

**SKOLPORTENS PUBLIKATIONSSERIE FÖR
DOKUMENTERAT UTVECKLINGSARBETE**

IDROTT OCH HÄLSA LÅNG

**Ett kreativt användande
av schemat som medel
att nå ett av läroplanens
mest svårtillgängliga
centrala innehåll**

FÖRFATTARE:

*Ove Axelsson
Johan Söderström*



SKOLPORTEN

UTVECKLA SKOLAN

4/2022

SAMMANFATTNING

SYFTET MED DENNA artikel är att beskriva ett projekt som har försökt att komma till rätta med problemet att nå det för idrott och hälsa centrala innehållen utevistelse och friluftsliv. Detta är angeläget eftersom flera undersökningar visat att nämnda delmoment ofta är bristfälligt representerat i undervisningen. Dessutom medför traditionella friluftsdagar ofta att andra ämneslärare blir ansvariga för betygsgrundande verksamhet i idrott och hälsa. Artikelförfattarna har undersökt om man genom en omstrukturering av schemat för elever i årskurs 4-6 kan nå ett mer allsidigt bedömningsunderlag och en mer rättssäker bedömning. Resultaten visar att bedömningsunderlaget de facto blir mera allsidigt och att eleverna får en mera rättssäker bedömning..

Ove Axelsson är leg lärare idrott och hälsa och arbetar på Järla skola.
E-post: ove.axelsson@nacka.se

Johan Söderström är leg lärare idrott och hälsa och arbetar på Järla skola.
E-post: johan.soderstrom@nacka.se

Denna artikel har den 20 januari 2022 accepterats för publicering i Skolportens artikelserie för dokumenterat utvecklingsarbete.

Fri kopieringsrätt i ickekommersiellt syfte för kompetensutveckling eller undervisning i skolan och förskolan under förutsättning att författarens namn och artikelns titel anges, samt källa: Skolportens artikelserie. I övrigt gäller copyright för författaren och Skolporten AB gemensamt.

Denna artikel är publicerad i Skolportens serie för dokumenterat utvecklingsarbete, "Utveckla skolan": www.skolporten.se/forskning/utveckling/

Aktuella Författaranvisningar & Skrivregler:
www.skolporten.se/forskning/skolutveckling/skolportens-utvecklingsartiklar/

Vill du också skriva en utvecklingsartikel? Mejla till redaktionen@skolporten.se

INNEHÅLL

BAKGRUND, SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING	7
Bakgrund.....	7
Syfte.....	8
Frågeställning	8
 METOD OCH GENOMFÖRANDE	 9
 RESULTAT OCH DISKUSSION	 11
Har projektet uppnått det som önskades?.....	11
Finns det exempel på oförutsedda effekter?	11
Eventuella invändningar.....	12
 REFERENSLISTA	 13

BAKGRUND, SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING

BAKGRUND

SKOLAN HAR UNDER en tid genomgått förändringar som gjort det svårare att genomföra friluftsdagar och på ett enkelt sätt genomföra friluftsliv inom ramen för undervisningen i ämnet idrott och hälsa. Sedan 1994 är förekomsten av friluftsdagar inte reglerade i grundskoleförordningen (SFS 1994:94). Istället ligger ansvaret på varje rektor att reglera omfattningen av friluftsverksamhet som bedrivs under lärares ledning. Som en följd av denna förändring i grundskoleförordningen ser det väldigt olika ut på skolorna hur mycket friluftsliv eleverna utbildas i. En del skolor har mycket andra inget alls (Skolverket 2003).

En annan omstrukturering kom i och med ändringen av läroplanen 2011 (Skolverket 2011). Då infördes betyg i årskurs 6 där friluftsliv fick ett eget kunskapskrav. I och med att betygsättning sker skärps också kravet på att eleverna ges adekvat undervisning i ämnet och att betygsättningen sker med ett grundligt bedömningsunderlag.

I och med Lgr 11 infördes även ämneslärarskap på mellanstadiet i Järla skola i Nacka vilket gjorde att det var många fler undervisande lärare i varje klass, vilket i sin tur gjorde det svårare att få till friluftsdagar utan att påverka de andra ämnenas undervisningstid.

Granskningar av Skolinspektionen (2010, 2018) har visat att friluftsliv och utevistelse får mindre utrymme i undervisningen än vad styrdokumentet avser. Vilket också bekräftas i två Novusundersökningar gjorda av organisationen Svenskt friluftsliv (2016, 2017). Detta kan bero på att momenten anses tidskrävande och därför inte ryms inom ramarna för traditionell schemaläggning, ex. 2 x 50 minuter eller 60 + 40 minu-

ter lektioner i sporthall (baserat på 100 minuter per vecka åk 4-6). Den undervisning som sker i friluftsliv koncentreras då ofta enligt erfarenhet kring enstaka moment (t.ex. sätta upp vindskydd, tända stormkök).

När idrottslärare arbetar med friluftsliv och utevistelse används av tradition istället dagar då man frångår ordinarie schema, så att andra pedagoger ska kunna medverka för att genomföra önskade tidskrävande aktiviteter. Ändring av ordinarie schema innebär en stor påverkan på såväl lärarnas som elevernas arbets- och undervisningstid i skolans övriga ämnen. Detta kan av erfarenhet leda till att övriga kollegor inte är så välvilligt inställda till dessa dagar då deras ämnes- och planeringstid går till spillo samt att de behöver ansvara för moment som de inte känner sig helt bekväma med. Att andra lärare än de som är ansvariga för betyg och bedömning leder verksamheten innebär också att eleverna får en mindre rättssäker bedömning än de har rätt till.

Eftersom dessa dagar är ett så pass stort ingrepp i skolans övriga verksamhet blir antalet dagar med friluftsliv och utevistelse ofta begränsade till ett fåtal per läsår. En effekt av det är det blir få tillfällen för eleverna att visa sin förmåga i det berörda centrala innehållet, samt känsligt om eleverna skulle vara frånvarande under dessa dagar. De riskerar då att missa ämnesområdet helt.

SYFTE

SYFTET MED DENNA artikel är att beskriva ett projekt som försöker nå en lösning på ovan formulerade problem. Detta genom att skapa en organisation för

ämnet idrott och hälsa som ger positiva effekter på undervisningens kvalitet för både elever och lärare.

FRÅGESTÄLLNING

GÅR DET ATT skapa en struktur för ämnet idrott och hälsa som ger eleverna en mer rättssäker bedömning och lärarna ett mera allsidigt bedömningsunderlag?

METOD OCH GENOMFÖRANDE

DET HÄR PROJEKTET startade 2014, men i denna artikel kommer organisationen av ämnet idrott och hälsa under läsåret 2020-2021 beskrivas.

Den här organisationen skapades på Järsla skola F-6 i Nacka kommun. En begränsning gjordes så att endast klasserna i årskurs 4-6 berördes. För de lägre årskurserna ansågs, av pedagogerna i verksamheten, det traditionella upplägget vara bra. Ämnets 100 minuter per vecka fördelades enligt följande: En 50 minuters lektion gavs i sporthall varje vecka. Resterande 50 minuter sparades och gavs tillbaka var tredje vecka i form av en 150 minuter lång lektion.

SETT ÖVER TRE VECKORS TID SÅG DET UT SÅ HÄR:

- ★ Vecka 1. 50 minuter idrott
- ★ Vecka 2. 50 minuter idrott
- ★ Vecka 3. 50+150 minuter idrott

På tre veckor fick eleverna alltså 300 minuter undervisning i idrott och hälsa. Helt enligt timplanen men med en annan flexibilitet. Att timplanen kunde behållas medförde att arbetstiden inte heller påverkades. I praktiken blev den 150 minuter långa lektionen en schemalagd halv friluftsdag. Inga andra lärare än ämneslärare i idrott och hälsa behövde närvara eftersom det rörde sig om ordinarie lektion. Upplägget var att två klasser hade lektion tillsammans. Vilket också innebar att två lärare undervisade tillsammans. Detta möjliggjorde att grupperna kunde lämna skolans närområde under lektionen. Att lämna närområdet gav i kombination med den långa tiden möjligheter för aktiviteter som normalt ligger utanför ramarna för lektionsundervisning. Några exempel på detta har varit:

- ★ Längre vandringar i naturområde
- ★ Skridskoåkning på konstfruset eller sjöis
- ★ Äventyrsidrotter t.ex. swimrun
- ★ Matlagning över öppen eld

En faktor att förhålla sig till är de aktuella yttre förutsättningarna. Friluftsliv handlar mycket om upplevelsen och vädret har en stark påverkan på hur eleverna upplever sin utevistelse. Olika aktiviteter kräver därför olika förberedelser och utrustning, inte enbart beroende på väder, utan även beroende på faktorer som miljö och förväntad ansträngningsnivå. Därför blir det viktigt med en tydlig information till eleverna inför varje aktivitet. Oftast fick eleverna den informationen muntligt men den skickades även ut digitalt till vårdnadshavare och elever.

Omstruktureringen krävde samarbete av flera personalkategorier i kollegiet t.ex. blev schemalaggingen mer invecklad eftersom andra ämneslärare behövde anpassa upplägget för sin undervisningstid. Annat/andra ämne/-n schemalades under motsvarande tid vecka 1 och 2. Berörd lärare fick planeringstid vecka 3.

Som en följd togs de schemabrytande friluftsdagarna bort nästan helt för årskurs 4-6, endast enstaka aktiviteter behölls. De dagar som fick vara kvar hade syftet att öka skolans sammanhållning över klass- och årskursgränserna snarare än att genomföra nödvändiga moment kopplade till måluppfyllelse i idrott och hälsa. En sådan aktivitet är t.ex. var olympiad.

RESULTAT OCH DISKUSSION

UTIFRÅN FRÅGESTÄLLNINGEN KAN det konstateras att den nya strukturen med oregelbundet fördelad undervisningstid var lyckad. Bedömningen gällande det centrala innehållet friluftsliv och utevistelse blev mera rättssäker eftersom betygsättande lärare var fullt närvarande vid alla moment. Bedömningsunderlaget blev också bredare och mer allsidigt. Med den regelbundenhet som eleverna vistades ute fick fler förmågor komma till sin rätt än vad som annars möjliggörs vid sporthallsundervisning. De färdigheter som eleverna visar i ämnet idrott och hälsa är till stor del beroende

på vilka typer av fritidsaktiviteter eleverna gör. Det innebär att om vi från skolan kan ge en större bredd av aktiviteter så kommer fler elever kunna visa sina färdigheter på ett bra sätt. Med denna omstrukturering kunde vi erbjuda ett bredare lektionsinnehåll och låta eleverna möta fler moment inom friluftsliv och utevistelse. Det gav i sin tur ett bredare bedömningsunderlag. Eleverna gavs fler chanser att visa sina förmågor och som en följd blev också måluppfyllelsen högre.

HAR PROJEKTET UPPNÅTT DET SOM ÖNSKADES?

FRILUFTSLIV OCH UTEVISTELSE har i och med projektet blivit en naturlig och självklar del av ämnet idrott och hälsa. Tiden är inte ett problem. Möjligheterna öppnas för att genomföra många önskvärda moment. Den regelbundenhet som de långa lektionerna återkommer med gör att eleverna verkligen övas i att vara ute i olika miljöer och olika årstider. Det ger oss lärare ett bredare underlag för bedömning då eleverna ges upprepade möjligheter att visa sina förmågor. Djupinlärning ersätter snuttifiering. I sin tur skapar det en trygghet för såväl elever som lärare och be-

dömningen av deras kunskaper blir sannolikt mera rättssäker och rättvis.

Den prövade normbrytande strukturen i schemat har således gjort att eleverna i större utsträckning har fått den undervisning i friluftsliv och utevistelse som styrdokumenten kräver.

En viktig förutsättning för projektet är att det inte ska innebära en ökad arbetsbörda. Något som heller inte har varit fallet. Snarare blir planeringsarbetet lättare eftersom antalet lektioner blir färre till en följd av att lektionstiden blir längre.

FINNS DET EXEMPEL PÅ OFÖRUTSEDDA EFFEKTER?

EFTERSOM DE LÅNGA lektionerna i idrott och hälsa gör att vi lärare har gott om tid på oss att undervisa så sänks stressnivån. Något som står i kontrast till

den annars intensiva skoldagen. Vi lärare behöver inte stressa igenom olika moment. Eleverna kan få tid på sig att göra klart. Att förlora några minuter här eller

där gör ofta inte så mycket det går att ta sig tid till relationskapande möten med eleverna. Relationer som ger ringar på vattnet i andra skolsituationer.

Eleverna får en vana av att vara ute i olika förhållanden, vilket underlättar för utevistelse i andra sammanhang i skolan. Kunskaperna som eleverna erhåller gör att friluftslivet och utevistelsen kan bli ett varaktigt intresse upp i vuxenlivet.

Bortsett från bedömningar och betygssättning ser vi ovanstående som en positiv effekt av detta arbetssätt. Att vi som pedagoger ges möjlighet att skapa ett

varaktigt intresse för något som är en stor del av det svenska samhället. Genom att vi har allemansrätten i Sverige ges vi medborgare en väldigt fin möjlighet till friluftsliv.

Som nämndes tidigare får den ämneslärare som undervisar klassen vecka 1 och 2 en längre sammanhängande planeringstid vecka 3 (samtidigt som klassen har sin långa lektion). Detta planeringspass har blivit ett uppskattat inslag bland pedagogerna i årskurs 4–6 på skolan.

EVENTUELLA INVÄNDNINGAR

VAD BLIR DÅ konsekvensen av att eleverna bara har 50 minuter ordinarie idrottslektion i veckan? Här blir det en konflikt mot det traditionella tänket och utförandet av ämnet, där ämnet ibland har setts mera som en ”springa av sig paus” än ett ämne med egna kunskapsmål. I och med Lgr11 (Skolverket 2011) ansvarar dock ämnet idrott och hälsa inte för elevernas dagliga rörelse på samma sätt som tidigare. Ämnet har genomgått en förskjutning från ett rent övnings- och färdighets- till ett kunskapsämne. Då krävs att lärare i idrott och hälsa ser på planering och genomförande på nya sätt för att komma åt de centrala delarna av läroplanen. Daglig fysisk aktivitet blir kanske lidande men 50 minuter vid ett tillfälle gör ingen större skillnad i sammanhanget. Skolorna behöver ändå ha en plan för hur eleverna ska erbjudas fysisk aktivisering under skolveckan. På Järsla skola har vi t.ex en välutvecklad rastverksamhet där pedagoger dagligen leder olika typer av rörelseaktiviteter för alla elever.

Hinner man med de andra centrala innehållen? Ja, erfarenhet från projektet har visat att det inte finns någon motsättning mellan att vistas ute och att samtidigt arbeta med rörelse, hälsa och livsstil. Snarare blir kopplingarna mellan de olika delarna tydligare för eleverna.

Från början kallades den långa lektionen ”sal till natur” eftersom lektionen just flyttats ut ur idrottshallen till naturen. Det namnet skapade dock visst missförstånd hos en del elever. De insåg inte att lektionen var en del av idrottsämnet. Några kunde komma med förväntningar om att ha en friare utflykt. När namnet ändrades till ”idrott och hälsa lång” ökade tydligheten och därigenom förståelsen för att lektionen faktiskt var en del av ämnet.

Någon vårdnadshavare har initialt gjort liknande misstag. Detta har ett fåtal gånger lett till ett ifrågasättande angående undervisningstiden. Det har då räckt med en förtydligande förklaring. Den absolut vanligaste feedback idrottslärarna och skolan fått från elever och vårdnadshavare har varit att de gläds åt alla roliga aktiviteter som deras barn får möjlighet att göra.

Då projektet har mötts av positiv feedback från elever, vårdnadshavare, kollegor samt skolledning kommer projektet att fortsätta löpa även över nästa läsår.

REFERENSLISTA

- ★ SFS 1994:94. *Grundskoleförordning*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.
- ★ Skolinspektionen (2010). *Mycket idrott och lite hälsa. Skolinspektionens rapport från den flygande tillsynen i idrott och hälsa*. Dnr (2010:2037). Stockholm: Skolinspektionen.
- ★ Skolinspektionen (2018). *Kvalitetsgranskning av ämnet idrott och hälsa årskurs 7–9*. Dnr (2017:3948). Stockholm: Skolinspektionen.
- ★ Skolverket (2003). *Nationella utvärderingen av grundskolan 2003*. Dnr (75-2001:04045). Stockholm: Skolverket.
- ★ Skolverket (2011). *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet 2011*. Stockholm: Skolverket.
- ★ Svenskt Friluftsliv (2016). *Novus Undersökning bland idrottslärare*. <https://svensktfriluftsliv.se/wp-content/uploads/2017/07/slutrapport-undersokning-bland-idrottslarare.pdf> (2016-03-15)
- ★ Svenskt Friluftsliv (2017). *Novus Friluftsliv i svenska skolor*. <https://svensktfriluftsliv.se/wp-content/uploads/2017/07/rapport-almédalen-2017-07-04-slutlig.pdf> (2017-07-04)



SKOLPORTEN