättre kondition  
Det är bra att man får motion i skolan

Det är bra med gymppa för då behöver man inte 2  
ha "skola"  
Annars orkar man inte med skola

Man lär sig olika grenar av gymnastiken och idrotten 9  
Pröva olika saker och grenar  
Det är bra att man lär sig att röra på sig, för det är viktigt  
Gymnastik är viktigt  
Gymnastik är viktigt  
Jag tycker skolgymnastiken är bra för att man prövar  
på olika slags saker  
Det är kiva  
Väcka intresse till idrott  
Skolgympan är varierande och är dessutom rolig

---

Är gymnastiken ett nödvändigt skolämne?

Finskspråkiga pojkar

**NÖDVÄNDIGT**

**F ONÖDIGT**

**F**

Useimmat eivät liiku muuten ollenkaan  
No tyhmä kysymys luokalla on monta ihmistä  
jotka eivät muuten liikkuisi ollenkaan  
Jos joku ei harrasta mitään jos joku maksaa ja  
ei ole rahaa niin koulussa saa sen liikunnan  
Jos ei harrasta muuten liikuntaa niin on hyvä  
että sitä on koulussa  
Ilman koululiikuntaa liikkuisin aika vähän joten  
se on tarpeellinen  
Koululaisille, jotka eivät harrasta liikuntaa,  
mielestäni se on tärkeää  
Koska muuten ei tulisi liikuttua talvella  
Koska silloin niidenkin pitää liikkua ketkä  
eivät harrasta liikuntaa  
Jos esim. joku ei ikinä harrastais eikä liikkuis  
vapaa-ajalla niin onneksi sentään koulussa

**9** Kaikki liikkuvat kuitenkin jonkun verran **4**  
Jos joku haluaa harrastaa liikuntaa niin sen  
pitää olla vapaaehtoista  
Harrasta tarpeeksi liikuntaa vapaa-aikana  
Harrastan muutenkin ihan tarpeeksi liikuntaa

Ei koulun liikuntatunnit liikuntaan kannusta **1**  
, päinvastoin

Ei kunto ihan pohjalukemiin vajoa **17**  
Kunto paranee edes jonkun verran  
Koska muuten pääsis veltostumaan  
Pysyy edes vähän hyvässä kunnossa  
Ilman koululiikuntaa (5 tuntia viikossa) olisin  
rapakunnossa  
Se on hyvä et on ees vähä hyvä kunnos  
Sairaudet ei vaani nii paljo  
Pitää yllä kuntoa  
Koska en tällä hetkellä harrasta juuri mitään,  
niin kunto ei pääse huononemaan ihan liikaa  
Että saa edes joskus liikuntaa  
No, on hyvä liikkua  
Pitää pysyy stimmissä  
Peruskunto on hyvä pitää yllä  
Kunto voisi olla muuten aika maassa  
Kuntoa pitää pitää edes vähän yllä  
Parantaa jengin kuntoa, purkaa stressin  
No, että läskit liikkuu kun ei ne sitä muuten tee  
Pysyy edes jonkinlainen peruskunto

Joskus on hauskaa **5**  
Innostusta liikkumiseen  
On kiva liikkua  
Se on hyvä että koulussakin voi harrastaa  
liikuntaa koska moni tykkää siitä  
Se innostaa ihmiset liikkumaan

Koska koulu olisi aivan tuskaa ilman liikuntaa **4**  
Ilman liikuntaa ei pärjää koulussa  
Se on mukavaa vaihtelua teorialunteihin  
Pääsee välillä pois tunkkaisista luokista

Pääsee harrastamaan lajeja joita ei tavallisesti **2**  
pääsisi esim. telinevoimistelu  
Oppii tekniikoita

Är gymnastik ett nödvändigt skolämne?

Finskspråkiga flickor

<b>NÖDVÄNDIGT</b>	<b>F</b>	<b>ONÖDIGT</b>
<b>F</b>		
<p>Koululiikunta saa "liikkumattomatkin" harrastamaan urheilua            No ainaki niille jotka eivät harrasta koulun ulkopuolella liikuntaa, niin tulee edes jonkin verran liikuttuu viikos            Melkein ainut paikka jossa pidän kuntoani edes vähän yllä            Kaikilla olisi mahdollisuus liikkua ja urheilla edes kerran viikossa            Jos muuten ei kuntoile niin koulussa sitten tulisi liikuttua            Koska liikunta on tärkeää ja jos joku ei harrasta muuten liikuntaa on hyvä, että harrastaa edes koulussa            Kaikki ei välttämättä muuten liiku            Muuten ei tulisi liikuttua lähes ollenkaan            Kaikki eivät liiku vapaa-ajalla, joten on hyvä että koulussa saavat            Ilman koulun liikuntaa joidenkin ei tulisi liikkua ollenkaan            Jos koulun ulkopuolella ei pääse liikkumaan muuten            No jos joku ei vaikka harrasta mitään liikuntaa niin koulussa edes on...            Joskus koululiikunta on ainut liikunta ja sitä pitäisi olla enemmän            Jos joku ei harrasta liikuntaa vapaa-ajalla niin se jäisi muuten kokonaan pois            Nuorten on saatava liikuntaa, jos ne eivät saa sitä niin kaikki eivät sitä tee vapaa-aikanaan            Ne jotka eivät liiku koulun jälkeen, eivät harrastaisi silloin ollenkaan liikuntaa, huono homma            Koska jos joku ei harrasta koulun ulkopuolella mitään, niin on hyvä että saa edes kerran viikossa liikuntaa koulussa            Koska jotkut eivät harrasta liikuntaa koulun ulkopuolella            Jotkut eivät liiku vapaa-ajalla yhtään, joten on joskus ihan hyvä niidenkin liikkua            Koska kaikki eivät liiku koulun ulkopuolella            Jotkut eivät harrasta liikuntaa ollenkaan koulun ulkopuolella, joten on tarpeellista, että myös nämä henkilöt saavat mahdollisuuden harrastaa liikuntaa            Muuten kaikki jotka ei harrasta mitään makais vaan sohvalla ja söis jauhelihaa</p>	22	-
<p>Hyvää vastapainoa muulle koulutyölle            Se tuo vaihtelua            Liikunnalla voi tappaa aikaa            Koska muuten ei olisi mitään erillistä ja kaikissa aineissa vain istutaan            Erilaista ku muut kouluaineet, vaihtelua</p>	5	
<p>Liikuntaa pitäisi olla enemmän koulussa koska liikkuminen ja siihen kannustaminen on tärkeää</p>	1	

---

Jokainen tarvitsee kuitenkin liikuntaa, joten sitä on hyödyllistä saada koulussa Kasvattaa kuntoa, terveellistä Vartalo pysyy paremmassa kunnossa, liikunnasta tulee hyvä olo Ihmisten on hyvä liikkua Kyllä nuorten pitää liikkua	5
Kiva kokeilla eri lajeja	1

---

Trivseln på gymnastiklektionerna jämfört med andra ämnen i skolan. Talet (%) anger andelen elever som trivs bättre på gymnastiklektionen än i ämnet som jämförs.

gymnastik-	SVENSK		FINSK		TOTALT
	pojke	flicka	pojke	flicka	
matematik	84.2	72.7	68.3	71.9	74.2
modersmål	94.7	50,0	80.0	71.0	73.2 1)
engelska	92.1	59.1	61.0	75.0	71.0 2)
geografi	76.3	48.8	53.7	59.4	59.1 3)
kemi	68.4	70.5	51.2	78.1	66.5 4)
historia	73.7	45.5	37.5	46.9	50.6 5)
religion	92.1	46.5	62.5	78.1	68.6 6)
finska/ruotsi	81.1	38.6	78.0	81.3	68.2 7)
biologi	84.2	47.6	65.0	71.9	66.4 8)
fysik	82.9	87.2	66.7	81.3	79.3
annat språk	87.5	38.5	69.0	69.6	64.2 9)
musik	84.8	23.1	57.5	27.6	48.2 10)
bildkonst	68.6	37.1	39.0	46.7	47.5 11)
teknisk slöjd	62.9	63.3	47.2	58.3	57.5
huslig ekonomi	50.0	17.9	60.0	30.4	39.1 12)
datateknik	50.0	60.0	41.7	71.4	52.7
textil slöjd	96.4	31.6	90.0	30.0	59.4 13)
annat ämne	92.9	100.0	66.7	83.3	76.5 14)

svp= svenska pojkar, fip= finska pojkar, svf= svenska flickor, fif= finska flickor, språk= språk grupp

- 1) kön,  $\chi^2=15.846$ ,  $df=1$ ,  $p=.000$
- 2) svp-fip,  $\chi^2=10.463$ ,  $df=1$ ,  $p=.001$
- 3) svp-fip,  $\chi^2=4.425$ ,  $df=1$ ,  $p=.035$
- 4) kön,  $\chi^2=4.498$ ,  $df=1$ ,  $p=.034$
- 5) språk,  $\chi^2=4.365$ ,  $df=1$ ,  $p=.037$  / svp-fip,  $\chi^2=10.314$ ,  $df=1$ ,  $p=.001$
- 6) kön,  $\chi^2=5.086$ ,  $df=1$ ,  $p=.024$  / svp-fip,  $\chi^2=9.622$ ,  $df=1$ ,  $p=.002$  / svf-fif,  $\chi^2=7.640$ ,  $df=1$ ,  $p=.006$
- 7) kön,  $\chi^2=9.312$ ,  $df=1$ ,  $p=.002$  / språk,  $\chi^2=8.126$ ,  $df=1$ ,  $p=.004$  / svf-fif,  $\chi^2=13.694$ ,  $df=1$ ,  $p=.000$
- 8) kön,  $\chi^2=4.498$ ,  $df=1$ ,  $p=.034$  / svf-fif,  $\chi^2=4.390$ ,  $df=1$ ,  $p=.036$
- 9) kön,  $\chi^2=11.014$ ,  $df=1$ ,  $p=.001$
- 10) kön  $\chi^2=28.379$ ,  $df=1$ ,  $p=.000$  / svp-fip,  $\chi^2=6.423$ ,  $df=1$ ,  $p=.011$  / svf-fif,  $\chi^2=5.599$ ,  $df=1$ ,  $p=.018$
- 11) svp-fip,  $\chi^2=6.612$ ,  $df=1$ ,  $p=.010$
- 12) kön,  $\chi^2=13.722$ ,  $df=1$ ,  $p=.000$
- 13) kön,  $\chi^2=42.847$ ,  $df=1$ ,  $p=.000$
- 14) svf-fif,  $\chi^2=4.444$ ,  $df=1$ ,  $p=.035$

TABELL 7. De tre trevligaste ämnena i skolan.

De tre trevligaste ämnena i skolan			
Svensk		Flicka	
Pojke	%		%
Gymnastik	24.6	Huslig ekonomi	17.2
Huslig ekonomi	15.8	Bildkonst	14.1
Teknisk slöjd	10.5	Textilslöjd	8.6
Datateknik	9.6	Historia	7.8
Bildkonst	7.9	Gymnastik	7.0
Historia	7.0	Musik	7.0
Annat ämne	24.6	Tyska	7.0
		Annat ämne	31.3
Totalt	100.0		100.0
	n=38		n=43

TABELL 7. De tre trevligaste ämnena i skolan.

De tre trevligaste ämnena i skolan			
Finsk		Flicka	
Pojke	%		%
Gymnastik	17.9	Gymnastik	20.2
Historia	13.7	Musik	16.0
Datateknik	13.7	Historia	12.8
Huslig ekonomi	8.5	Textilslöjd	10.6
Bildkonst	7.7	Bildkonst	9.6
Teknisk slöjd	6.8	Huslig ekonomi	8.5
Annat ämne	31.7	Annat ämne	22.3
Totalt	100.0		100.0
	n=39		n=34



TABELL 7. Det trevligaste ämnet i skolan.

Det trevligaste ämnet i skolan			
Svensk		Flicka	
Pojke	%		%
Gymnastik	44.7	Huslig ekonomi	23.3
Huslig ekonomi	15.8	Bildkonst	20.9
Historia	10.5	Textil slöjd	14.0
Datateknik	7.9	Historia	9.3
Annat ämne	21.1	Annat ämne	32.5
		*)	
Totalt	100.0		100.0
	n=38		n=43

\*) Gymnastik 4.7 %

TABELL 7. Det trevligaste ämnet i skolan.

Det trevligaste ämnet i skolan			
Finsk		Flicka	
Pojke	%		%
Gymnastik	33.3	Musik	31.3
Datateknik	15.4	Bildkonst	21.9
Teknisk slöjd	10.3	Textil slöjd	12.5
Bildkonst	7.7	Gymnastik	9.4
Annat ämne	33.3	Annat ämne	24.9
Totalt	100.0		100.0
	n=39		n=32

Vad svenskspråkiga elever anser vara trevligt på gymnastiklektionerna.

Vad är trevligt i skolgymnastiken?

POJKAR

FLICKOR

En idrottsgren	24	En idrottsgren	22
Mångsidigt och varierande	8	Lära sig något nytt	8
Inget läseämne	5	Idrott utanför skolan	7
Idrott är roligt	2	Mångsidigt och varierande	4
Idrott utanför skolan	2	Inget läseämne	4
Lära sig något nytt	2	Kompisar	4
Kompisar	2	Test och tävlingar	3
Test och tävlingar	2	Man får röra på sig	3
Trevlig lärare	2	Idrott är roligt	2
Bra idrottsutrymmen	1	Trevlig lärare	1
Man får röra på sig	1	Förbättrad kondition	1
Möjlighet att påverka innehållet	1	När man inte blir svettig	1
När man är bättre än andra	1	Lite tester och tävlingar	1
Uppvärmning	1		

Vad finskspråkiga elever anser vara trevligt på gymnastiklektionerna.

Vad är trevligt i skolgymnastiken?

POJKAR

FLICKOR

En idrottsgren	12	Kompisar	18
Lära sig något nytt	5	Lära sig något nytt	10
Trevlig lärare	4	En idrottsgren	7
Kompisar	4	Man får röra på sig	6
Idrott är roligt	4	Förbättrad kondition	5
Test och tävlingar	3	Idrott är roligt	3
Man får röra på sig	3	Idrott utanför skolan	2
Mångsidigt och varierande	3	Trevlig lärare	2
Inget läseämne	3	Man mår bra efter timmen	2
Möjlighet att påverka innehållet	2	Mångsidigt och varierande	1
Hälsolära	2	När man inte blir svettig	1
Idrott utanför skolan	1	När man får sluta tidigare	1
Man mår bra efter timmen	1		
Idrott tillsammans med flickor	1		
Uppvärmning	1		
När man inte behöver delta	1		
När man är bättre än andra	1		
Möjlighet att påverka innehållet	1		

Vad svenskspråkiga elever anser vara tråkigt i skolgymnastiken.

Vad är tråkigt i skolgymnastiken?

POJKAR

FLICKOR

En idrottsgren	16	Test och tävlingar	31
Läraren	13	Läraren	14
Test och tävlingar	12	En idrottsgren	8
För lite gymnastik i skolan	4	Innehållet ensidigt	7
Man är dålig i idrott	3	För lätta timmar	6
Innehållet ensidigt	3	Omotiverade kompisar	5
Omotiverade kompisar	2	Man är dålig i idrott	3
Ta med idrottsgrejor till skolan	2	Allt är obligatoriskt	2
Långa avstånd till idrottsplatserna	2	Fel tidpunkt	1
Dålig utrustning	1	Dåligt idrottsutrymme	1
Man blir mobbad	1	Två som väljer lag	1
För lätta timmar	1	För lite tånjning	1
		Det kostar	1
		För stor grupp	1

Vad finskspråkiga elever anser vara tråkigt i skolgymnastiken.

Vad är tråkigt i skolgymnastiken?

POJKAR

FLICKOR

Läraren	19	Läraren	10
En idrottsgren	12	En idrottsgren	9
Test och tävlingar	9	Test och tävlingar	5
Man blir svettig	3	Man blir svettig	4
Innehållet ensidigt	3	Innehållet ensidigt	3
Fel tidpunkt	2	För lite gymnastik i skolan	1
Inga raster	2	Inga raster	1
Ta med idrottsgrejor till skolan	2	Man är dålig i idrott	1
Omotiverade kompisar	2	Andra ser på när man idrottar	1
Man är dålig i idrott	2	Bråttom till lektionerna	1
Spelregler	1	Dåligt idrottsutrymme	1
Allt är obligatoriskt	1		
Teori lektioner	1		
Vara ute i dåligt väder	1		
Tånjning	1		
Fysiskt tungt	1		
Att man skadar sig	1		

## En omtänksam och bra undervisare

Trivsel	m	sa	n
Dåligt	1.66 <sup>1) 2)</sup>	.680	44
Medelmåttigt	2.00 <sup>2)</sup>	.834	24
Bra	2.35 <sup>1)</sup>	.752	43

1)LSD, p=.000, 2)LSD, p=.002

Trivselgrupp: F=10.08, df=2, p=.000

## Samspel mellan elev och lärare

Trivsel	m	sa	n
Dåligt	1.83	.842	47
Medelmåttigt	1.90	.860	29
Bra	2.21	.750	42

Trivselgrupp: F=7.74, df=2, p=.43

## Gymnastiklektionens nivå

Trivsel	m	sa	n
Dåligt	1.98	.671	61
Medelmåttigt	2.17	.773	36
Bra	2.28	.601	53

Trivselgrupp: F=2.95, df=2, p=.056

## Social ställning i skolan (alla)

Trivsel	m	sa	n
Dåligt	1.79	.765	63
Medelmåttigt	1.97	.822	35
Bra	2.30	.633	54

Trivselgrupp: F=7.43, df=2, p=.001

## Social ställning i skolan (flickor)

Trivsel	m	sa	n
Dåligt	1.62	.673	39
Medelmåttigt	2.00	.840	18
Bra	2.37	.684	19

Trivselgrupp: F=7.28, df=2, p=.001

## En omtänksam och bra undervisare

Trivsel	m	sa	n
Dåligt	1.73	.667	26
Medelmåttigt	1.91	.831	11
Bra	2.80	.414	15

Trivselgrupp: F=13.52, df=2, p=.000