



Högskolan
Kristianstad

Högskolan Kristianstad

291 88 Kristianstad

044 250 30 00

www.hkr.se

**Examensarbete, 15 hp,
Kandidatexamen i folkhälsovetenskap
VT 2020
Fakulteten för hälsovetenskap**

En kvalitativ studie om pedagogers attityder som påverkar hälsofrämjande insatser för ökad fysisk aktivitet bland F- Årskurs 6

Sindy Puelma Mora & Malin Shakir Månson

Författare

Sindy Puelma Mora & Malin Shakir Månsson

Titel

En kvalitativ studie om pedagogers attityder kring hälsofrämjande insatser för ökad fysisk aktivitet bland F-Årskurs 6

Handledare

Johanna Bergman

Examinator

Marie Nilsson

Sammanfattning

Inledning: Studien ger en bild av hur pedagogers roll kan vara betydelsefull i att möjliggöra hälsofrämjande insatser i skolan. Fysisk inaktivitet och stillasittande är idag ett ökande folkhälsoproblem och som går allt längre ner i åldrarna. Barn och unga spenderar till största del av sin vardag i skolan och därav är skolan en viktig arena för att förebygga fysisk inaktivitet. Eftersom barn och unga vistas mycket i skolan så är det av stor vikt att utforska hur pedagoger och skolorna arbetar med detta. Pedagogernas uppfattningar om sin egen roll och hur den kan påverka barn och ungas fysiska aktivitet inom förskolans och skolans miljöer ligger till grund för undersökningen. **Syfte:** Syftet var att undersöka attityder hos pedagoger som kan påverka hälsofrämjande insatser i skolan för ökad fysisk aktivitet hos barn. **Metod:** Som metod för datainsamlingen valdes kvalitativa intervjuer med tio olika pedagoger på olika skolor. **Resultat:** Det som framkom i resultatet var att pedagogers attityder kring fysisk aktivitet kan delas in två kategorier nämligen inre faktorer och yttre faktorer. Inre faktorer visade att pedagoger anser att det är en fördel att ha eget intresse för fysisk aktivitet då pedagogerna nämnde bland annat att det är lättare att vara aktiva med barnen. Yttre faktorer resulterade i att pedagogerna ansåg att det behövs mer stöd från ledning och mer utbildning för att kunna öka fysisk aktivitet bland eleverna. **Konklusion:** Slutsatserna av resultatet var att det behövs mer forskning kring pedagogers attityder till hälsofrämjande insatser, mer utbildning till pedagoger kring ökad fysisk aktivitet i skolan samt att det var viktigt för pedagogerna i studien att hälsofrämjande insatser var anpassade efter deras arbetsplats, få stöd från ledning och andra skolor för att kunna implementera fysisk aktivitet bland barn. Majoriteten av pedagogerna ansåg att det inte fanns konkreta riktlinjer med hur de ska arbeta med fysisk aktivitet i skolan, därav blev det upp till varje enskild pedagog att ta ställning till hur de ska arbeta med fysisk aktivitet.

Ämnesord

Fysisk aktivitet, pedagoger, attityder & hälsopromotion

Author

Sindy Puelma Mora & Malin Shakir Månsson

Title

A qualitative study on educators' attitudes about health promotion efforts for increased physical activity among F-year 6

Supervisor

Johanna Bergman

Examiner

Marie Nilsson

Abstract

Introduction: The study provides a picture of how the role of educators can be important in enabling health promotion efforts in school. Physical inactivity and sedentaryness are nowadays an increasing public health problem and are progressing further and further down the ages. Children and young people spend most of their daily lives in school and therefore the school is an important arena for preventing physical inactivity. Since children and young people spend a lot of time in school, it is of great importance to explore how educators and schools work on this. The educators' perceptions of their own role and how it can affect the physical activity of children and young people in the preschool and school environments are the basis of our study. **Objective:** The aim was to investigate the attitudes of educators that influence health promotion efforts in the school for increased physical activity in children. **Method:** As a method for data collection, qualitative interviews were selected with ten different educators at different schools who were allowed to represent the results. **Results:** What emerged in the result was that educators' attitudes about physical activity can be divided into two categories, namely, internal factors and external factors. Internal factors showed that educators consider it an advantage to have their own interest in physical activity as the educators mentioned, among other things, that it is easier to be active with the children. External factors resulted in the teachers finding that more support from management and more education was needed to increase physical activity among the students. **Conclusion:** The conclusions of the result were that more research was needed on educators attitudes to health promotion efforts, more education for educators on increased physical activity in the school and it was important for the educators in the study that health promotion efforts were adapted to their workplace, receive support from management and other schools to implement physical activity among children. The majority of educators felt that there were no concrete guidelines on how to work with physical activity in school, therefore it was up to each individual educator to decide on how to work on physical activity.

Keywords

Physical activity, educators, attitudes & health promotion

Innehållsförteckning

Förord	5
1. Inledning	6
2. Litteraturgenomgång	7
2.1 Folkhälsopolitiska mål som berör hälsopromotion.....	7
2.2 Hälsopromotion.....	8
2.3 Fysisk aktivitet.....	9
2.4 Physical literacy.....	10
2.5 Attityder.....	12
3. Syfte	14
4. Metod	14
4.1 Val av metod.....	14
4.2 Urval, deltagare och kontext	15
4.3 Genomförande	16
4.4 Analys.....	17
4.5 Etiska övervägande.....	18
5. Resultat	19
5.1 Yttre faktorer som påverkar pedagogernas attityder	20
5.2 Inre faktorer som påverkar pedagogernas attityder.....	22
5.3 Resultatsammanfattning	24
6. Diskussion	24
6.1 Resultatdiskussion.....	24
6.2 Metoddiskussion	29
7. Konklusion	32
Referenslista	33
Bilaga 1: Informationsbrev	36
Bilaga 2: Samtyckesblankett	37
Bilaga 3: Intervjuguide.....	38

Förord

Vi vill börja med att tacka de tio pedagoger som har deltagit och givit oss olika perspektiv och berättelser på deras syn kring fysisk aktivitet i skolan och hur deras egen roll som pedagoger har en betydelse för hur väl hälsofrämjande insatser implementeras i skolan. Vi vill även tacka våra nära och kära som har varit väldigt förstående och ställt upp för den tid som vi behövt till arbetet samt ett tack till Skåneidrotten som har givit oss detta intresseväckande ämne. En annan person som vi även vill tacka är vår handledare Johanna Bergman som under studiens gång hjälpt oss, motiverat och stöttat oss.

Vårt intresse för fysisk aktivitet har vi haft gemensamt sedan vi började utbildningen. Det är ett ämne vi båda gärna valt i våra övriga uppgifter genom utbildningens gång och var det en självklarhet att vi ville fördjupa oss inom det området ytterligare en gång. Under studiens gång har vi diskuterat mycket om pedagogers synsätt kan ha en påverkan på hur hälsofrämjande insatser kring fysisk aktivitet implementeras i skolan och hur detta kan påverka hur barn och unga utvecklar sitt eget intresse för fysisk aktivitet och på så vis växte nyfikenheten fram hos oss att undersöka pedagogernas roll i skolan.

Tillsammans har vi skrivit hela arbetet men där vi i vissa delar har delat upp oss. Sindy tog ansvar för litteraturgenomgången medan Malin riktade in sig på metoden. Därefter har delarna behandlats av båda för att skapa en bättre samstämmning genom texten. Vi har kunnat diskutera och delge varandras tankar som i sin tur har fört arbetet vidare framåt. Denna process har varit väldigt givande och lärorik då vi har fått lära oss mycket om oss själva och hur det är att arbeta så intensivt tillsammans med någon annan. Det har varit en utmanande men en otroligt rolig process.

Kristianstad, 4 Maj 2020

Malin Shakir Månsson & Sindy Puelma Mora

1. Inledning

Alldeles för många barn och unga är idag stillasittande, därför har en satsning utifrån regeringen år 2018 startas för att skapa mer rörelse i skolan. Satsningens syfte är att förbättra skolresultaten, folkhälsan och välbefinnandet (Riksidrottsförbundet 2019b). Efter ett samtal tillsammans med Skåneidrotten som är en aktör inom hälsofrämjande insatser i skolor, samtalades det om att det finns stora skillnader på hur väl pedagoger i skolan tog emot satsningen. Trots att flertal rapporter har visat positiva effekter av implementeringen av satsningen på skolor så finns det idag hinder för att kunna få med fler skolor på banan. Ett hinder som har uppmärksammats är subjektiva upplevelser och det behövs därför mer kunskap för att få en uppfattning om svagheterna med rörelsesatsningen. I samtalet nämnde Skåneidrotten att det gick att se beroende på om pedagogerna själva hade ett starkt intresse för fysisk aktivitet tog de även till sig informationen kring ämnet lättare än de pedagoger som inte hade det. För de pedagoger som själva inte hade ett genuint intresse av fysisk aktivitet, blev det bara ytterligare en uppgift. Det går därför att se att attityder bland vuxna till fysisk aktivitet verkar spela en avgörande roll för att möjliggöra att satsningen ska kunna integreras. SVT (2016) nämner att på en annan skola har det satsats på att eleverna ska motionera varje dag. Denna satsning kallas för pulsträning och har startats igång för att eleverna rör sig inte tillräckligt mycket i skolan. I artikeln nämnde en idrottslärare att det bästa som skolan kan erbjuda eleverna är chansen att få röra sig eftersom de inte alltid gör det på sin fritid, då är det upp till skolan att också ta ansvaret. Med hjälp av denna satsning, har det märkts att elevernas meritvärden har höjts sedan pulspassen hade startats (SVT 2016). Problematiken är att barn rör sig alldeles för lite i skolan och därav bidrar till ökning av fysisk inaktivitet i samhället (Raustorp & Fröberg 2019). Fysisk inaktivitet bland barn och ungdomar är idag ett drastiskt växande folkhälsoproblem i Sverige, nämner Harris (2018). Detta beror bland annat på att eleverna i skolan spenderar alldeles för mycket tid med digitala redskap såsom telefoner och ipads. Det är en av många anledningar till att barn och unga är fysisk inaktiva i skolan. Här lyfter Scriven (2013) att skolan anses vara en viktig arena för i arbetet för att förebygga fysisk inaktivitet bland eleverna. Harris (2018) menar att den fysiska inaktiviteten har en allvarlig konsekvens och är idag den fjärde ledande riskfaktorn för dödlighet och sex procent av världens dödsfall. I Sverige finns det enbart 59 skolor utav totalt 246 skolor som har satt mål och riktlinjer av fysisk aktivitet i skolan. Av 246 skolor är det 93 skolor som menar på att de arbetar med fysisk aktivitet men uppger inga dokument kring det (Skolverket 2019).

2. Litteraturgenomgång

2.1 Folkhälsopolitiska mål som berör hälsopromotion

Folkhälsomyndigheten har frambringat åtta målområden som går ut på att skapa samhälleliga förutsättningar för en jämlik och god folkhälsa samt för att minska risken för sjukdom och ohälsa (Folkhälsomyndigheten 2019a). Målområde ett lägger fokus på att barn redan tidigt i livet ska få goda förutsättningar. Genom att stimulera deras tidiga utveckling, inläring samt hälsa skapas och stärks barnens förutsättningar för att möjliggöra utveckling av fysiska, psykiska, kognitiva och emotionella förmågor (Folkhälsomyndigheten 2019a). Arenor som kan stödja och främja barnens hälsa är barnhälsovård och skolor av god kvalitet (Folkhälsomyndigheten 2019a). Skolan ses som en viktig arena för hälsofrämjande arbete bland barn och ungdomar, Scriven (2013) betonar att skolan länge har betraktats som kraftfulla agenter för förändring i ett beteende. Skolor kan påverka samt förbättra elevernas hälsa med hjälp av pedagoger, specialpedagoger, kuratorer samt hälsoteamet i skolan, berör Scriven (2013). Skolans undervisningar bör inte lägga all sin fokus på att eleverna ska ta till sig kunskap, utan undervisningarna ska även utformas på så sätt att eleverna får stöd och lär sig hur ett hälsosamt liv ser ut, konstaterar Scriven (2013).

Folkhälsomyndighetens målområde två handlar om att utveckla samt utbilda individer för att kunna uppnå en jämlik och god hälsa. Utbildningsnivån har en stor påverkan på hur hälsan ser ut i befolkningen, hävdar Folkhälsomyndigheten (2019a). Centrala arenor för att kunna främja utveckling och utbildning är grundskolor, gymnasieskolor, vuxenutbildningar och även det ideella föreningslivet. Folkhälsomyndigheten (2019a) menar på att de centrala arenorna även kan minska fysiska och psykosociala risker bland befolkningen exempelvis som oro, koncentrationssvårigheter och ångest. Målområde sex rör sig om levnadsvanor och hur centralt område det är för att nå målet om en jämlik hälsa i ett samhälle. Förutsättningarna för en god hälsa handlar främst om hur individer väljer att leva sina liv, här benämner Folkhälsomyndigheten (2019a) att vad individer har för levnadsvillkor och levnadsvanor skiljer sig åt beroende på deras utbildningsnivå, sociala miljö och ekonomiska förutsättningar. Socioekonomiska skillnader syns tydligt inom detta område (Folkhälsomyndigheten 2019a).

2.2 Hälsopromotion

Ottawa Charter var ett dokument som startades igång en konferens i staden Ottawa och där begreppet hälsopromotion tog sin start och definierades. Hälsopromotion benämns även som hälsofrämjande och är en process för att skapa miljöer samt nya förutsättningar för att göra det möjligt för människor att kunna öka kontrollen och förbättra deras hälsa (World Health Organization u.å). Det formulerades fem principer som blev centrala riktninggivare för vad hälsopromotion handlar om nämligen *skapa hälsoinriktad samhällspolitik, stödja miljöer för hälsa, stärka gemenskapsåtgärderna, utveckla personliga färdigheter och förnya hälso-och sjukvården*, belyser World Health Organization (u.å). Hälsopromotion används oftast utifrån det salutogena perspektivet, Korp (2016) nämner att utifrån det salutogena perspektivet ska det inte endast ställa frågor om vad som orsakar ohälsa och sjukdom utan även ställa frågor om vad som skapar hälsa, nämligen friskfaktorer. Med hjälp av det salutogena perspektivet i hälsopromotion fokuseras det på hälsans förutsättningar och att identifiera de resurser som behövs, så att individer kan vidmakthålla samt utveckla sin hälsa (Korp 2016).

Persson och Haraldsson (2017) betonar att det är skolchefer som avgör hur hälsofrämjande insatser ser ut i svenska skolor. Skolcheferna ska förtydliga mål och arbetsmetoder samt regelbundet samtala med skolpersonalen. Här påpekar Persson och Haraldsson (2017) att skolchefens intresse för hälsofrämjande arbete var avgörande för framgång. Hälsopromotion i svenska skolor motsvarar inte fullt ut elevernas behov. I Skolinspektionens rapport (2015) visade det att skolornas förebyggande och hälsopromotioner var sällan omfattandes av tydliga strategier och systematiskt utvecklingsarbetade det vill säga uppföljning, analys, planering och genomförande. Därav behövs hälsofrämjande arbete utvecklas eftersom det ledde till bland annat att elevers förutsättningar till god hälsa blev otillräckliga, menar Skolinspektionen (2015). Det framkom även i Skolinspektionens rapport (2015) att hälsofrämjande arbete oftast initierades och implementerades av pedagogerna själva utan att ha medverkat med elevhälsans personal. Därav blir hälsopromotion svagt i skolor eftersom hälsopromotion kräver olika kunskaper från olika professioner såsom skolpsykologer, specialpedagoger och skolsköterskor. Skolinspektionen (2015) menar på att samarbetet mellan pedagogerna och elevhälsans personal behöver samarbetet förbättras då elevhälsans uppdrag är att främja, förebygga och stödja elevers utveckling (Skolinspektionen 2015).

2.3 Fysisk aktivitet

Fysisk inaktivitet är ett växande folkhälsoproblem i Sverige. Fysisk inaktivitet är idag den fjärde ledande riskfaktorn för dödlighet och sex procent av världens dödsfall går att härleda till fysisk inaktivitet (Harris 2018). Fysisk aktivitet kan innefatta olika aktiviteter såsom motion, fysisk träning, trädgårdsarbete, städning, idrott till aktiviteter i arbetet (Folkhälsomyndigheten 2019b). Barn och ungdomar i åldrarna 5–17 rekommenderas att vara fysiskt aktiva minst 60 minuter varje dag där aktiviteten som utförs bör göra så att både puls och andning ökar (Folkhälsomyndigheten 2019b). Fysisk aktivitet tillsammans med hälsosamma levnadsvanor kan förebygga ohälsa och en rad olika sjukdomar som är relaterade till för lite fysisk aktivitet, skriver Folkhälsomyndigheten (2019b). Rekommendationerna är formulerade för att kunna utbilda samt motivera ungdomar att främja hälsosamma rörelsenivåer, betonar Zahrt och Crum (2020).

Det finns ett stort samband mellan fysisk aktivitet och mentalt välbefinnande. I Harris studie (2018) betonades det att resultatet visade att de deltagare som var fysiskt aktiva hade ett gott mentalt välbefinnande, medan de som var inaktiva hade en svag mental hälsa. Här menar Harris (2018) att framtida studier bör undersöka sociala eller psykologiska faktorer för att kunna undersöka potentiella förklaringar för att kunna hantera ojämlikheter i mental hälsa. Detta kan leda till lämpligare fysiska aktivitetsmöjligheter för deltagarna för att stödja beteendeförändring, betonar Harris (2018). Det finns ett positivt samband mellan kontinuerlig fysisk aktivitet och hälsosamma hjärnfunktioner, exempelvis kan fysisk aktivitet ha en påverkan på minne, koncentration och vara skyddande mot demens och depression, belyser Folkhälsomyndigheten (2019b).

Idag finns det enbart 59 skolor i Sverige utav totalt 246 skolor som har arbetat med att ha satt mål och riktlinjer om fysisk aktivitet i skolan (Skolverket 2019). 93 av 246 skolor konstaterade att de arbetade med att främja fysisk aktivitet på sina skolenheter men uppgav inga dokument eller regler kring de (Skolverket 2019). På grund av dessa låga siffror skriver Skolverket (2019) att regeringen har tagit fram att skolorna i Sverige ska införa 100 timmar ytterligare inom idrott och hälsa, så att eleverna får möjligheter att vara mer fysiskt aktiva under skolgång. Inaktiva elever är en bidragande faktor till ökningen av fysisk inaktivitet i samhället, det beror bland annat på att barn och unga rör på sig allt mindre och att digitala föremål som exempelvis telefoner, ipads och tv-apparater som idag ersätter fysisk aktivitet

mer och mer (Raustorp & Fröberg 2018). Skolan är en viktig arena i arbetet för att implementera hälsofrämjande insatser. Med hjälp av denna studie kan det ges en översikt över pedagogers attityder kring rörelse i skolan samt hur hälsopromotion och physical literacy kan utvecklas i skolor. Idag finns det hinder med att förstå pedagogers perspektiv och synsätt på att införa hälsofrämjande insatser, då det upplevs finnas skillnader i pedagogers attityder inom området. Därför behövs det mer kunskap och verktyg för att nå ut till flera skolor och pedagoger så att fler kan bli delaktiga och främja rörelse bland elever i skolan. Därav har denna studie en stor betydelse utifrån ett folkhälsovetenskapligt samhällsperspektiv.

Beroende på individens resurser kan det påverka vilken hälsopromotion som går att utföras, i Raustorp och Fröbergs studie (2019) påpekades det att den fysiska och byggda miljön hade en påverkan på hur deltagarna valde att vara fysiskt aktiva. I Froehlich Chow och Humberts studie (2014) ansåg pedagogerna att det viktigaste med att införa hälsopromotion i skolan var att insatserna var anpassade efter väder. Här menade pedagogerna att den extrema kylan och varma temperaturer kunde göra det svårt för pedagogerna att ge barnen möjligheter att vara aktiva ute. Pedagogerna i studien nämnde även att hälsoinsatsen bör vara modifierad till skolans utrymme eftersom skolornas arena kan skiljas åt (Froehlich Chow & Humbert 2014).

McFarland och Lairds studie (2018) påpekade att de flesta pedagoger ansåg att det var viktigt att skolgården hade möjligheter för eleverna att vara fysisk aktiva. Pedagogerna i McFarland och Lairds studie (2018) ansåg att skolgården bör ha aktivitets redskap till klättring, hoppning, balansering, löpning och cykling. Däremot lyfter McFarland och Laird (2018) att pedagogerna ansåg att arbetsplatsen bör gå igenom med sin personal om dessa riskfyllda lekar, så att pedagogerna kan hindra skador och låta barnen utveckla sina motoriska färdigheter. I studien nämnde pedagogerna att hälsofrämjande insatser i skolan för ökad fysisk aktivitet hos barn var en viktig beståndsdel eftersom de både stödjer pedagogernas arbete samt främjar en god hälsa bland barnen i skolan (McFarland & Laird 2018). Pedagogerna tog även upp att utbildning om fysisk aktivitet bland barn bör tas upp med personalen, så att pedagogerna kan säkerställa miljön och hjälpa till barn att delta i möjligheter (McFarland & Laird 2018).

2.4 Physical literacy

Physical literacy används för att undersöka rörelser i relation till fysisk aktivitet, begreppen används oftast för att utveckla barns fysiska hälsa och främja ett gott hälsobeteende samt rörelsekompetens, skriver Cairney, Dudley, Kwan, Bulten och Kriellaars (2019). Begreppet

physical literacy rör sig om att utveckla psykiska, fysiska och sociala kapaciteter för att få fram viljan samt modet att eftersträva ett aktivt liv, nämner Riksidrottsförbundet (2019b). Begreppet använder fyra grundläggande dimensioner nämligen den *fysiska*, *sociala*, *psykiska* och *idrottsliga*. Via dimensionerna kan det frambringas kunskaper, kompetenser samt förståelse till varför det är viktigt att vara fysiskt aktiv (Riksidrottsförbundet 2019a).

Riksidrottsförbundet har fått i uppdrag av regeringen att göra en satsning för mer rörelse i skolan. Riksidrottsförbundet (2019b) berör att de arbetar framförallt med att stärka physical literacy under skoldagen, där det handlar om att skapa och utveckla fysiska, psykiska och sociala förmågor för att barn och unga ska kunna vara aktiva genom hela livet.

Riksidrottsförbundets syfte med rörelsesatsningen är att använda sig utav physical literacy för att främja bättre mående bland ungdomar samt bättra på skolresultaten. Då de flesta elever upp till årskurs sex har visat sig vara mer stillasittande samt att bara 44 procent av pojkarna och 22 procent av flickorna når den rekommenderade nivån, som är 60 minuter fysisk aktivitet om dagen. Satsningen vänder sig till alla barn i årskurs F till 6 men med störst fokus på de som inte rör sig tillräckligt, då risken är större att de även som vuxna kommer röra sig för lite, belyser Riksidrottsförbundet (2019b). Med hjälp av physical literacy skapas det möjlighet att inspirera barnen till att tycka rörelse är roligt och därmed kan barnen skapa ett intresse för fysisk aktivitet. Samverkan ska ske med kommuner och skolor på grund av att physical literacy är lika viktigt som läs- och skrivförståelse, belyser Riksidrottsförbundet (2019b). Skolor som är med och samverkar tillsammans med Riksidrottsförbundet har tillgång till att få en handlingsplan, processtöd för skolans rörelse team, utbildning i physical literacy hos personalen, erbjudanden av rörelse coach och bredare nätverk för att få inspiration, nämner Riksidrottsförbundet (2019b). Det är flertal skolor som är med och samverkar, eftersom de skolor som är med har noterat att det har gett positiva effekter på eleverna, vilket i sin tur har lett till att fler skolor fått upp ögonen för satsningen (Riksidrottsförbundet 2019b). I en artikel från Kristianstadsbladet (2019) skrivs det att vinsterna är många med satsningen, bland annat sett att skolorna får fler koncentrerade elever under lektionstid samt att den sociala förmågan har förstärkts. Genom att ha ett medvetet arbete med ett gemensamt mål ges det vinster som mindre kränkningar, mobbning och bättre prestation bland eleverna i skolan, berör Riksidrottsförbundet (2019b). I nuläget bedrivs 340 skolor i Sverige en överenskommelse med Riksidrottsförbundet där physical literacy är i fokus för hälsofrämjande rörelse i skolan (Riksidrottsförbundet 2019b). Detta kan anses vara väldigt

lågt antal då Skolverket (2020) påpekar att det finns 4903 registrerade grundskolor i Sverige sedan det startade år 2004.

I en undersökning som gjordes av Buckler och Bredin (2018) var det totalt 85 pedagoger som deltog och där det var elva pedagoger som inte kände till begreppet physical literacy, betonar Buckler och Bredin (2018). Pedagogerna önskade att få kunskap om physical literacy, utbildningsmöjligheter kring det samt få idéer om aktiviteter för att främja physical literacy i skolmiljön (Buckler & Bredin 2018). Pedagogerna i studien påpekade att utbildningsmöjligheter bör vara fortbildning då skolans bemanning kunde bli påverkad samt att utbildningen bör vara åldersanpassat till pedagogerna, så att pedagogerna är kapabla att tillhandahålla ökad fysisk aktivitet bland eleverna (Buckler & Bredin 2018). Pedagogerna i studien hade allmänt en grundläggande kunskap och förståelse kring physical literacy men att pedagogerna hade svårigheter att engagera sig kring fysiska aktiviteter i skolan, lyfter Buckler och Bredin (2018). Physical literacy begreppet är svårt att definiera bland pedagoger, då begreppet har ändrat sin definition ett antal gånger, betonar Harvey och Pill (2019). Detta har resulterat till att pedagogerna i Harvey och Pills studie ansåg att physical literacy är ett begrepp som inte används i skolan men att de använder samma mål, som att främja elevernas fysiska förmåga. Pedagogerna ansåg att physical literacy är en term som är för övergripande, förvirrande och betyder olika för varje person (Harvey & Pill 2019). I Harvey och Pills studie benämnde pedagogerna att de definierar physical literacy som ett resultat av hög fysisk aktivitet och fokuserar på fysisk träning samt främjar värdet av fysisk träning (Harvey & Pill 2019). I Harvey och Pills studie (2019) påpekar författarna att physical literacy bör vara endefinierad i hela världen så att physical literacy blir en teori i sig och inte en anpassad teori beroende på omgivningen, då det skapar förvirring för pedagogerna.

2.5 Attityder

En attityd är individens uppfattning till någon eller något, individer använder attityder för att kunna organisera en tanke eller en uppfattning som leder till att ta ett beslut, skriver Nilsson (2015). Attityder är indelad i tre olika aspekter och här nämner Nilsson (2015) att den *kognitiva aspekten* rör sig om tidigare erfarenheter om ett fenomen, *affektiv aspekt* handlar om våra känslor gentemot fenomenet och *beteende aspekten* är där individen gör en handling av fenomenet. Attityder ser olika ut beroende på olika faktorer såsom bakgrund, kön, socioekonomi, miljö och kan ha en direkt påverkan på vilka val en individ väljer (Nilsson 2015).

Varje ansträngning som kan göras för att inspirera och förbättra barns upplevelser av fysisk aktivitet kräver engagerade pedagoger. Gehris, Gooze och Whitaker (2015) accentuerar att pedagoger är oerhört värdefulla och det är via dem som rörelse kan främjas, men att det finns ansträngningar för att förstå deras attityder till detta ämne. När pedagoger engagerar sig och har en positiv attityd till fysisk aktivitet, förstärks relationen mellan pedagogen och eleven samt att barnen har lättare att ta till sig rörelse när dem ser sina pedagoger som goda förebilder (Gehris et al. 2015). Skolinspektionen (2010) nämner att pedagogernas förmåga och engagemang är faktorer som påverkar elevers resultat märkbart. Pedagogen ska kunna motivera eleverna genom att kunna koppla all sorts undervisning till elevernas personliga erfarenheter, detta gör att resultatet blir en miljö som stödjer elevers lärande och utmanar samt stimulerar elevens kunskaper (Skolinspektionen 2010). När pedagoger är kunniga om motivationsstrategier och har intresset för att främja ökad fysisk aktivitet bland barn och ungdomar blir engagemanget stort, anser Zarrett, Abraczinskas, Skiles Cook, Wilson och Ragaban (2018). De pedagoger som inte har lika positiv attityd och synsätt till fysisk aktivitet upplevde att det fanns tidsbegränsningar och sociala normer som begränsade deras förmåga att implementera och utföra olika strategier (Zarrett et al. 2018). Därmed var det också många skolinsatser som var svåra att upprätthålla efter interventionen på grund av olika pedagogernas attityder och inställningar. Zarrett et al. (2018) accentuerar att pedagogens aktiva intresse för elever och dess olika ämnen är en grundpelare till att en skola blir framgångsrik i fysisk aktivitet. Dessa resultat går i linje med vad Folkhälsomyndigheten (2019b) beskriver att idag är ungefär hälften av Sveriges vuxna befolkning inte tillräckligt fysiskt aktiv och har en direkt påverkan på barn och unga. Folkhälsomyndigheten (2019b) menar på att vuxna inte längre är fysiskt aktiva och förmedlar därav en svag bild av naturlig rörelse till de yngre generationerna.

Pedagogers uppfattningar om fysisk aktivitet ansågs vara en avgörande roll om elevernas syn på fysisk aktivitet i skolan (Froehlich Chow & Humbert 2014). Med tanke på att både föräldrar och pedagoger är de närmaste vuxna personer kring barnens närmiljö och därav kan barnen se föräldrar och pedagoger som förebilder, förklarar Froehlich Chow och Humbert (2014). Pedagogerna i Froehlich Chow och Humberts studie ansåg sig själva vara kunniga inom fysisk aktivitet i skolan, men att arbetskollegorna som arbetade som pedagoger i skolan hade brist på kunskap om fysiska aktiviteter vilket ledde till att engagemanget till aktivitetsmöjligheter i skolan blev svagt (Froehlich Chow & Humbert 2014). Pedagogerna

ansåg i Froehlich Chow och Humberts (2014) studie att föräldrarnas kunskap om fysisk aktivitet hade en påverkan om skolan engagerade sig i hälsofrämjande insatser i skolan. Pedagogerna påpekade att föräldrar oftast misslyckades med att skicka lämpliga kläder med barnen för att vara fysiskt aktiva. De pedagoger som inte deltog i fysisk aktivitet regelbundet var mindre benägna att ägna sig åt fysiska aktiviteter med eleverna och att detta medförde att barnen oftast ville sitta med pedagogerna. Detta ledde i sin tur till att de pedagoger som var intresserade över fysisk rörelse fick de svårt att intressera barnen till att vara fysiskt aktiva under rasterna eller på fritidshemmet, nämner Froehlich Chow och Humbert (2014).

3. Syfte

Syftet var att undersöka attityder hos pedagoger som kan påverka hälsofrämjande insatser i skolan för ökad fysisk aktivitet hos barn.

4. Metod

4.1 Val av metod

För att finna svaret på frågeställningen om pedagogers attityder av hälsofrämjande insatser i skolan har det använts en kvalitativ metod. Kvalitativa metoder rör sig om framförallt människors upplevelser av ett ämne och att tolka det specifika ämnet, betonar Ahrne och Svensson (2015). Det här går i linje med denna studie, då syftet har varit att undersöka attityder bland pedagoger och därav har det behövts få fram pedagogers uppfattningar och tolkningar av hälsofrämjande insatser. Inom kvalitativa metoder brukar ett påstående eller frågeställningar vara förbestämda, vilket betyder att det finns ett visst ämne som önskas att undersökas och utifrån det så formas det fram en eller flera frågeställningar. Detta kan speglas ihop med studiens frågeställning, då vetenskapen poängterar att attityder bland vuxna verkar vara en bidragande faktor för att möjliggöra rörelsesatsningen i skolan.

Kvalitativa studier handlar om att se till att de uppgifter som tas emot under undersökningen ska vara pålitlig, betonar Eliasson (2018). Vidare skriver Eliasson (2018) att vem som helst ska kunna tolka uppgifterna på samma sätt, om undersökningen upprepas. Kvalitativa undersökningar är oftast induktiv, här menar Ahrne och Svensson (2015) att en kvalitativ metod har sin data som utgångspunkt och kommer fram till olika tolkningar eller påståenden. Detta blev en nytta för studien då resultatet på undersökningen kan vägleda och koppla fram en tolkning eller teori om hur hälsofrämjande insatser samt hur pedagoger kan utveckla sina

förmågor att skapa större chans till att främja fysisk aktivitet i skolan bland barn. Genom att välja semistrukturerade intervjuer så är frågorna förutbestämda och alla frågor ställs till alla deltagare. Intervjuledarna väljer själva följdfrågor utifrån det som deltagaren berättar. Alla deltagare får samma huvudfrågor, vilket gör att alla som deltar i undersökningen behandlas likvärdigt samtidigt som intervjuerna formas utifrån deltagarnas svar. Enligt Ahrne och Svensson (2015) så används semistrukturerade intervjuer för att hitta frågeställningar och teman som kan besvara syftet med studien. Intervjuerna genomfördes via telefon och på vissa av pedagogernas arbetsplats. På grund av rådande omständigheter så ville inte vissa skolors rektorer att pedagogerna skulle ha fysiska träffar med någon utanför verksamheten och därav blev vissa intervjuer över telefon.

4.2 Urval, deltagare och kontext

Hur en urvalsram tas fram beror på vilken population studien vill uttala sig om. Syftet var inte att välja deltagare slumpvis utan urvalet var styrt, detta kallas för ett bekvämlighetsurval, förklarar Eliasson (2018). Med hjälp av ett målstyrt urval riktas frågeställningar in på en unik grupp av människor som ska undersökas, som i detta fall var pedagoger. Ett målstyrt urval enligt Eliasson (2018) går även att beskriva som att de ansvariga för studien väljer ut specifika intervjupersoner för att uppnå ett resultat för studien i åtanke. Studiens intervjupersoner som var pedagoger kom att kontaktas via rektorn på respektive skola som i detta fall blev avgörande för om studien fick lov att genomföras på den specifika skolan. När kontakt togs med rektorn, blev hen förfrågad om att skicka vidare information till intervjupersonerna och skulle de sedan känna sig villiga att ställa upp, kom därefter ett informationsbrev och samtyckesblankett. Därefter bokades en tid som passar dem för att genomföra intervjun.

De deltagare som medverkade under studien arbetade, arbetar samt vikarierar som pedagog. Då pedagoger är en omfattande titel har studiens deltagare varit bland annat fritidspedagoger, förskollärare, folkhälsopedagoger, vikarier till fritidspedagoger och idrottslärare. Alla pedagoger hade en gemensam nämnare och det var att de arbetar med elever från förskola upp till årskurs 6. De pedagogerna som valdes i denna studie arbetar i Kristianstad och i Malmö kommun. Anledningen till att Malmö och Kristianstad valdes som områden i studien var för att författarna bor i städerna. Pedagogernas som medverkade var i åldrarna 20–50 med en könsfördelning på tre män och sju kvinnor.

4.3 Genomförande

För att göra studien mer anpassad och pålitlig prioriterades det att utföra en pilotintervju. Genom att utföra en pilotintervju innan studien påbörjades, kontrollerades det om frågorna som skulle ställas under intervjuerna var passande för att nå det resultat som eftersträvades inom studien. En pilotintervju enligt Eliasson (2018) innebär att intervjufrågorna kontrolleras genom att testa dem på enskilda individer inom samma målgrupp, men som inte är med i urvalet. Genom att prioritera en pilotintervju, kan deltagarna ge synpunkter på intervjun och de frågor som ställs och då ges det möjlighet att utforma frågorna annorlunda innan studien genomförs på det valda urvalet (Eliasson 2018). För att pilotintervjun skulle genomföras behövdes en rektor på utvald skola kontaktas för att fråga om det gick att göra en testintervju tillsammans med några av skolans pedagoger. Deltagarna i undersökningen kom även att få ett informationsbrev och en samtyckesblankett. Om skolans rektor accepterade undersökningen, kom hen att få välja ut några pedagoger som möjligen kunde tänkas ställa upp på intervjun, om förfrågan togs emot så kom samma informationsblankett att skickas ut och en samtyckesblankett. Därefter bokades en tid med respektive pedagog.

Syftet med en pilotintervju var att intervjua liknande personer som ingår i den riktiga intervjun. De personer som använts i pilotintervjun får inte vara samma personer som kommer användas vid senare intervjuer, betonar Eriksson-Zetterquist och Ahrne (2015). Anledningen till att en pilotintervju gjordes var för att se om frågorna var lättförstådda och relevanta för syftet. I pilotintervjun var det pedagoger från en skola som valde att medverka. De som ställde upp i intervjun var till stor hjälp, för att det gavs ett tillfälle i hur intervjuledarna behöver anpassa och förhålla sig till sin roll. Efter pilotintervjun gavs det mer förståelse över vilka frågor som var bra ställda och vilka som var mindre bra samt hur mycket tid som behövdes till varje fråga. Det gjordes lite ändringar i intervjuguiden (se bilaga 2) eftersom det gick att se en röd tråd i vilka frågor som inte var relevanta och vilka frågor som intervjupersonerna inte riktigt förstod, dessa frågor gjordes om med tips från deltagarna.

Det första som gjordes var att hitta skolor där pedagoger arbetar med elever från F till årskurs 6 från städerna Malmö och Kristianstad. Därefter skickades det ut ett mail till varje skolas rektor för att kunna nå fram till pedagogerna. I mailet presenterades studien kortfattat. Därefter kontaktades varje rektor via telefon då det inte blev bra respons på mailen. Författarna presenterade sig ännu en gång och informerade vad som var syftet med studien

och vad pedagogerna skulle bli intervjuade om. En överenskommelse gjordes sedan med rektorerna om att deras pedagoger skulle höra av sig om det fanns intresse och att det där och då skulle bestämmas tid och plats för var intervjun skulle äga rum. I förhållande till att det blev godkänt av rektorerna i varje skola, var tanken att hålla en intervju med varje pedagog som har valt att medverka. Studiens semistrukturerade intervjuer medförde att intervjupersonen fick samtala om sin syn på verkligheten, därav anser Eliasson (2018) att intervjuaren bör låta deltagaren samtala så mycket som möjligt, utan att det leds av intervjuaren. För varje intervju fick författarna turas om att vara intervjuare och bisittare så att båda fick möjligheten att leda en intervju och även anteckna information som pedagogen gav. Detta gjordes för att båda författarna ville få uppleva hur det var att få vara både intervjuledare och bisittare. Varje pedagog som deltog skrev under en samtyckesblankett och fick en muntlig redovisning om att intervjun skulle spelas in med hjälp av en inspelare och att materialet som samlats in kommer att transkriberas, med godkännande från varje deltagare. Anledningen till att det användes en inspelare var för att säkra att inget av det pedagogerna sade skrevs ner annorlunda eller tolkades på ett annat sätt.

4.4 Analys

Syftet med studien var att undersöka attityder hos pedagoger och hur de upplevde implementeringar av hälsofrämjande insatser i skolan med inriktning ökad fysisk aktivitet hos barn. Det användes också en kvalitativ teknik i studien som kallas för induktiv innehållsanalys. En induktiv innehållsanalys används när det vill dras olika slutsatser i form av kommunikation, som exempelvis intervjuer, belyser Graneheim och Lundman (2004). Här valdes det att lyssna igenom all material flertal gånger, för att kunna transkribera materialet från de genomförda intervjuerna. I den induktiva innehållsanalysen lästes det igenom allt material från alla intervjuerna för att kunna få fram deltagarnas kollektiva meningar. Sedan valdes det ut meningar och uppfattningar som kan avspegla deltagarnas attityder och beteende väl. Här accentuerar Graneheim och Lundman (2004) att meningarna och uppfattningarna benämns under meningsbärande enheter och dess funktion är att förkorta texten från materialet men upprätthålla innehållet. Meningsbärande enheter är citat som sammanfattats från alla intervjupersoners svar, nämner Graneheim och Lundman (2004). De meningsbärande enheter som väljs ut är noga utvalda för att besvara syftet så bra som möjligt, se figur 1. När de meningsbärande enheterna hade valts ut, omformulerades dessa till en sammanfattning som är innehållet i citatet. När citaten hade valts ut från intervjuerna, omvandlades dessa till enheter och sen till en kod och därefter till en subkategori som därpå skapade kategorier. När

kategorier skapas används det både en manifest och latent. Manifest tar upp det som står i transkriberingen medan den latent belyser det som det som ibland kan hamna mellan raderna men som har en viktig betydelse i innehållet, belyser Graneheim och Lundman (2004). Kategorierna kommer därefter framföras under resultat och visar vilka olika sammanfattande former som representerar svaret på syftet. Kategorierna som framkommer ur innehållsanalysen betecknar därefter huvudinriktningarna för pedagogernas upplevelser.

Figur 1: Denna figur visar ett exempel på hur innehållsanalysen har gått till

Meningsbärande enhet	Kondensering	Kod
“Att vara en pedagog innebär att jag får lära ut, bli en förebild, inspirera och påverka barnens förutsättningar i skolan som till exempel må bättre.”	Yrkesrollen ger möjlighet att påverka barns förutsättningar positivt	Pedagogen ger positiva förutsättningar till barn
“Oavsett om pedagogen har tid till att träna eller inte så har pedagogen ett ansvar att förmedla en god syn på rörelse till eleverna, å andra sidan kan fysisk rörelse göra pedagogen gladare och mer positiv under arbetsdagen”	Fysisk aktivitet har en positiv påverkan på pedagogerna och oavsett om pedagogen tränar eller inte så anses pedagogen förmedla en god syn på fysisk rörelse	Fysisk aktivitet är positivt för både barn och pedagoger

4.5 Etiska övervägande

Deltagarna i studien har blivit värnade och informerade med stöd av Vetenskapsrådets (2002) forskningsetiska principer. Nedanstående framkommer det hur studien har förhållit sig till de forskningsetiska principerna inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning.

Informationskravet uppfylldes i skrift och muntligt då intervjuerna skedde via fysisk kontakt samt telefonintervju. Här delades informationsbrevet ut (se bilaga 1) till varsin deltagare och förklarade studiens syfte samt vilka villkor som gäller för deras deltagande, såsom att intervjuerna kan spelas in med deltagarnas godkännande, hur den insamlade materialet kommer att användas samt vilka som har behörighet det insamlade materialet.

Samtyckeskravet iaktogs genom en underskrift av alla deltagares samtycke som inhämtades innan intervjuerna utfördes (se bilaga 2). Utifrån samtyckeskravet informerades det till deltagarna att de kan avbryta sin medverkan närsomhelst under intervjuens gång utan att det ges negativa påföljder. Samtyckesblanketten var utformad så att författarna kunde bibehålla deltagarens underskrift och att pedagogerna fick kvarhålla informationsdelen. De deltagare som genomförde telefonintervjuer fick samtyckesblanketten utskickad via mail, skrev under och scannade in blanketten och därefter skickades tillbaka till studiens ansvariga.

Konfidentialitetskravet tillgodoseddes via att ha informerat till deltagarna (se bilaga 1) att deras identiteter såsom akronymer och deras svar på intervjun kommer inte kunna identifieras. Allt inhämtat material är enbart auktoriserat till studiens ansvariga för att kunna bevara konfidentialitet. Vidare informerades att allt material såsom ljudinspelning och allt som är kopplat till deltagarna kommer att förstöras efter att examensarbetet har blivit examinerat som godkänd. Här har det även informerat att under resultatet kommer deras namn ersättas med förkortning som P1-P10 (P=Pedagog).

Nyttjandekravet uppfylldes genom att deltagarna tilldelades information (se bilaga 1) om att all insamlat material samt resultatdelen endast ska förbrukas och nyttjas i examensarbetet. Deltagarna fick även information om att kandidatuppsatsen kommer att finnas tillgänglig till Högskolan Kristianstads datasystem samt tredje parten Skåneidrotten.

5. Resultat

Under detta avsnitt kommer resultatet från analysprocessen att redogöras. Till att börja med presenteras figur 2 som ger en översiktlig bild av resultatet. Under den löpande texten som kommer efter tabellen, redogörs förklaringen bakom subkategorierna och kategorierna som har skapats.

Figur 2: Studiens resultat som visas med kod, subkategori och kategori.

Kod	Subkategori	Kategori
Externa faktorer som påverkar fysisk aktivitet		

Stöd från ledning och skolor för att öka fysiska aktivitet	Externa faktorer för att öka fysisk aktivitet	Yttre faktorer som påverkar pedagogernas attityder
Känslor kring hälsoinsats är anpassad miljö, ekonomi och generation		
Utbildningen ger professionen fler resurser	Utbildning ger effekter	
Positiva effekter av utbildning inom hälsopromotion		
Fysiskt aktiva barn underlättar arbetsuppgifterna	Positiv erfarenhet av fysisk aktivitet	Inre faktorer som påverkar pedagogernas attityder
Fysisk aktivitet är positivt för både barn och pedagoger		
Positiv tidigare erfarenhet utav fysisk aktivitet		
Pedagogen ger positiva förutsättningar till barn	Pedagogens egna handlingar	
Pedagogens engagemang ses som en förebild för barnen		
Lek med pedagog frambringar trygghet och rörelse		

5.1 Yttre faktorer som påverkar pedagogernas attityder

Under detta avsnitt har det valts att dela upp huvudkategorierna i två delar, här presenteras en av de huvudkategorierna som är yttre faktorer som påverkar pedagogernas attityder. Denna kategori framkom genom att pedagogerna berättade att det är externa faktorer som påverkar fysisk aktivitet liksom stöd från ledning och andra skolor. Hälsoinsatser bör vara anpassad till ens miljö, ekonomi och generation för att kunna öka fysisk aktivitet, nämnde pedagogerna. Det behövs mer utbildning då pedagogerna ansåg att det ger positiva effekter för pedagogerna själva och barnen. Under denna huvudkategori är det två subkategorier som presenteras nämligen externa faktorer för att öka fysisk aktivitet och utbildning ger effekter.

Resultatet visade att pedagogerna påstod att det inte fanns tillräckligt med direktiv på hur det går att arbeta praktiskt med fysisk aktivitet. Därav ansåg pedagogerna att det behövs mer externa hjälpmedel för att få fler positiva effekter. Externa hjälpmedel såsom stöd från ledning och skolor var avgörande för hur pedagogerna valde att vara fysiskt aktiva med barnen.

”För att kunna öka fysisk aktivitet i skolan med barnen krävs det bättre stöd från ledningen och andra skolor, då skapas idéer och möjligheter för oss pedagoger” (IP1)

Resultatet visade att externa faktorer såsom ekonomi, miljö och generation även var kopplat till pedagogernas attityder kring hälsopromotion. Därav var det viktigt att ta hänsyn till dessa faktorer då dem kan ha en avgörande roll för hur mycket rörelse det finns bland barn. Pedagogerna ansåg att hälsopromotion behövs vara anpassad till pedagogens arbetsplats för att möjliggöra ökad rörelse bland barnen.

“Just nu kan jag inte komma på någon hälsoinsats däremot tycker jag att hälsoinsatser ska struktureras och anpassas till skolans ekonomi och pedagogernas arbetsplats, då vår arbetsplats ligger centralt och inte har tillgång till exempelvis stora platser som basketplan. Detta skapar hinder eftersom vi måste boka buss varje gång vi vill utföra mycket rörelse till barnen” (IP2)

Resultatet visade att rörelseaktiviteter behöver vara anpassade efter äldre pedagoger då de inte har samma förutsättningar som de yngre pedagogerna. Det kunde ibland upplevas av vissa pedagoger att de var tråkiga med barnen för att de inte hade samma förutsättningar som vissa andra pedagoger och detta skapade en negativ känsla.

”När man har lek med barnen brukar de yngre pedagogerna använda sin kropp för att instruera, då jag är äldre kan jag inte utföra vissa saker därför hade jag önskat att få kunskap för att få likadana förutsättningar för att kunna göra samma sak” (IP9)

Resultatet visade att utbildning ger effekter och att pedagogerna upplevde att det inte fanns specifika riktlinjer att förhålla sig till. Det kan med andra ord se väldigt olika ut från pedagog till pedagog och hur de väljer att strukturera upp aktiviteter, lektioner och raster. Några av pedagogerna nämnde att för kunna öka fysisk aktivitet i skolan krävs det stöd från ledning.

Flera av intervjupersonerna ansåg att det var en brist på både resurser och utbildning överlag. De menade på att om ekonomin hade varit bättre så hade det också funnit mer utrymme för att få fler utbildningar så att pedagogerna kan samarbeta bättre i skolan. Bemanning var något som många ansåg var en brist och att det behövs ett bättre stöd från ledning så att pedagogerna kan få tid till att gå på olika kurser eller utbildningar.

“Som sagt så har vi ju inte någon pågående insats, vilket hade varit bra för då hade vi haft samma riktlinjer att förhålla oss till så att vi kan skapa så bra förutsättningar för barnen som möjligt” (IP9)

“Om skolorna hade fått bättre status och resurser hade vi haft bättre med bemanning, utbildning och fler hälsoinsatser som kan hjälpa och stödja oss i vårt arbete” (IP3)

5.2 Inre faktorer som påverkar pedagogernas attityder

Under detta avsnitt har det valts att redogöra andra huvudkategorin som är inre faktorer som påverkar pedagogernas attityder. Denna kategori framkom genom att pedagogerna berättade att det är inre faktorer som påverkar de fysiska aktiviteterna i skolan. Pedagogerna hade positiva tidigare erfarenheter utav fysisk aktivitet, att deras engagemang ses som en förebild samt att med hjälp av fysisk aktivitet skapas trygghet mellan pedagogen och barnen. Under denna huvudkategori är det två subkategorier som presenteras nämligen positiva erfarenheter av fysisk aktivitet och pedagogens egna handlingar.

Resultatet visade att pedagogerna hade positiva erfarenheter av fysisk aktivitet eftersom pedagogerna förklarade att fysisk aktivitet har visat sig ha en positiv effekt för både pedagogen själv och barnen. Många av pedagogerna ansåg en stor fördel i att själva ha ett eget intresse av fysisk aktivitet, då dem ansåg att det var lättare att spegla detta till barnen samt att fysisk aktivitet påverkade positivt på pedagogers både privatliv och yrkesliv.

“Då jag är ung så tränar jag ungefär 3–5 gånger i veckan. Jag tränar för jag märker att jag tänker mer positivt, jag blir gladare och mer motiverad att vilja göra saker i mitt liv. Jag märker även att jag upplevs som trevligare och hälsosammare på jobbet, jag tränar även för det är forskning bevisat att träning hjälper ens hälsa väldigt mycket” (IP5)

Resultatet visade att i de samtliga intervjuerna förklarade pedagogerna att det går att se en tydlig skillnad när barnen har rört sig mer än vanligt. Flertal intervjupersoner nämnde fördelarna med att barnen var aktiva eftersom pedagogerna hade lättare att lära ut till barnen på grund av att de blir mer fokuserade och lugna. Utifrån vad pedagogerna nämnt så går det att avläsa att de själva blir mer inspirerade att försöka hålla barnen mer aktiva därför att de märker av en lugnare miljö i klassrummet. Resultatet visade även att belöning och feedback var en inre faktor för en del pedagoger. Pedagogerna nämnde att belöning såsom positiva kommentarer från föräldrarna eller respons från barnen när de speglade pedagogens fysiska aktiviteter var sådana belöningar som fick vissa pedagoger att vilja arbeta ännu mer kring fysiska aktivitet. Däremot lyfte ett antal pedagoger att belöning och feedback fanns väldigt lite av inom deras yrke. För några av pedagogerna kunde dålig feedback vara ett sådant hinder som gjorde att de inte fann motivation till att driva vidare frågan om fysisk aktivitet till ledningen och valde därmed att inte lägga ner mer tid på det området, då de hade mycket annat att fokusera på.

“Vi försöker alltid att motivera dem till att vara ute på rasterna. Vi vill även skapa en positiv bild av rörelse för att göra en påverkan så att rörelse är något barnen väljer att ha med sig även i vuxen ålder. Men ibland har vi önskat att vårt arbete också uppmärksammas mer både från ledning och föräldrar för att vi också ska känna att vi gör gott ifrån oss” (IP10)

Resultatet visade att pedagogerna lyfte fram sina egna erfarenheter av fysisk aktivitet och viljan att skapa bättre förutsättningar för barnen genom att spegla en positiv syn av fysisk aktivitet, skapa engagemang och frambringa lek och trygghet hos barnen. Pedagogerna berättade att det fanns mycket att vinna i att utföra fysisk aktivitet även under sin fritid och inte bara under arbetsdagarna. Vissa pedagoger som inte hade intresset eller förutsättningarna har ändå mycket kunskap om området och vet om alla fördelar, men på grund av flera omständigheter så har de inte möjlighet och i vissa fall inte tid till träning och motion. Flera intervjupersoner menade på att dem även själva får lättare att koncentrera sig under sina lektioner och hade lättare för att bemöta eleverna positivt när dem hunnit med att träna som de önskat. Flera av pedagogerna förklarade att de hade en önskan om att ge bättre möjligheter till barn under deras skoltid därför att dem själva inte hade fått det under sin ungdom och skoltid, det fanns alltså ett bakomliggande driv i att främja fysisk aktivitet hos eleverna.

“Jag tror absolut att barn får ett bättre mående av att röra på sig. Vi har märkt att dem

dagarna när barnen fått röra på sig mer än vanligt så blir dem lugna, kreativa, lyssnar bättre och är gladare. Barnen vill även gå ut mer efter skolan, eftersom barnen har sagt att till oss att det är roligt med lekarna “(IP9)

5.3 Resultatsammanfattning

Resultatet ovan kan sammanfattas till att pedagogernas attityder kring ökad fysisk aktivitet hos barn beror på både pedagogernas yttre och inre faktorer. Studiens resultat visade att pedagogernas attityder kring att öka fysisk aktivitet för barnen berodde på externa faktorer såsom stöd från ledning, samverkan med andra skolor, ekonomin samt mera utbildning kring ämnet, så att både pedagogen samt barnen får goda resurser och rätta förutsättningar till ökad fysisk aktivitet i skolan. Pedagogerna under resultatet nämnde att hälsopromotion bör anpassas efter skolans miljö, efter pedagogens ålder och skolans bemanning. De inre faktorer resulterade att pedagogerna har kunskap och erfarenheter kring fysisk aktivitet hos barn och kan motivera dess effekter på barnen och pedagogen. Flertal pedagoger berättade att det sågs vara en fördel att själva ha ett intresse för fysisk aktivitet, de pedagoger som inte hade intresse hade ändå goda kunskaper kring fysisk aktivitet. Pedagogerna i studiens resultat anser sig själva ha en viktig roll för barnen i skolan och kan påverka hur barnen associerar till rörelse. Deltagarna i studien lyfte att det fanns fördelar i att utföra fysisk aktivitet, exempelvis pedagogen själv hade lättare att koncentrera sig efter rörelse med barnen, bättre respons från barnen samt föräldrarnas positiva feedback. Flera av pedagogerna under resultatet vill ge bättre möjligheter till barnen eftersom pedagogerna själva ansåg att de inte fick tillräcklig med fysisk aktivitet i skolan och glädjen som finns i rörelse.

6. Diskussion

I detta avsnitt kommer tidigare vetenskaplig forskning och huvudresultat att diskuteras samt med koppling till teori. Metoden kommer att diskuteras som berör studiens resultat, genomförande och metodval. Under metoddiskussionen behandlas begreppen *tillförlitlighet, trovärdighet, konfirmerbarhet, överförbarhet* och *objektivitet*.

6.1 Resultatdiskussion

Under detta avsnitt kommer det att diskuteras studieresultatets viktigaste aspekter samt med stöd från rapporter och tidigare forskning. Det kommer tas upp externa faktorer som ansågs vara viktiga såsom skapa goda förutsättningar till pedagoger så att arbetet kan bli på lika

villkor, att det är viktigt att skapa förståelse för pedagogers attityder kring hälsofrämjande insatser eftersom fysisk inaktivitet är ett stigande hälsoproblem bland barn och unga. Det kommer även diskuteras skolans status och deras riktlinjer för pedagogerna, att det behövs mer utbildning samt diskuteras kring pedagogens inre intresse för fysisk aktivitet. Under detta avsnitt kommer det även diskuteras samt tillämpas teorin health literacy kopplad till studiens resultat.

Då det finns ett flertal negativa konsekvenser med fysisk inaktivitet som kan uppstå från att barn tidigt inte utvecklar en rörelseförståelse och ett intresse, så är det av stor relevans att skapa en tydligare förståelse för om pedagogers attityder kan ha en påverkan på barns fysiska aktivitet. Ur ett folkhälsovetenskapligt perspektiv så är detta ett aktuellt område eftersom fysisk inaktivitet idag är ett fortsatt stigande folkhälsoproblem. Den folkhälsovetenskapliga relevansen stärks också utifrån de folkhälsopolitiska målområdena och speciellt målområde ett som har i fokus att barn redan tidigt i livet ska få goda förutsättningar (Folkhälsomyndigheten 2019a). Skolan är en viktig arena och pedagogerna utgör en stor del av det praktiska arbetet och det är också här mötet mellan vuxen och barn sker förutom vid sidan om skolan där det är föräldrar och övriga vuxna som tar över ansvaret. Men på grund av att barn spenderar en stor tid i skolan av sin vardag, är det i denna aspekt det finns möjlighet att skapa ett systematiskt arbete kring fysisk aktivitet för att möjliggöra utveckling av fysiska förmågor, betonar Folkhälsomyndigheten (2019a). Detta kan diskuteras med resultatets yttre faktorer, där pedagogerna ansåg att hälsoinsatser ska anpassas efter skolans ekonomi och miljö för att kunna utföra fysisk aktivitet med barnen. Skolans miljö kan därav influera pedagogernas möjligheter till att vara fysiskt aktiva med barnen och här blir det avgörande om det blir brist på aktiviteter i skolan eller inte. Detta stödjer även Raustorp och Fröberg (2019) som påpekar att den byggda miljön har en påverkan på hur deltagarna beslutar att vara fysiskt aktiva.

Studiens resultat visade att stöd från ledning och samarbete med andra skolor var avgörande för hur pedagogerna valde att vara fysiskt aktiva med barnen. Det kan diskuteras om skolan är en stödjande miljö då World Health Organization (u.å) påpekar att ett av de fem principerna för att skapa hälsopromotion är gemenskapsåtgärderna. Brist på samarbete med andra skolor och svagt stöd från ledning kan därav bli en av orsakerna som kan bidra till minskad fysisk aktivitet för pedagogerna och barnen i skolan. Därför är det viktigt att samarbetet mellan

pedagoger, ledning och andra verksamheter är goda så att pedagogerna kan ha möjlighet till fler förutsättningar för att kunna utföra sitt arbete på lika villkor.

De flesta intervjupersonerna betonade att de hade positiva erfarenheter kring fysisk aktivitet och betonade att skolan bör ha bättre status för att kunna få tillgång till utbildning samt fler hälsoinsatser, då pedagogerna i resultatet ansåg att hälsoinsatser samt utbildning ger positiva effekter. Genom resultaten av studien, kan det diskuteras att en av anledningarna till att det är brist på aktivitet bland barn och unga kan vara att pedagogers möjligheter till att utbilda sig är svaga. Detta leder till att det blir problem både för barns psykiska och fysiska hälsa men även ett problem för klassrumsmiljön och hela skolmiljön.

Folkhälsomyndigheten (2019a) betonar att det är viktigt att motverka längre perioder av stillasittande eftersom det är som det skrivits ovan idag ett problem och en riskfaktor för ohälsa även bland individer som i övrigt är fysiskt aktiva. Det fanns ett starkt intresse av att samarbeta med andra pedagoger och verksamheter för att kunna ta del av varandras erfarenheter och kunskaper då pedagogerna ansåg att fysisk aktivitet är en viktig beståndsdel för att motverka inaktivitet. Detta kan diskuteras att pedagogerna inte har möjligheten att kunna gå på utbildningar eller skapa samverkan då de har brist på bemanning. Buckler och Bredins (2018) studie visade på att pedagogerna önskade få fortbildning så att arbetsplatsen inte får personalbrist. Därav kan detta diskuteras till att skolor möjligtvis behöver fler pedagoger i skolan, så att alla pedagoger i skolan har möjligheten att kunna utvecklas och öka sina kompetenser utan att bli drabbade av hinder. Ett sätt för skolor att ta till sig olika kompetenser och få inspiration till hur det går att arbeta kring fysisk aktivitet kan vara att samverka med andra skolor. Froehlich Chow och Humbert (2014) accentuerar att möjligheterna till att öka fysisk aktivitet i skolan beror på brist av samarbete mellan pedagogerna och andra skolor. Om fler skolor skulle välja att samverka, så kan det möjliggöra att det ges nya kunskaper för alla inblandade. Exempelvis nämner Froehlich Chow och Humbert (2014) en rekommendation om att införa en 30 minuters policy där fysisk aktivitet ska genomföras varje morgon i alla skolor. Fysiska aktiviteter såsom lekar och fysiska samarbetsövningar, så det blir lättare både för barnen och pedagogen att skapa en rutin kring rörelse i skolan (Froehlich Chow & Humbert 2014). Samverkan kan då skapa en gemenskap och delaktighet mellan skolorna. Detta kan även diskuteras att Skolverket har en betydande roll på hur pedagogernas attityder är kring fysisk aktivitet då Skolverket sätter både regler och riktlinjer över hur skolan bör och skall fungera (Skolverket 2019).

Resultatet visade att pedagogerna i studien har inte fasta och tydliga riktlinjer på hur dem ska arbeta praktiskt med fysisk aktivitet men det fanns från flera pedagoger ett starkt intresse att få utbilda sig vidare inom området. Detta kan diskuteras att de yrkestitlar som fattat beslut kring fysisk aktivitet i skolan kan påverka vilka resurser som pedagogerna har tillgängligt. Raustorp och Fröberg (2019) skriver om att beroende utifrån vad skolan beslutar, kommer det att påverka barnens framtid. Då menar Raustorp och Fröberg (2019) att varje skola bör ha en beslutfattare för att särskilt effektivisera fysisk aktivitet i skolan. Detta kan diskuteras till att en beslutfattare i skolan kan arbeta med att främja fysisk aktivitet i skolan och utföra åtgärder som att exempelvis införa fysisk träning till en viss åldersgrupp eller utbilda pedagoger för att främja barnens rörelse i skolan. Med hjälp av Raustorp och Fröbergs (2019) resonemang kan det diskuteras att med hjälp av en beslutfattare, kan det skapas fler verktyg och riktlinjer för de pedagoger som ansåg sig ha ett mindre intresse av fysisk aktivitet. På så sätt kan de få hjälp att utveckla strategier, så det kan skapas ett mer jämlikt arbete där både intresserade och icke intresserade pedagoger av fysisk aktivitet kan samarbeta och arbeta på lika villkor.

Resultatet visade att det behövs mer utbildning för att stödja mer pedagogers arbete, så att de kan vara med och påverka barn och unga på bästa möjliga sätt. Pedagogerna lyfte i resultatet att de vill skapa en positiv bild av rörelse för barnen samt vill gärna utveckla fler rörelse erfarenheter och förbereda barnen att vara aktiva även i vuxen ålder. Genom att hjälpa barn att utveckla mer rörelse erfarenheter så förbereds barnen för kommande skolgång och för livet genom, detta hjälper även barn att utveckla sociala förmågor och förtroende för sig själva. Tidig barndom är en lämplig tid att utveckla fysisk aktivitet, skaffa sig rörelse färdigheter och främja fysisk aktivitet då Gehris et al. (2015) nämner att barn har tidigt ett medfött behov av rörelse. Det går även att konstatera med hjälp av studiens resultat att pedagogers engagemang i att utveckla barns rörelseförståelse och fysisk aktivitet har en positiv effekt på barns utveckling och hälsa. Eftersom pedagogerna nämnde att när barnen rörde sig mer än vanligt så blev de gladare och ville röra på sig mer då barnen ansåg att rörelse lekar var roligt. Gehris et al. (2015) nämner att det är inte bara barnen som gynnas av utvecklingen utan även pedagogerna eftersom de får arbeta ihop vilket främjar en god relation mellan pedagogerna och barnen. Tidigare forskning nämner att pedagoger är otroligt viktiga i arbetet med att främja rörelse hos barn och när pedagoger är fysiskt aktiva med barnen så har barnen också lättare att själva utveckla fysisk aktivitet eftersom barnen ser pedagogerna som förebilder, förklarar Gehris et al. (2015).

Resultat visade att det går att tyda på att pedagoger som hade ett eget intresse utav fysisk aktivitet också generellt sätt hade ett starkare engagemang och viljan till att motivera och stärka detta hos barnen också. Harris studie (2018) belyser att det finns en signifikant skillnad i den mentala hälsan mellan deltagare som tränar regelbundet och deltagare som är inaktiva. Det mentala välbefinnandet ökar om deltagare har regelbunden fysisk aktivitet (Harris 2018). Detta kan diskuteras att de pedagoger som inte själva är fysisk aktiva kan ha ett mindre intresse av att arbeta med barnens fysiska aktivitet.

Ringsberg (2014) lyfter att health literacy är förmågan att kunna hitta, begripa, kritisk värdera, göra egna beslut samt använda hälsorelaterad information för att kunna främja hälsa. Författaren menar på att individer med hög health literacy har större möjlighet för att må bättre och har mer kunskap om hälsa som ger människan möjlighet till att leva ett innehållsrikt och produktivt liv. Detta kan associeras till att pedagogerna i skolan hade kunnat använda sig utav health literacy teorin i sin vardag, eftersom detta kan ge möjlighet för alla pedagoger att få en ökad kunskap om hälsa samt att det skapar en jämlikhet för pedagogerna då Ringsberg (2014) konstaterar att health literacy grundprinciper är jämlikhet, delaktighet och empowerment. Under health literacy modellen finns det tre dimensioner nämligen *funktionell literacy*, *interaktiv literacy* samt *kritisk literacy* som kan associeras till studiens resultat. Ringsberg (2014) accentuerar att funktionell literacy rör sig om att kunna läsa och förstå muntligt samt skriftlig hälsorelaterad information. Här kan det diskuteras att pedagogerna i studien hade goda kunskaper och information kring fysisk aktivitet, då pedagogerna kunde förklara vad fysisk aktivitet är samt kunde ge praktiska exemplar på effekten av fysisk aktivitet och vad det gör både för barnen och pedagogerna. Det går även koppla in att pedagogerna i studien hade möjligheten att kunna förmedla fysisk aktivitet på grund av deras utbildningskompetens, då pedagogerna nämnde att pedagoger har kandidatexamen och har möjligheten att lära ut till barnen, så att barnen får goda förutsättningar. Det går även att diskutera att hälsa bland barn är föränderlig och därav är det viktigt att pedagogerna får möjlighet till senaste hälsokunskap kring rörelse i skolan. Ringsberg (2014) påpekar att interaktiv literacy handlar om att kunna omvandla hälsoinformation, kunna resonera om hälsa och hälsorelaterad information i olika sammanhang. Detta kan associeras till att pedagogerna i resultatet kunde omsätta kunskapen i olika sammanhang samt resonera hur exempelvis vad hälsopromotion bör ta hänsyn till så att pedagogerna kan stärka sina förmågor att bygga upp självförtroende för att kunna exempelvis utföra

fysiska aktiviteter med barn. Ringsberg (2014) påpekar att individens miljö kan påverka hur individen väljer att samspela med hälsoinformation. Detta kan diskuteras att de pedagoger som ansåg att miljön ger förutsättningar till att vara fysisk aktiv med barnen hade en låg interaktiv literacy. Ringberg (2014) menar på att individer kan kommunicera bättre om lokalsamhället ger möjligheter att kunna vara delaktig i olika hälsofrågor. Detta kan även avspeglas att pedagogernas attityder är olika när det gäller hälsopromotion då Nilsson (2015) skrev att attityder kan se olika ut där bland annat miljön har en direkt påverkan på vilket val pedagogen väljer. Under kritisk literacy hävdar Ringsberg (2014) att det rör sig om att kunna utvälja hälsorelevant information, kritisk kunna värdera den samt kunna använda den för att påverka exempelvis sin egen hälsosituation eller sociala strukturer. De flesta pedagoger i denna studie resonerade att de anser sig själva vara en förebild för barnen i skolan, som kan avspeglas med detta begrepp därför att pedagogerna hade förmågan att kunna reflektera över information och kunde ge exempel som att önska få mer utbildning kring rörelse i skolan. Detta kan diskuteras att högre positioner som rektorer, skolchefer samt regionchefer för skolor har även en betydande roll i denna nivå då det kan stärka pedagogernas egenmakt att utföra mer rörelse i skolan. Här kan det diskuteras att under kritisk literacy har pedagogerna möjlighet att kunna stärka även sin personliga hälsa som sedan influera hur de väljer att samspela rörelse med barnen i skolan.

6.2 Metoddiskussion

Anledningen till att det valdes en kvalitativ metod till denna studie var för att det ansågs passa bäst för att i största mån besvara syftet med studien, som var att undersöka om attityder hos pedagoger kan påverka hälsofrämjande insatser i skolan för ökad fysisk aktivitet hos barn. En kvalitativ metod ansågs vara lämpligast eftersom det var erfarenheter, upplevelser, uppfattningar och enskilda åsikter som skulle undersökas. För att besvara syftet så valdes det semistrukturerade intervjuer där pedagog intervjuades enskilt för insamlandet av data och till det en induktiv innehållsanalys som tolkning och analys av data. Tanken bakom att använda enskilda semistrukturerade intervjuer var för att få en förståelse för deltagarnas attityder till fysisk aktivitet och hälsofrämjande insatser. Semistrukturerade intervjuer ansågs passa bäst till studien då det är en bra metod för att få ett bredare perspektiv och djupare förståelse för individuella erfarenheter. En kvalitativ metod ger också intervjuledarna en förståelse för enskilda deltagares upplevelser, erfarenheter och tankar i relation till studiens syfte (Eliasson 2018). För att uppnå en hög tillförlitlighet inom en kvalitativ studie så används det olika

begrepp som behövs förhållas till under studiens process nämligen tillförlitlighet, trovärdighet, konfirmerbarhet, överförbarhet och objektivitet.

Tillförlitlighet rör sig om huruvida syftet och exempelvis citaten som redovisas i studien speglar deltagarnas upplevelser och erfarenheter. Bryman (2011) menar på att studien ska ge en tillräcklig rättvis bild av de olika åsikter och uppfattningar. En faktor som kan ha influerat resultatets tillförlitlighet är att deltagaren har medvetet valt att exempelvis nämna att de arbetar med att öka fysisk aktivitet hos barn när det inte görs i praktiken. På grund av att informanten vill hellre säga det rätta svaret till författarna så att författarna inte gör ett omdöme av att informantens arbetssätt inte är korrekt. Bryman (2011) poängterar att detta ska finnas i åtanke eftersom deltagarna i studien kan göra mer tilltalande svar. En styrka inom studien är att deltagarens medverkan var frivillig och därav kan öka tillförlitligheten i informantens svar. Ett annat perspektiv som kan ha påverkat tillförlitlighet är att intervjuarnas identitet kan ha inverkat på deltagarnas svar. Bryman (2011) påpekar att intervjuarens språk, kläder och beteende kan påverka informantens svar. Detta kan diskuteras att genom att turas om att vara intervjuare och bisittare samt hålla telefonintervjuer kan öka studiens tillförlitlighet.

Trovärdigheten behandlar och hänvisar till förtroendet i hur väl uppgifterna är kopplade till själva syftet av studien (Elo, Kääriäinen, Kanste, Pölkki, Utrainen & Kyngäs 2014). Därmed har det lagts mycket tid på hur de mest lämpliga uppgifterna har samlats in till denna studie för att i bästa mån besvara syftet. Genom att reflektera över urvalet, datamaterial, metodiska val och analys kan öka studiens trovärdighet eftersom det skapas en redovisning över alla moment som studien har gått igenom. Studiens trovärdighet har också större chans att bli högre om konfirmerbarhet uppnås (Elo et al. 2014). Innan studien slutförts kan deltagarna få ta del av resultatet för att ge möjlighet till deltagarna att ge en sista synpunkt för eventuellt rätta till vissa delar av resultatet, på detta vis kan studiens trovärdighet också bli högre, nämner Bryman (2011). Eftersom det varit svårigheter med att hitta deltagare genom studiens process på grund av COVID-19, uppstod det tidsbrist mot slutet vilket lett till att deltagarna inte kunde delges resultatet. Då det uppstod tidsbrist, kan detta ses som en svaghet på trovärdigheten i resultaten.

Konfirmerbarhet rör sig om att författarna skall vara objektiva i sitt perspektiv och inte förvränga studiens resultat. Bryman (2011) menar på att författarna skall ha kontroll över sina

värderingar och uppfattningar så att författarnas personliga värderingar inte påverkar undersökningens resultat. Detta kan diskuteras att studiens konfirmerbarhet blev starkare då författarna hade ett öppet sinne till intervjuerna och neutrala intervjufrågor som ledde till att pedagogerna fick tala fritt i varje intervjufråga, så att studiens resultat inte skulle påverkas av författarnas värderingar kring ämnet.

Överförbarhet handlar om att resultaten kan tillämpas i andra kontexter, förklarar Bryman (2011). Inom kvalitativa studier inbegriper en liten mängd av en grupp, detta gör att resultatet inte kan betraktas som en allmän generalisering (Bryman 2011). Inom kvalitativa studier är överförbarheten svag då studien inte kan säga något om en större population eller en annan miljö än det som har studerat. Detta kan diskuteras till att denna kvalitativa studie kan enbart användas inom samma ämnesområde och målgrupp, detta ger samtidigt ett djup inom en viss målgrupp då Bryman (2011) lyfter att kvalitativa studier ska uppmanas att ge fylliga detaljer som ingår i denna kontext. Denna studie kan ses vara överförbar till en viss del, med tanke på att studien har undersökt flera pedagogers upplevelser och tankar samt till följd av det fått olika perspektiv och infallsvinklar utifrån studiens frågor. Under intervjuerna kom det in flera åsikter från både män och kvinnor i varierande åldrar. En styrka har varit deltagarnas skiftande ålder då det har varit stora skillnader i deras arbetssätt, åsikter och erfarenheter. Det är idag skillnad på hur unga jämfört med äldre utför fysisk aktivitet och det är mer trendigt bland unga att motionera och träna, därav kan det finnas en skillnad i äldre respektive yngres attityder till fysisk aktivitet, betonar Folkhälsomyndigheten (2019b). För att stärka överförbarheten så har författarna varit grundliga i att förklara hur problemformuleringen framkom, datainsamling, urval och analys av datainsamlingen. Redovisningen behöver vara komplett i alla punkter för att överförbarheten ska kunna bli brukbar i andra miljöer och situationer. Detta ligger till grund i varför studien har presenterats i flera etapper och varför författarna har valt att studien har tagit vissa inriktningar och hur det gick till under studiens process.

Objektivitet gäller hur väl författarna till studien kan hålla sig objektiva. Vilket innebär att i studiens process har författarna agerat i så kallad god tro (Bryman 2011). Personliga värderingar och teoretiska inriktningar får inte lov att påverka studiens resultat och inriktning. Författarna har strävat efter att hålla sig så neutrala som möjligt och inte försökt påverka data med sina egna upplevelser, erfarenheter och attityder. Därav sågs det till att innan intervjuerna genomfördes så framförde bägge författarna sina egna värderingar till varandra och åsikter

som kunde ha en påverkan på studien för att sedan hålla sig neutrala under intervjuerna. Det har framkommit att det är väldigt svårt att inte ha några förutfattade meningar om det område som författarna inriktat sig på. Därför gjordes det en pilotintervju innan de riktiga intervjuerna samt en inspelning. Så att författarna inte skulle kunna vrida på det intervjupersonerna sagt och för att göra det lättare att hålla en neutral position.

7. Konklusion

Det går att se ett behov av mer forskning kring pedagogers attityder till hälsofrämjande insatser i skolan för ökad fysisk aktivitet bland barn ska kunna implementeras. En vidare forskning och utveckling på studien hade kunnat vara att undersöka om pedagogers attityder skiljer sig åt mellan skolorna i norr jämfört med skolorna i söder. Nuläget visar utifrån resultatet att ett flertal pedagoger i Kristianstad och i Malmö anser att det inte finns några specifika och konkreta arbetsätt på hur de ska arbeta med fysisk aktivitet och därmed blir det upp till varje enskild pedagog att ta ställning till hur de ska arbeta med fysisk aktivitet. Eftersom det är skillnad i ålder, intresse och förutsättningar bland pedagogerna behövs det mer tydlig struktur. Det är viktigt för pedagogerna i resultatet att hälsofrämjande insatser är anpassade efter deras arbetsplats. Pedagogerna i resultatet betonade även att det krävs mer stöd från ledning samt mer samverkan med andra skolor och pedagoger för att stödja deras arbete.

Resultatet kan komma att användas till vidare forskning och verksamheter som arbetar med studiens målgrupp för att få bättre förståelse för om pedagogers enskilda attityder kan ha en påverkan. Studiens riktning uppstod efter ett möte med Skåneidrotten som tidigare nämnt har ett pågående projekt med att öka fysisk aktivitet i skolor som fick namnet röresatsning. Satsningen har påbörjats hos flera skolor i Skåne men där ett hinder har uppmärksammats, nämligen att det kan upplevas som motstånd hos pedagoger och att satsningen upplevts som ytterligare en arbetsuppgift. Med hjälp av studiens resultat så kan verksamheter som i detta fall Skåneidrotten använda informationen till att utveckla nya arbetsätt på hur bemötandet med pedagoger i framtiden kan ske. En annan vidare utveckling av studien skulle kunna vara att Skåneidrotten undersöker pedagogers attityder som redan är med i röresatsningen, för att skapa en bredare förståelse kring pedagogers attityder till hälsofrämjande insatser i skolan.

Referenslista

- Ahrne, G. & Svensson, P. (2015). *Handbok i kvalitativa metoder*. Andra upplagan. Johanneshov: MTM.
- Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Johanneshov: TPB
- Buckler, J. & Bredin, S. (2018). Examining the knowledge base and level of confidence of early childhood educators in physical literacy and its application to practice. *Early Years*, ss. 1–6. doi:[10.1080/09575146.2018.1514488](https://doi.org/10.1080/09575146.2018.1514488)
- Cairney, J., Dudley, D., Kwan, M., Bulten, R. & Kriellaars, D. (2019). Physical Literacy, Physical Activity and Health: Toward an Evidence-Informed Conceptual Model. *Sports Medicine*, 49(3), ss. 371–383. doi:[10.1007/s40279-019-01063-3](https://doi.org/10.1007/s40279-019-01063-3)
- Eliasson, A. (2018). *Kvantitativ metod från början*. Fjärde upplagan. Lund: Studentlitteratur.
- Elo, S., Kääriäinen, M., Kanste, O., Pölkki, T., Utriainen, K. & Kyngäs, H. (2014). Qualitative Content Analysis: A Focus on Trustworthiness. *Sage Open*, 4(1), ss. 2–8. doi:[10.1177/2158244014522633](https://doi.org/10.1177/2158244014522633)
- Eriksson-Zetterquist, U. & Ahrne, G. (2015). Intervjuer. I Ahrne, G & Svensson, P. *Handbok i kvalitativa metoder*. Stockholm: Liber.
- Folkhälsomyndigheten. (2019a). *Folkhälsopolitikens åtta målområden*. Tillgänglig: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsoarbete/folkhalsopolitikens-mal/de-atta-malomradena-inom-folkhalsopolitiken/> [2020-01-30]
- Folkhälsomyndigheten. (2019b). *Fysisk aktivitet - rekommendationer*. Tillgänglig: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/fysisk-aktivitet-och-matvanor/fysisk-aktivitet--rekommendationer/> [2020-01-30]
- Froehlich Chow, A. & Humbert, L. (2014). Perception of Early Childhood Educators: Factors Influencing the Promotion of Physical Activity Opportunities in Canadian Rural Care Centers. *Child Indicators Research*, 7(1), ss. 57–73. doi:[10.1007/s12187-013-9202-x](https://doi.org/10.1007/s12187-013-9202-x)
- Gehris, J.S., Gooze, R.A. & Whitaker, R.C (2015). Teachers perceptions about childrens movement and learning in early childhood education programmes. *Child: Care, Health and Development*, 41(1), ss. 122–131. doi:[10.1111/cch.12136](https://doi.org/10.1111/cch.12136)
- Graneheim, U.H. & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse education today*, 24(2), ss. 105–112. doi:[10.1016/j.nedt.2003.10.001](https://doi.org/10.1016/j.nedt.2003.10.001)
- Harris, M.A. (2018). The relationship between physical inactivity and mental wellbeing: Findings from a gamification-based community-wide physical activity intervention. *Health Psychology Open*, 5(1), ss. 1–8. doi:[10.1177/2055102917753853](https://doi.org/10.1177/2055102917753853)

Harvey, S. & Pill, S. (2019). Exploring physical education teachers everyday understandings of physical literacy. *Sports, Education and Society*, 24(8), ss. 841–854. doi:10.1080/13573322.2018.1491002

Korp, P. (2016). *Vad är hälsopromotion?.* Första upplagan. Lund: Studentlitteratur.

Kristianstadsbladet. (2019). *Hårdsatsning på mer rörelse i skolan*. Tillgänglig: <https://nxt.kristianstadsbladet.se/hassleholm/hardsatsning-pa-mer-rorelse-i-skolan/> [2020-02-08]

McFarland, L. & Laird, SG. (2018). Parents' and Early Childhood Educators' Attitudes and Practices in Relation to Children's Outdoor Risky Play. *Early Childhood Education Journal*, 46(2), ss. 159–168. doi:/10.1007/s10643-017-0856-8

Nilsson, B. (2015). *Socialpsykologi - teorier och tillämpning*. Johanneshov: MTM

Persson, L. & Haraldsson, K. (2017). Health promotion in Swedish schools: school manager's views. *Health Promotion International*, 32(2), ss. 231–240. doi: 10.1093/heapro/dat073

Raustorp, A. & Fröberg, A. (2019). Comparisons of pedometer-determined weekday physical activity among Swedish school children and adolescents in 2000 and 2017 showed the highest reductions in adolescents. *Acta Paediatrica*, 108(7), ss. 1303–1310. doi: [10.1111/apa.14678](https://doi.org/10.1111/apa.14678)

Riksidrottsförbundet. (2019a). *Introduktion till rörelseförståelse*. Tillgänglig: <https://www.rf.se/RFarbetarmed/Strategi2025/introduktionillrorelseforstaelse/> [2020-02-08]

Riksidrottsförbundet. (2019b). *Rörelsesatsning i skolan*. Tillgänglig: <https://www.rf.se/RFarbetarmed/Aktuellaprojekt/rorelsesatsningiskolan> [2020-01-31]

Ringsberg, K.C. (2014). *Health literacy: teori och praktik i hälsofrämjande arbete*. Första upplagan. Lund: Studentlitteratur.

Scriven, A. (2013). *Ewles & Simnett Hälsoarbete*. Tredje upplagan. Lund: Studentlitteratur.

Skolinspektionen. (2015). *Elevhälsa: elevers behov och skolans insatser*. Stockholm: Skolinspektionens rapport. <https://www.skolinspektionen.se/globalassets/publikationssok/granskningsrapporter/kvalitetsgranskningar/2015/elevhalsa/elevhalsa-slutrapport>

Skolinspektionen. (2010). *Framgång i undervisningen*. Tillgänglig: <https://www.skolinspektionen.se/globalassets/0-si/08-om-oss/sammanfattning-forskningsoversikten.pdf> [2020-02-01]

Skolverket. (2019). *Uppdrag om mer rörelse i skolan*. Stockholm: Skolverket.

Skolverket. (2020). *Skoladresser*. Tillgänglig: <https://www.skolverket.se/skolutveckling/statistik/om-skolverkets-statistik/skoladresser-fran-skolenhetsregistret?fbclid=IwAR0eDE8qZERRLTLP4jF9IBeY8eNghBxVKHkUnxerkwGbZUE1CSW63uoFXA> [2020-03-26]

Svensson, L. (2009). *Lärande utvärdering genom följeforskning*. Första upplagan. Lund: Studentlitteratur

SVT. (2016). *Pulsträning för bättre skolresultat*. Tillgänglig: <https://www.svt.se/nyheter/lokalt/orebro/pulstraning-for-bättre-skolresultat> [2020-02-25]

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

World Health Organization. (u.å). *The Ottawa Charter for Health Promotion*. Tillgänglig: <https://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/> [2020-06-30]

Zahrt, O.H. & Crum, A.J. (2020). Effect of physical activity recommendations on mindset, behavior and perceived health. *Preventive Medicine Reports*, 17, s. 101027. doi: [10.1016/j.pmedr.2019.101027](https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2019.101027)

Zarrett, N., Abraczinskas, M., Skiles Cook, B., Wilson, D.K. & Ragaban, F. (2018). Promoting physical activity within under-resourced afterschool programs: A qualitative investigation of staff experiences and motivational strategies for engaging youth. *Applied Developmental Science*, 22(1), ss. 58–73. doi:[10.1080/10888691.2016.1211482](https://doi.org/10.1080/10888691.2016.1211482)

Bilaga 1: Informationsbrev

Studie om att förstå implementering av hälsofrämjande insatser i skolan för barns hälsa

Vi har valt att undersöka pedagogernas attityder vid implementering av hälsofrämjande insatser i skolan. Arbetet sker i samarbete med oss som studenter från Högskolan Kristianstad samt Skåneidrotten som är en del av en nationell satsning för hälsopromotion. Syftet är att undersöka attityder hos pedagogerna som påverkar hälsofrämjande insatser i skolan för ökad fysisk aktivitet hos barn. Skolan är en viktig arena inom arbeten som riktar sig åt att förbättra barn och ungas hälsa samt är en viktig kraft för barnen. Nyttan med denna studie är att det blir en följd av det samt att vi som folkhälsopedagoger kan stödja pedagogerna och samarbeta med skolor mer effektivt för att gemensamt främja barnens hälsa.

Vi studenter kommer att ha förberett frågor inför intervjun till dig som pedagoger. Vi vill få fram mellan 10–12 deltagare och därav är vi tacksamma för din medverkan. Du får när som helst avbryta din medverkan utan att det ges negativa följder både under och efter intervjun. Intervjun kommer att utföras i en lämplig plats som passar dig som deltagare och kommer pågå runt 30 minuter. Med deltagarens godkännande kan vi spela in intervjun med en bandspelare.

Om du har frågor angående examensarbetet eller intervjufrågorna kan ni kontakta oss via mail. Dina svar på akronymen, intervjufrågorna och inspelningen kommer att lagras anonymt. Svaren på intervjufrågorna och inspelningen kommer enbart att användas till denna studie. Examensarbetet kommer att bli examinerat av en examinator och det kan vara så att examensarbetet kan komma att användas för vetenskaplig publicering, men då studien ej är forskning utan ett examensarbete så kommer det att publiceras i sin helhet via Högskolan Kristianstad.

Tack för din medverkan!

Hälsningar

Malin Shakir Månsson, Maalin-@hotmail.com

Sindy Puelma Mora, Sindy.puelma@outlook.com

Johanna Bergman, handledare, Johanna.bergman@outlook.com

Bilaga 2: Samtyckesblankett

Projektets titel: Studie om att undersöka pedagogernas attityder kring hälsofrämjande insatser i skolan för barns hälsa.	Datum: 26-02-2020
Namn: Malin Shakir Månsson Sindy Puelma Mora Mejladress: Maalin- @hotmail.com sindy.puelma@outlook.com Handledarens namn: Johanna Bergman	Studerar vid Högskolan Kristianstad Utbildning: Folkhälsovetenskapliga programmet
Jag har muntligen informerats om studien och tagit del av bifogad skriftlig information. Jag är medveten om att mitt deltagande är frivilligt och att jag när som helst och utan närmare förklaring kan avbryta mitt deltagande.	
Jag lämnar härmed mitt samtycke till att delta i ovanstående undersökning: Datum: Deltagarens underskrift:	

Bilaga 3: Intervjuguide

Kan du berätta lite om dig själv?

- Vad var det som gjorde att du bestämde dig för att bli pedagog?

Hur ser en typisk vardag ut på ditt jobb?

- Hur ser en typisk arbetsdag ut för dig?

På vilket sätt arbetar skolan med hälsofrämjande insatser?

- Kan du nämna ett exempel på en hälsofrämjande insats som du tyckt varit framgångsrik?
- Kunde du se någon effekt av den isåfall?
- Vad kunde ha varit bättre?

Hur mycket tid ägnar du en vanlig vecka åt fysisk aktivitet? Som till exempel löpning, bollsport eller motionsgymnastik?

- Om inget av det, något annat?
- Och varför gör du det/inte?

Anser du att fysisk aktivitet kan göra så barn får ett bättre mående?

- Om svaret är ja, på vilket sätt, varför och hur?
- Om inte, vad anser du är viktigare?

Hur motiveras eleverna till att bli fysiskt aktiva under skolan?

- Använder ni er av någon modell eller teori bakom detta?

Har ni fått någon typ av utbildning om hur man kan motivera barn till att vara fysiskt aktiva?

- Isåfall om ja, känner du att du har haft användning av denna utbildning praktiskt i ditt arbete?
- Vad var bra med utbildningen?
- Vad var mindre bra?
- Om nej, är detta något du önskar?

Om ni har fått någon utbildning, vad har du tagit med dig från utbildningen och vilken betydelse har den haft för dig?

- Styrkor
- Svagheter
- Vad kan göras bättre enligt dig

Tycker du att din pedagog roll har betydelse för hälsofrämjande insatser?

- Finns det någon aktiv satsning nu?
- Har du varit med i någon form av satsning innan?
- Om isåfall, hur har du upplevt det utifrån din roll som pedagog?

Hur ser skolans vardag ut?

- Under raster, är ni då aktiva med barnen?
- Om ja, på vilket sätt?
- Om inte, varför inte?

Tycker du att utbildning som rör fysisk aktivitet är viktigt även för pedagoger?

- Om inte, varför?
- Om ja, varför?

Tror du att en skola i rörelse även kan stödja personalens arbete i lärosalen under lektioner?

- På vilket sätt?
- Vad kan utvecklas för att stödja personalen mer?