



Hösten 2011

Lärarytbildningen

Examensarbete

Fritidshemmets möjlighet att komplettera skolan i idrott och hälsa

- En studie utifrån sex fritidspedagogers perspektiv

Författare

Anna Johnsson

Jenny Olsson

Handledare

Sandra Nilsson

www.hkr.se

Fritidshemmets möjlighet att komplettera skolan i idrott och hälsa

- En studie utifrån sex fritidspedagogers perspektiv

Abstract

Studien inriktar sig på hur sex fritidspedagogerna ser på elevers hälsa och om fritidspedagogerna medvetet kompletterar skolan i idrott och hälsa. En kvalitativ undersökning har gjorts i två olika kommuner där sex semistrukturerade intervjuer, med utbildade fritidspedagoger, genomförts. Valet av denna metod gjordes med anledning av att få fritidspedagogernas åsikter och för att fritidspedagogerna skulle få möjlighet att komplettera sina svar utifrån deras behov. Några nedslag i forskning på området i denna studie visade att arbetar pedagoger medvetet och aktivt med elevernas hälsoutveckling kan det positivt inverka på eleverna, minskade sjukdomar, ökad koncentration och en god hälsa. Resultatet efter våra semistrukturerade intervjuer visade att fritidspedagogerna kompletterar skolan i idrott och hälsa genom att erbjuda fysiska aktiviteter, näringsrikt mellanmål och samtalar med eleverna om deras hälsa. Andra resultat som framkom under undersökningen var fritidspedagogernas intresse av elevernas hälsa, att det är viktigt att jobba med elevernas fysiska hälsa, kost och att eleverna är medvetna om de val de gör.

Ämnesord: Hälsa, fritidshem, fritidspedagoger, skola

INNEHÅLL

Förord.....	6
1 INLEDNING.....	7
1.1 Bakgrund.....	7
1.2 Syfte och frågeställningar.....	8
1.3 Definition av begrepp.....	8
1.4 Styrdokument och allmänna råd med kommentarer	9
1.4.1 Läroplanen Lgr11	9
1.4.2 Allmänna råd med kommentarer.....	10
1.5 Teoretisk utgångspunkt	10
2 LITTERATURGENOMGÅNG	11
2.1 Fysisk hälsa	11
2.1.1 Fysisk hälsa i skolan och fritidshemmet	12
2.1.2 Kost	15
2.2 Social hälsa.....	16
2.3 Psykisk hälsa	17
2.3.1 Emotionell och intellektuell	18
3 METOD.....	20
3.1 Urval och undersökningsgrupp	20
3.2 Insamlingsmetod	20
3.3 Bearbetning och analys	21
3.4 Etiska överväganden	21
4 RESULTAT OCH ANALYS	22
4.1 Fritidspedagogernas egen syn på hälsa samt deras syn på elevernas hälsa.....	22
4.1.1 Vad är hälsa för dig?	22
4.1.2 Hur ser du/skolan på elevers hälsa?	22
4.1.3 Hur jobbar ni för att påverka elevernas hälsa?.....	23
4.2 Analys.....	24
4.3 Hur fritidshemmet kompletterar skolan i idrott och hälsa.....	25
4.3.1 Har ni ett nära samarbete med skolan för att hjälpa de elever som behöver extra hjälp för att förbättra sin hälsa?.....	25

4.3.2 Hur jobbar ni på fritidshemmet med att komplettera ämnet idrott och hälsa?	26
4.4 Analys.....	27
4.5 Fritidspedagogers utbildning inom ämnet idrott och hälsa	28
4.5.1 Har du någon utbildning om elevernas hälsa det vill säga idrott, rörelser eller liknande?	28
4.6 Analys.....	28
4.7 Hur fritidspedagoger vill jobba med elevers hälsa.....	29
4.7.1 Hur skulle du vilja jobba med elevernas hälsa?	29
4.8 Analys.....	29
4.9 Sammanfattande Analys.....	30
5 DISKUSSION	31
5.1 Metoddiskussion.....	31
5.2 Resultatdiskussion.....	32
5.3 Vidare forskning.....	34
REFERENSLISTA.....	35
Bilaga 1.....	38

Förord

Vi vill börja med att tacka vår handledare Sandra Nilsson för handledningen av vår studie.

Vi vill även tacka fritidspedagogerna som deltagit i den empiriska undersökningen. Det har varit en lärorik process. Vår kunskap inom området har stärkts och kännedomen om elevers hälsa har tydliggjorts.

Jenny Olsson och Anna Johnsson

Kristianstad, 2012

1 INLEDNING

Hur ser fritidspedagoger på elevers hälsa och arbetar de medvetet med att komplettera skolan i idrott och hälsa? Eftersom många elever går på fritidshem efter skolan känns det som en viktig fråga för pedagogerna. Samhället har idag tagit bort mycket av vardagsmotionen för eleverna, föräldrarna har många tider att passa, eleverna skjutsas till och från skolan, till och från fritidsaktiviteterna. Detta beskriver Bremberg och Ericsson (2010) i sin undersökning att övervikt kan bero på den minskade vardagsmotionen. Vilket gör att barn och ungdomar i dag är mer bekväma och skulle eventuellt protestera om de skulle behöva gå någonstans. Idag känner vi det som att skolan har öppnat ögonen och erbjuder eleverna fysiska aktiviteter under hela skoldagen, men är det tillräckligt? I skollagen står det att fritidshemmet ska komplettera skolan och erbjuda eleverna en meningsfull fritid med utvecklande möjligheter och att verksamheten skall utgå ifrån varje individs behov (skolinspektionen, 2010). Fritidshemmet ska hjälpa eleverna i deras intellektuella, sociala, emotionella och fysiska utveckling (Skolinspektionen, 2010). Fritidshemmets verksamhet har idag stora möjligheter att erbjuda olika aktiviteter som fostrar eleverna i deras hälso- och livsstilsutveckling. Det inkluderar den sociala -, psykiska -, fysiska - och den emotionella hälsan. Finns det ett samspel mellan skola och fritidshem, det vill säga vet skolan vad som sker på fritidshemmet samt finns det en medvetenhet kring fritidspedagogernas arbete och tvärtom?

1.1 Bakgrund

Författarna till denna studie läser sista terminen på lärarutbildningen med inriktning lärare mot fritidshem och skola i ett helhetsperspektiv. Under studietiden har vi varit intresserade av idrott och hälsa, men under specialiseringsterminen läste vi fysisk aktivitet i ett hälsofostrande perspektiv där vi insåg hur viktigt det är att hela skolan, och fritidshemmet, arbetar främjande med elevers hälsa. Vi vill med denna undersökning studera hur fritidshemmen arbetar med att utveckla elevers hälsa och hur de gör det tillsammans med skolan. I en undersökning som skolinspektionen (2010) gjort visas att fritidshem skulle kunna öka sin kvalitet för att stimulera elevernas utveckling. Granskningen visar att det under flera år har varit bristande kvalitet i fritidshemmet vilket gör att verksamheten blir barnpassning istället för en pedagogisk verksamhet. Ett mål som Statens folkhälsoinstitut (2011) har är att främja barns hälsa under en längre period, helst inför resten av livet. Folkhälsoinstitutet föreskriver att barn och ungdomar utvecklar sin rörelseförmåga, stärker skelettet och deras muskler genom att

vara fysiskt aktiva. Detta minskar risken för hälsoproblem vid möjlighet till förbättrad hälsa (Statens folkhälsoinstitut, 2011).

Livsmedelsverket (2004) rekommenderar minst 60 minuters fysisk aktivitet per dag, där både låg och hög intensitet förekommer samt att det är varierande inslag av aktiviteter för att utveckla barns rörelsemönster. Livsmedelsverket föreslår för en hälsosam livsstil att barn och vuxna borde vara fysiskt aktiva i kombination med en varierad och balanserad kost. Efter att bland annat tagit del av dessa olika studier och rekommendationer vill vi undersöka om, och på vilket sätt, pedagoger använder sig av dessa rekommendationer.

1.2 Syfte och frågeställningar

Ett av fritidshemmets uppdrag är att komplettera skolan tids- och innehållsmässigt. I det här arbetet kommer fokus ligga på hur fritidshemmen arbetar med att komplettera skolan i idrott och hälsa. Syftet med studien är att belysa hur några fritidspedagoger uppfattar att de arbetar främjande med elevers hälsa.

Våra frågeställningar är:

- Hur säger sig fritidspedagoger arbeta för att komplettera skolan i idrott och hälsa?
- Hur vill fritidspedagoger främja elevernas hälsoutveckling?

1.3 Definition av begrepp

De begrepp som är centrala i denna undersökning är hälsa och fritidshemmet.

Hälsa:

Enlig Världshälsoorganisationen, WHO (Tankesmedjan, 2008), år 1946 ansåg organisationen att hälsa inte endast innebär att vara fullt frisk utan även att den är kombination av trygghet och socialt sammanhang, det vill säga att det fysiska, psykiska och sociala samspekar. 2006 ändrade WHO sin definition av hälsa till att vara ett kapital i vardagslivet, inte målsättningen med livet. Hälsa är något positivt och som framhåller det sociala och de individuella resurserna samt den fysiska förmågan (Tankesmedjan, 2008). Vi kommer att använda oss av den nyare definitionen.

Fritidshemmet:

Skolverkets definition av fritidshemmet:

”... dessutom skall fritidshem ge barn den omsorg som krävs för att föräldrar skall kunna förena föräldraskap med förvärvsarbete och studier”(Skolverket, 2007 s 11).

Enligt artikeln pedagogisk forskning i Sverige (2009) beskriver Haglund fritidshemmet som en pedagogisk gruppaktivitet som skall komplettera skolan och erbjuda eleverna en meningsfull fritid. I vårt arbete kommer vi att använda oss av skolverkets definition av fritidshemmet samt Haglunds (2009) definition av fritidshemmet. Fritidshemmet är som en pedagogisk gruppaktivitet som skall ge elever den omsorg och meningsfulla fritid som de kräver.

1.4 Styrdokument och allmänna råd med kommentarer

Här nedan behandlas Lgr11 (2011) och skolverkets allmänna råd med kommentarer (2007) utifrån vad som tas upp om elevers hälsoutveckling för att få en inblick i vad skolan skall arbeta mot.

1.4.1 Läroplanen Lgr11

I *läroplanen för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet*, Lgr11, (2011) skrivs det att kreativt arbete, lek och att erbjuda eleverna daglig fysisk aktivitet är viktiga delar i den pedagogiska verksamheten.

”Skapande arbete och lek är väsentliga delar i det aktiva lärandet. Särskilt under de tidiga skolåren har leken stor betydelse för att eleverna ska tillägna sig kunskaper” (Lgr11, 2011, sid 9).

Det är viktigt att skolan, och fritidshemmet, ger eleverna förståelse för hur de kan påverka sitt sätt att leva och därigenom hur deras hälsa påverkas. Genom att ge den enskilde individen välbefinnande, utveckling och omsorg, präglar detta verksamheten. Lgr11 beskriver att all utbildning inom skolan och fritidshemmet ska vara likvärdig över hela landet. Låter vi eleverna vara delaktiga i planeringen och utvärderingen i den dagliga verksamheten kan eleverna utveckla inflytande och ta ansvar. Ett av skolans uppdrag är att stimulera eleverna och att växa med deras uppgifter, samt att de i sina skolarbeten uppmärksammar hälso- och livsstilsfrågor. För att varje skola skall utvecklas behöver den en pedagogisk ledning och

professionella lärare som tar ansvar, vilket kräver att arbete sker i samspel mellan all personal i skolan, mellan elever och i kontakt med samhället och hemmet.

1.4.2 Allmänna råd med kommentarer

Allmänna råd (skolverket, 2007) beskriver att det är viktigt att verksamheten är varierande och med inslag av dans, musik, fysisk aktivitet och skapande. Det är genom dessa olika aktiviteter elever lär sig att tänka i mönster, utvecklas, lösa problem hantera information och förändras. Allmänna råd menar att det är viktigt att eleverna får pröva på och utveckla sin fysiska, psykiska och sociala kompetens samt att pedagogerna ska bidra till en meningsfull fritid som är utvecklande och stimulerande. Det är viktigt att kommunerna ser till att fritidshemmets miljö är trygg och hälsoutvecklande samt även att verksamheten kompletterar skolan både tids- och innehållsmässigt. Allmänna råd beskriver att det är viktigt att erbjuda näringsrika mål för att främja elevernas hälsa, genom att ge eleverna näringsrik mat hjälper pedagogerna eleverna till goda kostvanor.

1.5 Teoretisk utgångspunkt

Utgångspunkten för studien grundas på det sociokulturella perspektivet eftersom fritidshemmet fokuserar på elevers sociala utveckling. Hälsoutvecklingen sker ofta i samspel med andra individer. Strandberg (2006) tolkar Vygotskijs tankar att lärande först sker i samspel med andra för att sedan bli ett individuellt lärande. Vygotskij (1978) egna teori var att först lära sig på en socialnivå för att sedan övergå till en individuell nivå. Vi uppfattar att fritidshemmet främst arbetar på en social nivå för att arbeta mot vårt uppdrag, att komplettera skolan tids- och innehållsmässigt.

2 LITTERATURGENOMGÅNG

I litteraturgenomgången bearbetas fysisk -, psykisk – och social hälsa med fokus på vår frågeställning, hur kan fritidshemmet arbeta för att komplettera skolan i idrott och hälsa?

2.1 Fysisk hälsa

I undersökningen gjord av Myndigheten för skolutvecklingen (2005), som numera finns under skolverket, visar det sig att de flesta barn i dag är mer aktiva i idrottsaktiviteter än tidigare. Problemet är att barn som inte är aktiva verkar bli mindre aktiva ansåg Myndigheterna för skolutvecklingen (2005). Under uppväxtåren menar Nationellt centrum för främjande av god hälsa hos barn och ungdom, NCFF, (2011) att det är viktigt att röra på sig eftersom det under rörelse vi bygger upp våra muskler, vårt skelett och vår rörelseförmåga. NCFF tycker att fysisk aktivitet ska ses som en kroppslig tandborstning och med fysisk aktivitet som är hälsofrämjande menar de att det är rörelser som påverkar hälsa positivt utan att ge några skador. Eriksson (2008) beskriver att hälsa är något vi människor föds med och ohälsa kommer av olika val vi gör i livet, till exempel brist i framgång, hinder eller andra val som påverkar oss. Ohälsa och sjukdom är något som alltid funnits i vår tillvaro och kommer troligtvis alltid att finnas eftersom människans liv kantas av smärta, sorg och glädje . Eriksson (2008) påstår att vi påverkas olika i tid och rum, individen, samhället, miljön omkring oss och hur vi använder oss av livet. De beteenden och vanor som människan lär sig under deras tidiga del av livet menar Bremberg och Eriksson (2010) är grundläggande för hur deras liv och hälsa är under resterande del av livet. I en undersökning som Bremberg och Eriksson (2010) gjort framgick det att barn och unga som drabbas av övervikt och fetma har ökat avsevärt från 1970-talet till 2000-talet, därefter visar undersökningen på att det har avstannat både för barn i tio års ålder och för ungdomar 16-24 år. Hälsoutvecklingen har under en längre period varit positiv bland barn och ungdomar, många sjukdomar har blivit sällsynta och risken att drabbas av ohälsa i sitt vuxna liv har minskat (Bremberg och Eriksson, 2010).

I en rapport från Tankesmedjan (2008) beskrivs att fysisk aktivitet förnyar hjärnceller och att stress kan blockera kopplingar mellan våra två hjärnhalvor samt att fysisk aktivitet är bra för att lösa upp kopplingar. Enligt Myndigheterna för skolutveckling (2005) är leken både ute och inne den viktigaste kopplingen för barnen till fysisk aktivitet. Dewey (2005) menar att skolan ska spegla samhället, det vill säga det är viktigt att skolan ger eleverna en bra grund i hur

samhället fungerar och vad som krävs av dem, till exempel att det är viktigt att ha en sund och stark kropp för att klara av olika påfrestningar som kan komma i framtida yrket.

2.1.1 Fysisk hälsa i skolan och fritidshemmet

Grindberg och Jagtøien (2000) menar att i den svenska fritidspedagogutbildningen eller utbildningen för lärare mot fritidshemmet och skolan används vanligtvis rörelse istället för den norska definitionen fysisk fostran. Sträng (2005) anser att pedagogernas mål med aktiviteter är att leda eleverna och som Parling (2005) beskriver att aktiviteterna ska stimulera elevernas motoriska utveckling samt hjälpa till en bättre kroppsuppfattning. Parling menar, i enlighet med Lgr 11 (2011), att elever ska känna njutning, glädje och tillfredsställelse i ämnet idrott och hälsa och detta gör eleverna genom att göra framsteg och övervinna svårigheter. Grindberg och Jagtøien (2002) stärker föregående författare att barn i rörelse är glada barn, lär bättre och håller sig friska. Myndigheten för skolutveckling (2005) visar i sin undersökning att elever är både gladare och deras dagliga skolarbete har blivit bättre tack vare en ökad koncentrationsförmåga vilket den dagliga fysiska aktiviteten har bidragit till. I denna studie har lärare, rektorer och föräldrar gett en positiv respons på att deras barn/elever får ökad fysisk aktivitet. En sammanfattande studie gjord av U.S. Department of health and human services (2010) framgick det att ökad fysisk aktivitet har ingen eller positiv inverkan på elevers skolprestationer. Enligt studierna ger ökad tid inom idrott och hälsa ingen negativ inverkan på studier. Thedin Jakobsson (2005) anser att eleverna ska få en känsla av att rörelse är lustfyllt för att kunna känna glädje med fysisk aktivitet. Ericssons (2003) studie visar att ökad fysisk aktivitet inte endast bidrar till bättre motoriska färdigheter utan även en förbättring i de teoretiska ämnena.

En studie gjord av Sollerhed (2006) visar att en ökning av fysisk aktivitet i skolan bidrar till bättre hälsa hos barn och ungdomar. Samtidigt som samhällets ökade oro för elevers övervikt och ohälsa har gjort att många skolor börjat jobba med fysisk aktivitet för att förebygga fetma hos eleverna (Philgren, 2011). Philgren anser att hälsa är en del av lärandet och lärandet är en del av hälsan. Författaren hänvisar till att pedagoger bör jobba med elevers hälsa under en längre period, inte enbart kortare teman, för att skapa en kontinuitet för ett livslångt lärande. Raustorp (2004) pekar på att rutiner och struktur gör att elever kan relatera och fokusera på angivna uppgifter. Författaren menar att välplanerade lektioner är en förutsättning för framgång.

I en studie av Ericsson (2003) gjord på barn sju till nio år visar det att barns motoriska förmåga ökar avsevärt genom den fysiska aktiviteten. Det syntes en klar skillnad mellan den grupp som endast hade två tillfällen i veckan och de som hade daglig fysisk aktivitet. Vid projektstart märkte författaren ingen större skillnad mellan pojkar och flickor i testgruppen eller jämförelsegruppen. Författaren upptäckte däremot en skillnad mellan pojkar och flickor, där det var flickorna som hade bättre motorisk förmåga, vid skolår 3. I jämförelsegruppen var det till en början skillnad på pojkar och flickor men efter skolår 3 visade det att pojkarna hade kommit i kapp flickorna i deras motoriska utveckling. Det var i testgruppen där flickorna gjorde den största utvecklingen. Studien visar att elever med stora motoriska svårigheter vid 8 års ålder hade kvar dessa även året efter vilket visade att skolans två idrottslektioner inte är tillräckliga eller att det är något som går bort av sig själv. Den ökade fysiska aktiviteten påverkar eleverna oavsett om de har små motoriska svårigheter eller om de har grova. Oavsett vilket visar resultaten på att deras motoriska förmåga har blivit avsevärt bättre samt att skolprestationerna har ökat menar Ericsson (2003). Bremberg och Eriksson (2010) beskriver att skolan har bra förutsättningar att inverka på elevernas hälsovanor, men att det inte finns någon forskning som visar att den hälsoundervisning som bedrivs i dag har någon sådan effekt.

Raustorp (2004) beskriver den Nationella folkhälsokommitténs mål 9 med att kroppen är beroende av fysisk aktivitet, minst en halv timme om dagen, och hur viktigt det är att den fysiska aktiviteten ökar i anslutning till skolan och arbetet. Detta är något som Bremberg och Eriksson (2010) också anses ha stor betydelse, att det är viktigt att erbjuda eleverna en ökad fysisk aktivitet i skolan för att bland annat minska övervikten bland barn, som har en tendens att öka. Huitfeldt (2007) har snarlika tankar som tidigare nämnda författare att det är viktigt att vi tidigt tränar eleverna i god hälsa för att de sedan skall ha bättre förutsättningar för sitt framtida liv. Författaren menar att hälsa är något som skolan måste arbeta med i tidig ålder, det är inget den enskilda individen kan ta igen på komvux eller högskolan, om skolan inte jobbar aktivt med dessa frågor är risken större för arbetsskador och sjukskrivningar längre fram i livet. Som författaren beskriver det ” livskunskap är den kunskap som man behöver för att klara sig optimalt i livet” (Huitfeldt, 2007, s.21)

Efter en rapport från Tankesmedjan (2008) framkom det att tiden för ämnet idrott och hälsa i skolan minskat till nivåer som inte är önskevärda. Rapporten visar också att svenska barn vistas en stor del i skolan och därför är det viktigt att skolan tar sitt ansvar i fysisk aktivitet för att eleverna ska bättra sin livsstil och kunna hantera stress, för att minska sjukdomar. Rapporten beskriver att fysisk aktivitet gynnar eleverna i sin fysiska och mentala hälsa samt att den är livsviktig för den växande eleven. En studie gjord av Engström och Redelius (2002) om antalet idrottstimmar i skolan kommer Sverige på 24:e plats av 25 undersökningsländer. I jämförelse med Frankrike och Schweiz har de det dubbla antalet idrottslektioner i veckan i förhållande till Sverige enligt författarna Engström och Redelius (2002). Engström (1988) påstår däremot att den ökade fysiska aktiviteten i de yngre åren inte säkert bidrar till att eleverna är fysiskt aktiva senare i livet. Författaren menar att om samhället bidrar till att det finns utmanande och utvecklande miljöer för eleverna kan detta vara tillräckligt för att utveckla goda möjligheter till fysisk aktivitet och god motorik. Vidare beskriver Engström (1988) att barn i nio-tio års ålder ofta har lättare för att lära sig olika motoriska färdigheter och därför är det viktigt att träna elevernas koordination och motorik ofta för att de bör få bra motoriska färdigheter.

Myndigheterna för skolutveckling (2005) menar att eleverna skall vara fysiskt aktiva under hela skoldagen och inte endast under ämnet idrott och hälsa. Ämnet idrott och hälsa skall ge kunskaper om aktiviteter och erfarenheter som kan och ska tillämpas under hela skoldagen för att kunna få sammanhang i arbetet och möjlighet till daglig fysisk aktivitet anser Myndigheterna för skolutveckling. I Bergmark och Kostenius (2011) studie visar det att skolan har en central roll när det handlar om utbildning och socialisering och att arbeta med att alla inom verksamheten mår bra. Författarna menar att det är viktigt att det inte endast är hos skolsköterskan det pratas om hälsa, utan att detta är något som speglar hela verksamheten. Skolan har en viktig uppgift att tillsammans, personal och föräldrar, gynna elevernas hälsa och välbefinnande enligt Bergmark och Kontenius (2011).

De effekter som så gott som alla (elever, lärare, rektorer och föräldrar) lyfter fram och som också framkommer i utvärderingar och undersökningar är att fysisk aktivitet under skoldagen gör det lättare för eleverna att koncentrera sig och att skapa lugn i klassrummet (Myndigheterna för skolutveckling 2005, s.17).

I Bergendahls (2002) undersökning framkom att personal inom skolan bör jobba positivt med skolans miljö som kan sporra eleverna till fysisk aktivitet. Dels eftersom enkätundersökningen som författaren gjorde visade på att grundskolebarnen var mer aktiva än gymnasieeleverna. Myndigheterna för skolutvecklingen (2005) menar att förutsättningarna för att äldre elever skall fortsätta leka är att vuxna är med. I en annan undersökning gjord av Nauc  r (2004) visar att skolor där idrottslärare har fått hela skolan till att engagera sig i att alla barn skall bli mer fysiskt aktiva har fått positiv inverkan på elever hälsoutveckling. Idrottsl  rarna i Nauc  rs studie har tagit fram kompendier med olika rörelseövningar som övriga pedagoger kan genomföra när som helst under dagen. Skolorna planerar att eleverna skall få fysisk aktivitet varje dag och det kan ske under olika förutsättningar, till exempel på rasterna, till och från skolan eller efter skoltid.

Skolan   r en viktig arena för fysisk aktivitet eftersom eleverna f  r möjlighet till daglig fysisk aktivitet under hela skoldagen och främst under ämnet idrott och hälsa beskriver Nationellt centrum för främjande av god hälsa hos barn och ungdom (2011). Nauc  rs (2004) intervjupersoner menar att det är viktigt att hälsa inte ses som ett ensamt ämne utan sätts in i sitt sammanhang, precis som matematik och svenska   r lättare att förstå om pedagogerna ser det i sin helhet med alla ämnen.

Frih (2010) skriver i sin bok att tjejer som är fysiskt aktiva har bättre självförtroende, har god relation till kost och   r mer måna och medvetna om sin hälsa än tjejer som inte rör sig. I de allra flesta sammanhang anses fysisk aktivitet som något positivt och här har skolan ett stort ansvar för att erbjuda och motivera alla elever till fysisk aktivitet menar författaren. Frihs (2010) undersökning visar att idrottsundervisningen i skolan riktar sig mot pojkar, det vill säga med tävlingar och mycket bollsporter. Frih (2010) menar att många flickor känner en olust inför idrottslektionerna och att tjejerna tycker det   r svårt att ta plats i gymnastiksalen. Författarens undersökning kom fram till att fysisk aktivitet bidrar till att både pojkar och flickor m  r bättre, både psykiskt och fysiskt, samt till ett lugnare och behagligare klassrumsklimat.

2.1.2 Kost

En viktig del i pedagogernas yrken är att ge eleverna kunskap i deras matvanor, aktiviteter och deras hälsa samt att skapa en skolmiljö som kan inspirera eleverna till ett hälsosamt liv

enligt NCFF(2011). Parling (2005) hävdar att om barnen ska få god hälsa krävs det ett samband mellan goda matvanor och rörelse. Författaren hävdar att barnen ska bli medvetna om vad de äter och hur mycket de äter, samt att måltider även är en social situation. Bremberg (2004) beskriver att skolan skall ge eleverna hälsofrämjande möjligheter i att utveckla individens kompetenser inom kost. Författaren berättar hur skolan direkt kan erbjuda vissa resurser, utöver undervisningen till exempel i form av skolmat. Genom goda matvanor och fysisk aktivitet i skolan kan lärande främja elevernas vardagsmatvanor samt ge ett livslångt intresse menar NCFF (2011). Naucrés (2004) undersökningar i skolan visade sig att pedagogerna inte endast informerade eleverna om ökad fysisk aktivitet utan lägger även fokus på kosten och den psykiska hälsan. Rektorer i författarens undersökning i de olika skolorna menar att det är viktigt att informera om vad som är bra mat och varför vi skall vara fysiskt aktiva och inte berätta om riskerna vid inaktivitet eller om vilken mat som är mindre bra. Skolan har bra förutsättningar för att erbjuda barnen goda kostvanor om maten är av varierande inslag och ger barnen möjlighet att göra hälsosamma val enligt Bremberg och Eriksson (2010). Om skolan avsätter tid på att eleverna skall kunna äta frukt och grönt är det i många fall fler som äter (Bremberg och Eriksson, 2010).

2.2 Social hälsa

I Naucrés (2004) undersökning synliggörs det att den ökade fysiska aktiviteten bidrar till att eleverna blir trygga i sig själva, vilket medför att det sociala klimatet blir bättre och då är det färre elever som känner sig utanför eller inte vill vara med och leka med övriga elever. I Lgr 11 (2011) framhävs att kreativt arbete och leken bidrar till ett aktivt lärande vilket är liknande Naucrés (2004) undersökning. Nordlund, Rolander och Larsson (1997) beskriver att elever i skolan inte leker för att tävla eller vara bättre än varandra, utan de leker för att leka. Enligt Philgren (2011) är det bra om hela skolan inriktar sig på att utveckla goda relationer mellan elever, mellan lärare och mellan elever och lärare för att deras goda hälsa är en förutsättning för god inläring och utveckling. Både lärare, elever och föräldrar anser att ökad fysisk aktivitet i skolan ger gladare elever, lugnare klassklimat, bättre koncentrationsförmåga, det sociala klimatet är bättre och att elevernas kunskapsutveckling påverkas positivt enligt en undersökning gjord av Myndigheterna för skolutveckling (2005).

Bremberg och Eriksson (2010) beskriver att barn och ungdomar tycker att deras sociala relationer är det viktigaste för deras hälsa. I Bergmark och Kostenius (2011) studie visade att

de intervjuade eleverna svarade på frågan om samhörighet att ingen vill vara ensam, alla vill vara del av något, det kan till exempel vara en duo eller grupp. Undersökningsgruppen menar att det inte spelar roll om det är tillsammans med jämngamla eller vuxna, det kan även vara tillsammans med ett husdjur, det relevanta är att de har någon. När eleverna är själva menar de att det ska vara ett eget och medvetet val, säger undersökningsgruppen i författarnas studie. I studien framkom det att där eleverna känner trygghet, mår de också bra och när de mår bra ökar chansen att de lär sig, utvecklas och presterar. Eleverna i studien berättar att de kan prestera bättre då de har en pedagog som de känner tillit till. Undersökningsgruppen framhäver också att det är det som bidrar till en bättre hälsa och ett positivt lärande, det kan vara fysisk aktivitet och kost men det kan även vara att bli uppmärksammad och uppskattad (Bergmark och Kostenius, 2011). Även Ihrskog (2006) menar att andra människor är förutsättningen för att barnen skall kunna skapa sin identitet, genom att barnen på olika sätt bli bemötta av andra människor bygger de sina identiteter. Philgren (2011) anser att alla skall ha rätt till ett värdigt och meningsfullt liv och att god hälsa är mycket viktiga delar i ett barns välbefinnande, lärande, uppväxt och liv. En god hälsa handlar enligt WHO (2008) inte endast att man är aktiv utan att man känner sig trygg och är en del av ett sammanhang.

Barnets utveckling kan ses på två sätt enligt Vygotskij (1978), det första sättet är den sociala nivån och det andra är den individuella nivån: ”först mellan människor, interpsykologiskt, och sedan inom barnet, intrapsykologiskt”(Vygotskij, 1978, s 57). Strandberg (2006) stärker Vygotskijs tankar kring det sociokulturella perspektivet att människor först lär i samspel med andra för att sedan kunna utföra det individuellt. Elofson (2008) anser att de ökade barngrupperna är det absolut största problemet till att kvaliteten på fritidshemmen har försämrats, den minskade personaltätheten är också ett problem men det är de ökade barngrupperna som är den största. Författaren menar att denna utveckling är tydlig då det blir svårare att planera verksamheten efter alla barns behov och förutsättningar, då det kan finnas en risk att relationen till barnen blir ytlig.

2.3 Psykisk hälsa

När det arbetas med barns hälsa ingår det att bidra till den psykiska hälsan, till exempel genom att stärka det sociala samspelet menar Parling (2005). I en undersökning som Uppsala läns landsting (2002) har genomfört framgå det att svenska barn förhållandevis har god fysisk hälsa, det vill säga att i Sverige har vi låg dödlighet i alla åldrar samt att svenska barn själva

anser att de känner sig hälsosamma. Undersökningen visar däremot att den psykiska hälsan har utvecklats i motsatt riktning. Allt fler barn och ungdomar kommer i kontakt med den psykiatriska vården och vill få hjälp med upprepad huvudvärk, sömnproblem och magont, vilka är de symtom som ökat mest i Sverige. Bremberg och Eriksson (2010) stärker föregående studie att barns hälsoutveckling har avstannat till det positiva och att den psykiska ohälsan blivit två till tre gånger vanligare. Barn och ungdomars hälsoutveckling visar en ökning av psykisk ohälsa, det vill säga ångest och depression är en tendens enligt Philgren (2011). Vidare förklarar författaren att de allra flesta eleverna uppger att de trivs i skolan, det är bristen på arbetsro som kan upplevas stressande. I en studie gjord av Bremberg (2004) visar att utvecklingen av olika psykologiska drag kan förklara en del av sambandet mellan förhållanden under uppväxtåren och hälsan senare i livet. I en annan studie gjord av Bremberg (2004) synliggjordes att individer som kunde planera, vara samvetsgranna och pålitliga, hade social förmåga och gott självförtroende hade bäst psykisk hälsa under livsloppet. Studien som gjordes av landstinget i Uppsala län (2002) beskriver att nedskärningarna bland personalen inom skolan är en bidragande faktor till att elevers psykiska hälsa försämras. Studien visar även att psykisk ohälsa kan bero på fyra faktorer, samhället, relationen till familj och vänner, närmiljön och individens sårbarhet.

I en analys från skolverket (2010) synliggörs att elever med god fysisk hälsa oftast är mer positiva till skolan och att de mår bättre psykosocialt. Studien framhäver att många av de elever som är positiva till idrotten i skolan deltar ofta i olika föreningsaktiviteter. Även Höjer (2002) har gjort en studie om elevers livsstil vilket denna studie visar att elever som idrottar mår bättre, både fysiskt och psykiskt. Höjers undersökning visar också att barn och ungdomar som deltar i olika föreningsaktiviteter tror mer på samhället och att de är mer solidariska och tycker det är viktigt att vara behjälplig till andra människor.

2.3.1 Emotionell och intellektuell

En rapport av skolinspektionen (2010) syns det att elevernas emotionella och intellektuella mognad är i behov av stöd från personalen på fritidshemmet. Fritidspedagoger behöver bli bättre på att planera organisationen för att eleverna skall kunna utveckla sin identitet och sitt tänkande för att göra samhället till en meningsfull tillvaro och en plats där de känner tillhörighet. Granskningen visar dessutom att fritidshemmet är ostrukturerat och oplanerat och att det saknas en medvetenhet från personalen om deras pedagogiska ansvar för att kunna utveckla elevernas emotionella och intellektuella förmåga. Anledningen till att

skolinspektionen ser en negativ trend inom fritidshemsverksamheten är den bristande kunskapen inom fritidshemspedagogiken, hur pedagoger arbetar med elever i verksamheten och den bristande planeringstiden för att kunna förbereda fritidshemmet. Skolinspektionen (2010) menar att det är viktigt med elevers utveckling inom det emotionella och intellektuella för att ge eleverna en inblick i samhället och bidra till den ökade kunskapen som utvecklar deras personligheter. De framhäver även att fritidshemmen skall kunna utvecklas behöver verksamheten i större utsträckning utmana elevernas lärande, som Pennlert och Lindström (2006) hävdar att pedagogerna skall skapa situationer som utvecklar elevernas lärande. Författarna beskriver att tillsammans med eleverna skapa lärande miljöer utifrån varje elevs behov. Skolinspektionen (2010) anser också att fritidshemmet behöver mer kunskap om vad fritidshemspedagogik är, kommuner och rektorer behöver förtydliga hur mycket personal som behövs jämfört med antalet elever och att fritidshemmet uppdrag finns med i de statliga styrdokumenterna.

3 METOD

I detta kapitel tar vi upp följande: urval och undersökningsgrupp, insamlingsmetod, bearbetning och analys och etiska övervägandet med utgångspunkt från vår frågeställning, hur fritidshemmet kan komplettera skolan i idrott och hälsa.

3.1 Urval och undersökningsgrupp

Val av undersökningsgrupp var utbildade fritidspedagoger. Vi tog kontakt med tio skolor i två olika kommuner. I den ena kommunen fanns det sex skolor och i den andra fanns där fyra skolor. I den först nämnda kommunen svarade endast tre pedagoger från två olika skolor att de ville delta. På tre av skolorna fick vi endast beskedet att rektor hade vidarebefordrat vår förfrågan, utan intresse från fritidspedagogerna. På den sjätte och sista skolan blev utfallet att deras fritidspedagoger inte var färdigutbildade. I den andra kommunen fick vi inget gensvar från två av skolorna och vid de övriga två var det en respektive två pedagoger som var intresserade av att ställa upp på intervju. Samtliga sex intervjuade var kvinnliga fritidspedagoger.

3.2 Insamlingsmetod

Vi genomförde semistrukturerade intervjuer, det vill säga att vi utgick ifrån ett antal frågor som skulle hjälpa oss vid intervjun, men det fanns goda möjligheter för intervjupersonen att förklara och resonera kring sina tankar om ämnet. Denscombe (2006) menar att "svaren är öppna och betoningen ligger på den intervjuade som utvecklar sina synpunkter"(s.135). Intervjumetoden valdes för att pedagogerna inte skulle känna att det var vi som styrde samtalet, utan för att det skulle bli en diskussion och att de kunde föra olika resonemang. Även som Patel och Davidsson (2003) beskriver att den intervjuade ska känna sig bekväm med att uttrycka sina åsikter, känslor och tankar. En ostrukturerad metod bygger på att forskaren berättar om ett tema där intervjupersonen kan utveckla och beskriva sina tankar och idéer kring ämnet utan att forskaren avbryter menar Denscombe (2006). En strukturerad metod innebär att intervjuaren använder sig av ett visst antal frågor och svaren är begränsade, vilket innebär att det inte finns utrymme för egna tankar eller ett vidgat perspektiv enligt författaren. Intervjuerna genomfördes individuellt på grund av att pedagogernas svar inte skall påverkas av varandra. Intervjuerna genomfördes med hjälp av inspelning och anteckningar. Till skillnad från en enkät studie som är till fördel vid en kvantitativ undersökning där svaren

är svårare att vidare utveckla valde vi en semistrukturerad intervju, eftersom vi sökte en dialog mellan undersökaren och fritidspedagogerna. (Denscombe, 2006).

3.3 Bearbetning och analys

Intervjuerna gjorda med fritidspedagogerna varade mellan 15 minuter till 30 minuter utifrån hur fritidspedagogen valde att utveckla sina tankar. Under intervjutillfällena valde vi att spela in samtalet eftersom intervjuerna gjordes av en undersökare. Det inspelade materialet transkriberades för att kunna se likheter och skillnader i intervjuerna. De inspelade intervjuerna avlyssnades två gånger av den undersökaren sen tillsammans en gång för att kunna jämföra det som skrevs ner i pappersformat stämde överrens med intervju tillfället. Bjurwill (2001) beskriver noggrant att svaren endast får redigeras till sin språkliga form och inte förvrängas. En av de intervjuade fritidspedagogerna poängterade att det inspelade materialet skulle raderas efter transkriberingen. För att inte riskera att obehöriga skulle komma i kontakt med inspelningen. Väl ner skrivna började vi med att stryka under i olika färger, en färg betydde att dessa stycken hörde ihop. De olika färgerna bildade sen våra kategorier efter innehållet, Kategorierna för resultatet blev, Fritidspedagogernas egen syn på hälsa samt deras syn på elevernas hälsa, hur fritidshemmet kompletterar skolan i idrott och hälsa, fritidspedagogernas utbildning inom idrott och hälsa och hur fritidspedagoger vill jobba med elevernas hälsoutveckling.

3.4 Etiska överväganden

Vi har tagit del av de fyra etiska överväganden, informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet, nyttjandekravet, inom forskning för vetenskapsrådet (www.vr.se, 2010-03-09). I vår undersökning visar sig dessa överväganden genom att vi har informerat undersökningsgruppen om att det är anonyma, vad det är för undersökning som de deltar i och att de kan avsluta sin medverkan. Vid kontakten med fritidspedagogerna informerade vi dem om de etiska principerna, syftet med undersökningen och hur lång tid intervjun beräknades ta. Rum och tid bestämde utifrån våra och deras förutsättningar för genomförandet. (Denscombe, 2006).

4 RESULTAT OCH ANALYS

Nedan presenteras studiens resultat, i fyra kategorier, hur fritidspedagogerna jobbar med att komplettera elevernas hälsa och om de gör det medvetet. Resultatet delades in i fyra kategorier och under kategorierna kommer frågorna som ställdes under intervjun. Pedagogerna kommer att benämnas P1, P2 (...) och skolorna A, B, C och D för att sedan kunna analysera pedagogernas svar.

4.1 Fritidspedagogernas egen syn på hälsa samt deras syn på elevernas hälsa.

Nedan presenteras de tre första frågorna ifrån frågeformuläret (bilaga 1).

4.1.1 Vad är hälsa för dig?

Alla fritidspedagoger i undersökningen hade en tydlig syn på vad hälsa är för dem, fem av pedagogerna menar att röra sig regelbundet, äta bra, god sömn och må bra är viktigt för deras hälsa.

”Hälsa för mig är att man rör på sig, att man äter rätt (oftast). Att man mår bra” (P2A).

”Att äta näringsrikt och daglig motion utöver vardagsmotionen och avslappning” (P1C).

Medan P1A tycker att medvetna val påverkar hur hon vill leva.

”Hälsa innebär att man gör medvetna val om hur man vill leva, genom att man tänker på vad man äter och hur mycket man rör på sig. Att man har kraft och ork. Ute i friska luften mycket. Att man vet vilka saker som påverkar en positivt och negativt.” (P 1A).

4.1.2 Hur ser du/skolan på elevers hälsa?

P1A, P1B, P2B och P1D ser på elevernas hälsa utifrån ett bristande tidsperspektiv, de menar att skolan har goda tankar kring att utveckla elevers hälsa men att tiden och planeringen är otillräcklig. Pedagogerna menar även att de inte vet hur skolan ser på elevernas hälsa.

”I skolan pratar man mycket om att man vill att barn skall röra på sig och att idrotten skall öka. Men när det kommer till kritan handlar det om timplaner och man ska få in andra saker” (P1A).

”Det var en svår fråga. Överlag är de aktiva med i föreningar, fotbollspel, jägare och så på rasterna när vi är ute så, sen finns det alltid de som inte är aktiva(...) Nej, jag vet inte hur skolan ser på elevernas hälsa mer än den dialog vi har hur det går på gymnastiken.” (P1B).

”Allmänt? De flesta är aktiva och de har ett aktivt fritidsintresse men det finns så klart de som inte är aktiva(...) Skolans helhetssyn på elevers hälsa vet jag faktiskt ingenting om.” (P2B).

”Jag tror att de vill att barnen ska vara aktiva. Att de skall vara ute på rasterna och på fritids erbjuder vi idrottshallen två gånger i veckan och vill de gå ut finns den möjligheten” (P1D).

Två av pedagogerna hade en annan syn på elevers hälsa till exempel att få leka och vara aktiva i skolan och i föreningar. P2A tycker också att enkla promenader kan vara hälsa medan P1Cs fritidshem erbjuder ett större antal aktiviteter dagligen eftersom skolan ligger centralt och det finns ett stort utbud fritidsaktiviteter.

”Dels att de får leka, fri lek och organiserad lek. Idrottsövningar fotboll, bollsporter, det behöver inte bara vara sådant utan en promenad när man ska något, är också hälsa” (P2A).

”Aktiva barn, med i många föreningar, skytte, pingis, fotboll, bandy och rider. Nära till stad med stort utbud, skytte i källarlokalen på skolan, fotbollsplan runt hörnet. Fritidshemmet erbjuder många aktiviteter dagligen, aktiviteter i utemiljöer, till exempel matlagning över öppen spis och cykling med fikakorg” (P1C).

4.1.3 Hur jobbar ni för att påverka elevernas hälsa?

Samtliga svar från pedagogerna handlar om att de vill att eleverna skall vara fysiskt aktiva, både ute och i gymnastiksalen.

”Väldigt tydligt mot både elever och föräldrar att vi är ute varje dag och varför vi är ute varje dag. Från Skolans början till första november är vi ute i skogen varje fredag” (P1A).

”Vi jobbar med att de ska gå ut och röra på sig när det är rast och inte sitta i korridorerna” (P2A).

”Genom att hålla eleverna fysisk aktiva. Genom att regelbundet prata med dem om hälsa genom spabehandlingar, idrott till exempel varför det är viktigt att duscha” (P1C).

Tre av pedagogerna tycker att fysisk aktivitet och kost är viktigt genom att servera nyttiga mål. De har även dialoger med eleverna angående kosten betydelse för elevernas hälsa. P1D avviker eftersom hon anser att den planerade idrottsundervisningen i skolan inte är tillräcklig och inte kan påverka elevernas hälsa.

”Genom att servera nyttiga mellanmål på fritids”(P1B).

”Vi serverar nyttiga mellanmål, bakar vårt eget bröd, oftast. Har idrott en dag i veckan, sen pratar vi med barnen om hur viktigt det är att äta rätt, i perioder, för att inte trötta ut dem” (P2B).

”Ja när det gäller kosten har vi en dialog med kocken i köket, som vi vill inte endast ha vitt utan mörkt bröd. Deras fysiska hälsa påverkas inte av planerade aktiviteter. Om man tänker till skolan så har många av barnen endast en idrottslektion i veckan (P1D).

4.2 Analys

Pedagogernas definition av hälsa är överrensstämmande med den syn de har på hur de vill jobba med elevernas hälsa, det vill säga vara aktiva, äta rätt och skapa en hälsosam syn på sig själva. P1A poängterar även att det är viktigt att träna eleverna i att göra medvetna val i livet för att skapa ett hälsosamt levnadssätt. Huitfeldt (2007) och Bremberg och Eriksson (2010) stärker pedagogernas tankar eftersom de menar att det är viktigt att i tidig ålder träna eleverna

i god hälsa samt att det som barn lär sig i tidig ålder är grundläggande för hur deras liv och hälsa är i framtiden.

Enligt Engström och Redelius (2002) undersökning är antalet idrottstimmar i skolan, i Sverige, mindre än i andra europeiska länder. P1A och Tankesmedjan (2008) tycker att tiden för idrott och hälsa i skolan har minskat. Visionen är att eleverna skall vara aktiva, enligt P1D, men timplanerna räcker inte till, enligt P1A. För att göra eleverna mer aktiva menar NCFF (2011) att pedagogerna i en del av sitt yrke ska ge eleverna kunskap om aktiviteter och deras hälsa som kan inspirera eleverna till ett hälsosamt liv. Fyra av pedagogerna bekräftar NCFFs (2011) tanke med att eleverna skall vara aktiva genom, som P1C säger, att erbjuda eleverna olika fritidsaktiviteter. Undersökning från Myndigheten för skolutvecklingen (2005) visar att barn är mer aktiva i idrottsaktiviteter än tidigare. Samtliga pedagoger vill att eleverna skall vara fysiskt aktiva. P1D menar att elevernas fysiska hälsa inte påverkas endast genom skolans idrott och hälsa undervisning då de enbart har en lektion i veckan. I Ericssons (2003) undersökning syntes det en klar skillnad att det barn som hade ökad fysisk aktivitet utvecklade bättre motoriska färdigheter än de elever som endast hade skolans två ordinarie idrottslektioner.

I resultatet framkom att tre pedagoger jobbade aktivt med elevers hälsa genom att erbjuda nyttiga mellanmål och att erbjuda daglig fysisk aktivitet. Detta är någon NCFF (2011) anser främja elevernas vardagsmatvanor och att det blir ett livslångt intresse.

4.3 Hur fritidshemmet kompletterar skolan i idrott och hälsa

Här nedan två frågor ifrån frågeformuläret (se bilaga 1).

4.3.1 Har ni ett nära samarbete med skolan för att hjälpa de elever som behöver extra hjälp för att förbättra sin hälsa?

P1A samarbetar med skolan genom att hjälpa de elever som är överviktiga att kontrollera kostintaget, men det är skolan som har ansvaret för att eleven får den hjälp den behöver.

”De som har övervikt är det skolan som sköter den biten och sedan blir de skickade till dietist sen får vi hela tiden vara med för vi har barn där vi vet att de bara får äta en tallrik yoghurt med flingor eller mackor att man måste välja” (P1A).

En nära dialog mellan fritidshem och skola ser P1B och P1C som ett nära samarbete där de kan fånga upp elevernas intresse. Nackdelen är att det inte finns några dokument att utvärdera enligt P1B.

”Nära samarbete är att vi har en dialog och att vi kan fånga upp någonting om vi märker när vi är i gymnasalen så gillar eleverna jätte mycket det och likadant om det är skoj i skolan. Så där finns inget dokumenterat som kan utvärderas” (P1B).

”Regelbundet till idrottshallen med aktiviteter, både planerade och fritt för barnen. Sen är skolan i samma lokaler som fritidshemmet vilket bidrar till att olika pedagoger träffas och kan berätta om det hänt något särskilt med någon elev” (P1C).

Resterande pedagoger, P2A, P2B och P1D, ansåg att samarbetet mellan skolan och fritidshemmet var bristande på grund av att kommunikationen inte fungerade.

”Nej. Bristande kommunikation, vi får inte reda på om det är någon elev som behöver extra hjälp inom idrott och hälsa som behöver utvecklas” (P1D).

4.3.2 Hur jobbar ni på fritidshemmet med att komplettera ämnet idrott och hälsa?

Två av pedagogerna menar att de försöker komplettera skolan i idrott och hälsa genom att föra en dialog med eleverna om kostens betydelse.

”Ja det tycker jag att vi gör. Vi serverar nyttiga mellanmål, vi pratar med barnen om varför man inte skall äta kakor och så vad som händer med kroppen om man rör på sig (...). Vi är ute varje dag” (P1B)

”När vi inte går till skogen längre från november fram till mars då väljer vi att satsa på maten på fritids på fredagen (...).Vi försöker lite grann lyfta att man tänker på vad man äter och att de skall kunna fixa sig ett eget nyttigt mellanmål” (P1A).

P1A och P1D har ett utbud av aktiviteter som de tycker kompletterar skolan i idrott och hälsa.

”Jag tycker att vi är inne på rätt spår med ett utbud med olika aktiviteter (...). Men jag skulle vilja komplettera mer med skolämnet idrott. Sen har vi hälsoveckor på skolan som fortsätter på fritids. Då är det endast fokus på hälsa och välbefinnande. Vi har ett program (...) som varar 30 min som eleverna får utöva på skolgården” (P1D).

”Vi har, innan var det en gång i veckan, nu är det två gånger i veckan som vi har tillgång till gymnastiksalen(...). På sommarhalvåret är vi ute” (P2A).

P2B känner att de inte kompletterar skolan i idrott och hälsa på grund av att kommunikationen är bristande.

”Nej. Ja det är svårt eftersom kommunikationen inte fungerar” (P2B).

4.4 Analys

Resultatet visar att tre av pedagogerna anser att det finns ett samarbete mellan skolan och fritidshem genom exempelvis att hjälpa överviktiga elever eller genom dialoger pedagogerna emellan. De övriga tre tycker att kommunikationen är bristande och detta medför att lärarnas uppdrag inte uppfylls. Lgr 11 (2011) beskriver pedagogernas uppdrag att de ska stimulera eleverna, ta sig an olika uppgifter samt att uppmärksamma de olika hälso- och livsstilsfrågorna.

P1A, P2A och P1C anser att de komplettera skolan genom att erbjuda olika aktiviteter, till exempel genom att vara ute, i gymnastiksalen eller genom hälsoveckor som P1C berättar. Att jobba med kortare teman är inte tillräckligt för att skapa ett livslångt lärande enligt Pihlgren (2011). Parling (2005) och Lgr 11 (2011) vill att eleverna skall känna njutning, glädje och tillfredställande i idrott och hälsa eftersom detta medför att eleverna gör framsteg och övervinner svårigheter. Resultatet visar på att samtliga pedagoger anser att de är viktigt att föra en dialog med eleverna om kostens betydelse och vikten av att vara fysiskt aktiv.

4.5 Fritidspedagogers utbildning inom ämnet idrott och hälsa

Här nedan presenteras frågan angående fritidspedagogernas vidareutbildning inom ämnet hälsa.

4.5.1 Har du någon utbildning om elevernas hälsa det vill säga idrott, rörelser eller liknande?

Fritidspedagogerna har inte en fortsatt utbildning inom idrott och hälsa utan har högskolans olika utbud på kurser som ingick i utbildningen. P2B deltog på endagskurs som handlade om rörelse och hur den påverkar inläringen.

”Inte mer än vad vi läste då på högskolan” (P1A).

”Nej, i min utbildning har jag något som heter lek som livsstil, den gick jag. Där var inte direkt inriktad gymnastik utan med lek och jag tycker det är viktigt med fri lek och den fria rörelse förmågan. Sen kan det vara precis vad som helst” (P2A).

”Nej det har jag inte läst, bara högskolans” (P1B).

”Nej, jag har varit på en kurs att det är viktigt med rörelse, att rörelse påverkar kroppen och inläring (...) Jag har varit antagen till fler kurser men de har blivit inställda på grund av för få deltagare” (P2B).

”Nej ingen, men aktiv inom scoutkåren” (P1C).

”Nej det har jag inte” (P1D).

4.6 Analys

Fem av de sex intervjuade pedagogerna har den utbildningen som ingick i högskolans lärarutbildning. P2B har utöver detta gått endagskurs om rörelsens betydelse för inläring, pedagogen har ansökt om fortbildning men som blivit inställd på grund av bristande intresse från andra pedagoger. Personalen inom skolan bör jobba positivt för att gynna eleverna till fysisk aktivitet (Bergendal, 2002). Eftersom äldre elever är mindre aktiva än de yngre

eleverna är kompetensutveckling viktig inom skolan enligt Myndigheten för skolutvecklingen (2005).

4.7 Hur fritidspedagoger vill jobba med elevers hälsa

Nedan presenteras pedagogernas olika tankar kring hur de vill arbetamed elevers hälsa.

4.7.1 Hur skulle du vilja jobba med elevernas hälsa?

”Jag skulle vilja ha betydligt större, alltså bordtennisklubben var här och visade och spelade. Jag skulle vilja utöka det samarbete med föreningarna här” (P1A).

”Ja bra fråga, jag skulle vilja förstärka den så pass att de förstår att det är bra att röra på sig och i dagens samhälle där det är mycket stillasittande med mycket data- och tv-spel” (P2A).

”Ja jag tycker att vi jobbar rätt så, för mig personligen vill jag få dem att förstå att det gör det för sin egen skull” (P1B).

”Det är väl klart att man vill utveckla sig själv, vad vi kan göra och hur kan vi göra?” (P2B).

”Fortsätta med att erbjuda så många olika aktiviteter på fritids” (P1C).

”Jag skulle vilja jobba mer med att utveckla deras sociala förmåga samt deras relation eleverna emellan. Jag skulle vilja ha mer planeringstid samt ekonomiska förutsättningar så att man kan planera mer och göra olika aktiviteter både på och utanför skolan” (P1D).

4.8 Analys

Alla sex pedagoger har tydliga mål med hur de vill utveckla sitt arbete med elevers hälsa. P1A vill utveckla samarbetet med föreningslivet som Dewey (2005) menar att skolan skall spegla samhället. Dewey menar att det är viktigt att ha en sund och stark kropp för att vara rustad för framtiden. P2A och P1B tycker som Dewey (2005) att eleverna skall skapa ett intresse att frivillig röra på sig för en sund livsstil. Enligt NCFE (2011) kan skolan erbjuda eleverna möjlighet till daglig fysisk aktivitet vilket P1C vill genom att erbjuda ett flertal olika aktiviteter för att främja god hälsa hos eleverna. Till skillnad från övriga pedagoger vill P1D

jobba med elevers sociala förmåga för att skapa bättre relationer mellan eleverna. Bergmark och Kostenius (2011) lyfter PIDs tanke om att skolan har en central roll när det handlar om socialisering och att alla skall må bra inom verksamheten.

4.9 Sammanfattande Analys

Alla pedagogerna har en tydlig bild av vad hälsa är för dem och hur de vill jobba med elevernas hälsoutveckling. Majoriteten menar att de jobbar förebyggande med elevers hälsa, men på olika nivåer. Resultatet visar på att hälften av fritidshemmen lägger tyngdpunkten på barns kostvanor medan de övriga lägger större fokus på barns fysiska aktivitet. Endast en av fritidspedagogerna nämner att hon vill träna eleverna i att göra medvetna val vilket innebär att eleverna själva få bestämma över vad som får dem att må bra.

Beroende på skolans geografiska läge går det att urskilja en variation på pedagogernas möjlighet till att utveckla elevernas hälsa. Skolan som ligger i en stad har större utbud av närliggande föreningar som kan erbjuda eleverna möjlighet att pröva olika fritidsaktiviteter. De skolor som ligger i mindre till medelstora samhällen har ett begränsat utbud av föreningsaktiviteter, men av resultatet att döma vill pedagogerna jobba mer tillsammans med olika föreningar. Eftersom pedagogerna anser att timplanerna för idrott och hälsa är begränsade i skolan vill de skapa ett större samspel med olika föreningar och aktiviteter för att visa eleverna vilket utbud som finns i samhället.

En negativ aspekt som resultatet visar är att tre av pedagogerna känner att det inte finns ett tillräckligt samspel mellan skola och fritidshem för att kunna hjälpa alla elever som behöver stöd i sin hälsoutveckling. De anser att kommunikationen är bristande, pedagogerna emellan. De övriga intervjuade menar att det finns ett samspel genom att fritidshemmet erbjuder olika aktiviteter. Samtliga pedagoger bedömer att det är angeläget med en dialog om varför det är viktigt med god kost och fysisk aktivitet. Undersökningen visar att ingen av fritidspedagogerna har en vidareutbildning inom idrott och hälsa. Den fortutbildning en av fritidspedagogerna deltog i var endast endagarskurs.

5 DISKUSSION

Nedan presenteras diskussion val av metod metoden och resultatet under två underrubriker, metoddiskussion och resultatdiskussion. Under metoddiskussion belyses undersökningens tillvägagångssätt samt diskuteras och analyseras. Resultatdiskussionen sammanställas utifrån forskning, analys och våra tankar.

5.1 Metoddiskussion

Skolorna som vi valde att kontakta låg i de kommuner som vi tidigare under vår utbildning haft kontakt med, via praktik och vikariearbete. Intresset från fritidspedagogerna var överlag bristande på grund av olika anledningar som till exempel tidsbrist eller att de inte var färdigutbildade fritidspedagoger. Vår förhoppning var att fler fritidspedagoger ville delta i studien eftersom forskning om fritidshemmet är begränsat. Från några av de tillfrågade skolorna fick vi inget gensvar, då vi tog ytterligare kontakt med de skolorna blev svaret från rektorerna att de hade vidarebefordrat förfrågan. Efter ytterligare en veckas väntan valde vi att hålla oss till de sex fritidspedagogerna som lämnat besked om att delta i vår undersökning. De fritidspedagoger som ville delta var kvinnliga, vilket gör att vi endast har ett kvinnligt perspektiv. Detta kan göra att undersökningen inte får en rättvis bild av fritidspedagogers syn på elevers hälsa.

Intervjumetoden som valdes var att använda en semistrukturerad metod eftersom vi ville att fritidspedagogerna skulle kunna framföra sina åsikter som Patel och Davisson (2003) beskriver det. Vi ansåg att en semistrukturerad metod var passande till denna undersökning för att ge fritidspedagogerna chans till att resonera och diskutera fram sina svar, till skillnad från en strukturerad - eller ostrukturerad metod. En strukturerad metod innebär enligt Denscombe (2006) att intervjuaren håller sig inom ramen av de förskrivna frågorna och att det inte finns utrymme för ett vidgat perspektiv. I motsatts till en strukturerad metod är en ostrukturerad metod som betyder att undersökaren endast har ett tema som presenteras och ligger till grund för intervjun (Denscombe, 2006). Vid två av intervjutillfällena blev utfallet mer en strukturerad metod eftersom vi fick ställa frågorna som vi hade till hands för att intervjuerna skulle fortlöpa. För att inleda intervjun ställdes en öppningsfråga som skulle ligga till grund för den fortsatta intervjun. Vi utformade sammanlagt sju frågor som vi hade tillhands vid intervju tillfället för att inte tappa den röda tråden, vår frågeställning. Vår tanke

med metoden stämmer överrens med Patel och Davidssons (2003) förklaring av semistrukturerad metod. Vi känner att metoden var passande för undersökningen, men redovisningen av resultatet var svårare att sammanställa på grund av att intervjun blev mer ett samtal än en strukturerad metod, fråga – svar. Pedagogerna fick gott om utrymme att uttrycka sina tankar kring frågorna, vilket ledde till följdfrågor.

I mailen som skickades ut berättade vi om vår frågeställning, hur fritidshemmet kompletterar skolan i idrott och hälsa, samt syftet. Vi informerade om de etiska övervägande och gav en preliminär tidsuppfattning av hur länge intervjun skulle kunna ta. Vid ett intervju tillfälle fick vi frågan om vi kunde ta bort bandinspelningen efter att den skrivits ner i pappersformat (Bjurwill, 2001). Eftersom mobiltelefonen användes som inspelningsapparat, då en av de intervjuade inte kände sig bekväm med detta. Vi respekterade detta genom att direkt efter samtliga intervjutillfälle skriva ner intervjuerna och radera inspelningarna. Vi är väl medvetna om att detta kan påverka studiens trovärdighet, men detta var ett val vi gjorde. För att kunna bearbeta resultatet valde vi att färgmarkera de svar som passade ihop mellan de olika fritidspedagogernas svar, till exempel rosa betydde att det handlade om elevernas kost. Detta medförde att vi fick fem färger vilket gjorde att vi kunde urskilja fem kategorier till resultatet. Under arbetet med att skriva ner resultatet kom vi fram till att det endast var fyra av de fem kategorierna som var relevanta till vår frågeställning. Under kategorierna valde vi att presentera de frågor som passade in under respektive kategori för att tydliggöra resultatet.

5.2 Resultatdiskussion

Begreppet hälsa har för undersökningsgruppen betytt fysisk aktivitet och kost, vilket vi själva kan relatera till. Vi hade samma uppfattning om hälsa innan vi inriktade oss i vår specialiseringstermin, fysisk aktivitet i ett hälsofostrande perspektiv, fysisk- psykisk- och socialhälsa. Enligt Tankesmedjan (2008) definierar Världshälsoorganisation, WHO, hälsa som ett samspel mellan fysiskt, psykiskt och socialt. Fritidspedagogerna arbetar aktivt med elevernas fysiska hälsa och kosten, enligt resultatet, för att främja deras hälsoutveckling. NCFF (2011) beskriver att fysisk aktivitet bör ses som en kroppslig tandborstning, exempelvis rörelser som påverkar hälsan positivt. Vi precis som NCFF (2011) tänker på fysisk aktivitet som att den skall bidra till en bättre hälsoutveckling, men är det inte lika viktigt att arbetar med elevers psykiska – och sociala hälsa? Eftersom allt fler barn och ungdomar är i kontakt med den psykiska vården enligt en undersökning från Uppsala län

(2002). Pedagogerna jobbar kanske inte med elevers psykiska hälsa eftersom Skolverkets (2010) analys visar att elever med god fysisk hälsa mår bättre psykosocialt. En annan aspekt är att barn med ökad fysisk aktivitet blir tryggare i sig själva och det sociala klimatet blir bättre. Studier gjorda av Bremberg och Eriksson (2010) visar på att barn med övervikt har avstannat efter år 2000, kan fritidshemmets medvetenhet kring elevers fysiska aktivitet vara en bidragande faktor?

En av de intervjuade fritidspedagogerna vill att de skall träna eleverna i att göra medvetna val för att skapa en positiv hälsa. Våra tankar om elevernas medvetna val är att de får bestämma hur deras tillvaro på fritidshemmet skall se ut, genom att vara med och påverka verksamheten. Lgr11 (2011) beskriver att fritidshemmet ska ge eleverna insikt i hur de medvetet påverkar sina levnadsvanor samt hur de kan påverka sin hälsa. Allmänna råd (skolverket, 2007) rekommenderar att fritidshemmen ger eleverna möjlighet att utveckla sina fysiska -, psykiska - och sociala kompetenser. Beroende på var fritidshemmet ligger geografiskt har de olika förutsättningar för att kunna erbjuda eleverna varierande aktiviteter, visade vår undersökning. Vi tolkar det som att fritidshemmet bör kunna erbjuda ett annat utbud av aktiviteter än det som skolan erbjuder. Skolinspektionens (2010) undersökning visade att många fritidshem har bristande kvalitet, den pedagogiska verksamheten har blivit mer barnpassning än en organisation. Skolinspektionen (2010) menar att fritidshemmet ska bidra till att hjälpa eleverna i deras intellektuella, sociala, emotionella och fysiska utveckling. Vi anser som en av fritidspedagogerna i undersökningen att med mer tid för planering och en organiserad verksamhet skulle personal på fritidshem kunna hjälpa eleverna i deras allmänna hälsoutveckling. För att den pedagogiska verksamheten ska fungera som en helhet tror vi att det är viktigt att jobba mot ett medvetet mål som hela skolan jobbar efter. Strandberg (2006) menar att människor lär först tillsammans med andra för att sedan kunna utföra det på individuellt. Som blivande pedagoger känner vi att elevernas kunskaper bör tas tillvara för att kunna utvecklas tillsammans, pedagoger och elever. Genom att skapa miljöer för att utveckla elevernas lärande behövs, enligt Pennlert och Lindström (2006) och Vygotskij (1978), ett samarbete tillsammans med elever för att skapa ett lärande utifrån varje individs behov.

I resultatet framkom att fritidspedagogerna i undersökningen kände att samspelet mellan skolan och fritidshemmets verksamhet inte är tillräcklig för ett bra samarbete. Detta är något som vi har uppmärksammat under vår studietid, är det brist på kunskap om skolans olika

avdelningar eller en statuskillnad? I skollagen står det att fritidshemmet skall komplettera skolan, både tids- och innehållsmässigt, enligt skolinspektionen (2010). Undersökningsgruppen upplever att fritidshemmet försöker komplettera skolan i idrott och hälsa, men att de tycker att tiden inte räcker till för att föra dialoger pedagoger emellan. Fritidspedagogerna i studien tydliggör att dialogen är viktig för att kunna samarbeta i elevernas idrotts- och hälsoutveckling. Bergmark och Konstenius (2011) påstår att hela verksamheten måste jobba med att främja elevernas hälsoutveckling, det får inte enligt dem endast ske hos skolsköterskan.

Pedagoger som arbetar på fritidshemmet borde vara intresserade av att fortbilda sig inom idrott och hälsa för att kontinuerligt kunna utveckla verksamheten och elevernas hälsoutveckling tycker vi. Nauclér (2004) menar att det är viktigt att inte se hälsa som ett eget ämne utan elever måste kunna sätta in det i ett helhetsperspektiv. För att kunna erbjuda eleverna meningsfulla aktiviteter anser vi att utbildning i idrott och hälsa som lärarutbildningen erbjuder inte är tillräcklig för att skapa kunskaper om hur fritidshemmet skall kunna komplettera skolan i idrott och hälsa. Myndigheten för skolutveckling (2005) beskrev att det är viktigt att vara fysisk aktiv under hela skoldagen, inte endast under ämnet idrott och hälsa.

Vi tolkar resultatet i denna studie att aktivt och medvetet arbeta med elevernas hälsoutveckling har positiv inverkan, minskade sjukdomar, ökad koncentration och god hälsa hos barn och ungdomar. Undersökning visade att de tillfrågade fritidspedagogerna tycker det är viktigt med fysisk aktivitet, kost och medvetna val. Efter denna undersökning förstår vi att hälsa är ett viktigt inslag i skolans verksamhet. Efter att ha tagit del av forskning inom ämnet märker vi hur viktig skolan är för att främja elevernas hälsa. I vår framtida yrkesroll inom skolans verksamhet vill vi aktivt och medvetet jobba med elevers hälsa, fysiskt, psykiskt och socialt, för att främja elevers hälsoutveckling.

5.3 Vidare forskning

Hur kan skola och fritidshem tillsammans främja elevernas psykiska hälsa? Vad kan fritidspedagogerna göra på fritidshemmen för att utveckla den psykiska hälsan? Kan pedagogerna genom en ökad medvetenhet kring elevernas psykiska hälsa påverka deras emotionella och intellektuella utveckling?

REFERENSLISTA

- Bergendahl, Lars (2002) *Fysisk aktivitet i skolan*. Stockholm: Gothia
- Bergmark, Ulrika och Kostenius, Catrine (2011) *Uppskattningens kraft – lärande, etik och hälsa*. Lund: Studentlitteratur
- Bjurwill, Christer (2001) *A, B, C och D – Vägledning för studenter som skriver akademiska uppsatser*. Lund: Studentlitteratur
- Bremberg, Sven (2004) *Elevhälsa – teori och praktik*. Lund: Studentlitteratur
- Bremberg, Sven och Eriksson, Lilly (red.) (2010) *Investera i barns hälsa*. Stockholm: Gothia
- Davidson, Patel, B, P (2003) *Forskningsmetodikens grunder, att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur.
- Denscombe, Martyn (2006) *Forskningshandboken – för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur.
- Elofson, Niklas (2008) *Lärande i fritidshem*. Växjö Universitet. Magisteruppsats i pedagogik.
- Engström, Lars-Magnus (1988) *Idrotten lär – Pedagogiska perspektiv på barn- och ungdomsidrott*. Sveriges utbildningsradio. Kristianstad.
- Ericsson, Ingegerd (2003) *Motorik, koncentrationsförmåga och skolpresentationer*. Malmö Högskola: Doktersavhandling i pedagogik.
- Eriksson, Katie(2000) *Hälsans idé*. Göteborg: Elanders Graphic Systems
- Forskningsetiska principer inom humanistisk – samhällsvetenskaplig forskning (2010), Stockholm: Vetenskapsrådet.
- Frih, Anna-Karin och Söderberg, Eva (2010) *En bok om flickor och flickforskning*. Lund: Studentlitteratur
- Grindberg, Tora och Jagtøien Lango, Greta (2000) *Barn i rörelse*. Lund: Studentlitteratur
- Haglund, Björn (2009) *Pedagogisk Forskning i Sverige*. årg 14 nr 1 s 22–44 issn 1401-6788
- Huitfeldt, Åke (2007) *rörelse och idrott*. Stockholm: Liber
- Höjer, Dan (2008) *Uppdrag hälsa – Elevers livsstil, sömn, rörelse och mat*. Vällingby: Elanders
- Ihrskog, Maud (2006) *Kompisar och kamrater, Barns och ungas villkor för relationsskapande i vardagen*. Akademisk avhandling för filosofie doktorsexamen vid institutionen för pedagogik vid Växjö universitet.
- Nationellt centrum för främjande av god hälsa hos barn och ungdom, NCFE, (2011) *Nu är goda råd...enkla! Ett inspirationsmaterial för bättre hälsa i skolan och på fritiden*. Örebro universitet, statens folkhälsoinstitut, Östersund.

- Myndigheterna för skolutveckling (2005) *Slutrapport 2005-09-01*. Utbildnings- och Kulturdepartementet.
- Naucler, Annika (2004) *Utan idrott ingen hälsa – En fallstudie om implementering av fysisk Aktivitet i skolan*. Stockholm. Lärarhögskolan.
- Nordlund, Anders, Rolander, Ingemar och Larsson, Leif (1997) *Lek idrott hälsa – Rörelse och idrott för barn, del Iute*. Stockholm: Liber.
- Parling, Britt-Marie (2005) *När intresset blir kunskap*. Lärarförbundet.
- Pennlert, Lars-Åke och Lindström, Gunnar (2006) *Undervisning i teori och praktik – en introduktion i didaktik*. Umeå: Fundo förlag.
- Pihlgren, Ann S (Red.) (2011) *Fritidshemmet*. Lund: Studentlitteratur.
- Raustorp, Anders (2004) *Att lära fysisk aktivitet*. Uppsala: Kunskapsförlaget.
- Skolinspektionen (2010) *Kvalitet i fritidshem*. Rapport 3.
- Skolverket (2007) *Allmänna råd och kommentarer kvalitet i fritidshemmet*.
- Skolverket (2010) *På pojkarnas planhalva? Ämnet idrott och hälsa ur ett jämställdhets- och likvärdighetsperspektiv*. Rapport 355.
- Skolverket (2011) *Läroplanen för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet Lgr 11*
- Sollerhed, Ann-Christin (2006) *Young today – adult tomorrow! Studies of physical status, physical activity, attitudes, and self-perception in children and adolescents*. Institutionen för kliniska vetenskaper, Malmö, Familj medicin, Lund Universitet, Sverige.
- Strandberg, Leif (2006) *Vygotskij i praktiken – bland plugghästar och fusklappar. 2:a uppl* Stockholm: Norstedt.
- Sträng H, Monica (2005) *Samspel för lärande*. Lund: Studentlitteratur
- Tankesmedjan (2008) *Rapport 2, 2008; hälsa och lärande i samverkan*. Malmö: Holmbergs
- Theidin Jakobsson, Britta (2005) *Hälsa – vad är det i ämnet idrott och hälsa?* Rapport nr 4 i serien Skola-idrott- Hälsa, Idrottshögskolan. Stockholm.
- U.S. Departement of Health and Human services (2010) *The association Between school-based physical activity, including physical education academic performance*. National center for chronic prevention and health promotion division of adolescent and school health.
- Uppsala län, Landstinget (2002) *Psykisk ohälsa hos barn och ungdomar* (elektronisk) http://www.lul.se/upload/831/Psykisk_oh%C3%A4lsa_hos_barn_och_ungdom.pdf (2002-02-11).

Vygotskij, Lev Semenovich, (1978) Mind in society: the development of higher psychological process. Cambridge: Harvard University Press.

Bilaga 1

- Vad är hälsa för dig?
- Hur ser du på elevers hälsa?
- Hur ser din skola på elevers hälsa?
- Hur jobbar ni för att påverka elevernas hälsa?
- Har du någon utbildning som berört elevernas hälsa, som idrott, rörelser eller liknande?
- Hur jobbar ni på fritidshemmet med att komplettera skolämnet idrott och hälsa?
- Har ni ett nära samarbete med skolan för att hjälpa de elever som behöver extra hjälp för att förbättra sin hälsa?
- Hur skulle du vilja jobba med elevers hälsa?

