

ELEVERS FYSISKA AKTIVITET I FRITIDSHEMMET

EN KVALITATIV STUDIE OM ELEVERS TANKAR UR ETT
BARNDOMSSOCIOLOGISKT PERSPEKTIV

Grundnivå
Pedagogiskt arbete

Sofia Wellerstrand
Richard Maråker
Linda Prim

2023-LÄRFHEM-G04

Program: Grundlärare med inriktning mot fritidshem.

Svensk titel: Elevers fysiska aktivitet i fritidshemmet. En kvalitativ studie om elevers tankar kring fysisk aktivitet ur ett barndomssociologiskt perspektiv.

Engelsk titel: Students physical activity in school-age educare. A qualitative study on students' thoughts about physical activity from a childhood sociological perspective.

Utgivningsår: 2023.

Författare: Rickard Maråker, Linda Prim och Sofia Wellerstrand.

Handledare: Jonas Johansson.

Examinator: Marie Fahlén.

Nyckelord: Fysisk aktivitet, barnperspektiv, barndomssociologi, barns perspektiv, fritidshem, barnsyn.

Sammanfattning

Inledning

I fritidshemmet ska eleverna, enligt Skolverket, få möjlighet att vara med och påverka deras vistelse. Deras åsikter ska tas tillvara och deras intressen ska finnas i åtanke när verksamheten planeras. Det finns många tankar och åsikter om vad fysisk aktivitet är, och vi har studerat elevers egna tankar kring vad fysisk aktivitet är i fritidshemmet.

Syfte

Syftet med denna studie är att undersöka elevers tankar och syn kring fysisk aktivitet samt andra aktiviteter relaterade till rörelse i fritidshemmet.

Metod

En kvalitativ studie med barnintervjuer som metod där vi har undersökt elevers tankar och syn på fysisk aktivitet i fritidshemmet. En tematisk analys har använts där elevernas svar har struktureras i teman för att därefter analyseras och presenteras som ett resultat.

Resultat

Resultatet i studien har uppdelats i tre olika kategorier: Elevers tankar, den fysiska aktiviteten, och förutsättningar och utveckling kring fysisk aktivitet. Rubriken elevers tankar lyfter funderingar kring den fria leken och möjlighet till påverkan av fritidsverksamheten. Den fysiska aktiviteten talar om samarbete och samspel mellan eleverna i lek och aktiviteter. Eleverna lyfter här vikten av intresse för deltagande i organiserade lekar och aktiviteter. Slutligen beskrivs förutsättningar i miljön som påverkar val och möjligheter till aktiviteter. Resultatet visar att det bör tas mer hänsyn till elevers tankar och åsikter och implementera detta i fritidshemmets verksamhet.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Inledning	5
Syfte	6
Frågeställningar	6
Begreppsförklaring	6
Bakgrund	7
Fysisk aktivitet	7
Barns intresse och delaktighet	7
Fysisk aktivitet och lek i fritidshem	8
Tidigare forskning	9
Barns fysiska aktivitet	9
Barns intresse och inflytande i fritidshem	9
Teori	11
Barndomssociologi	11
Begrepp inom barndomssociologin i relation till fritidshem	12
Metod	14
Intervju	14
Barnintervju	14
Urval	16
Tillförlitlighet och giltighet	17
Etiska överväganden	18
Genomförande	20
Analysmetod	22
Resultat	23
Sammanfattning av resultat	27
Diskussion	29
Resultatdiskussion	29
Metoddiskussion	31
Didaktiska konsekvenser	32
Förslag på vidare forskning	32
Referenser	33
Bilagor	35
Bilaga 1 - Intervjufrågor	35
Bilaga 2 - Informationsbrev	36
Bilaga 3 - Samtyckesblankett	37

INLEDNING

Läroplanen för grundskolan samt förskoleklassen och fritidshemmet (Skolverket, 2022) beskriver hur eleverna ska ges möjligheter att utveckla en allsidig rörelseförmåga. Detta skall ske genom deltagande i fysiska aktiviteter samt vistelse i olika naturmiljöer. Undervisningen ska ha sin grund i elevernas behov, intressen och erfarenheter. Forskning (Elvstrand & Lago, 2022) belyser vikten av att lyssna på barns egna perspektiv i olika frågor som rör fritidshemmet. Att utgå från och ha kunskap om elevernas perspektiv kan medverka till att fritidshemmet utvecklas med utgångspunkt i barns faktiska förmågor och erfarenheter. Vidare forskning (Elvstrand & Närvänen, 2016) visar att elever anser sig ha en begränsad möjlighet till inflytande, men att de inte heller efterfrågar ökad delaktighet då de är vana vid att ha en underordnad position som innebär en begränsad möjlighet till inflytande. Elvstrand och Närvänen (2016) beskriver vidare hur elever betonar vikten av att ha utrymme att få bestämma vad man ska göra på fritidshemmet. För att göra eleverna mer delaktiga i beslut som rör deras fritidstid är det viktigt att de erbjuds vara delaktiga.

Vår erfarenhet säger oss att vi vuxna ofta har en förutbestämd uppfattning av vad barns delaktighet är. Det är viktigt att fritidslärare lyssnar in elevernas röster och genom detta visar respekt för elevers uppfattningar och ha en medveten tanke på hur det ska göras och hitta sätt för elevers delaktighet. Fritidshemmet har fått en allt större roll i barns vardagsrörelse. Detta är något som kräver en genomarbetad verksamhet med mål att skapa goda förutsättningar för eleverna att kunna uttrycka sig, påverka miljön, samt skapa möjlighet till eleverna att känna delaktighet.

Denna studie tar sin utgångspunkt i ett barndomssociologiskt perspektiv, där vår undersökning handlar *om* barn, *verkar för* och *med* eleverna (Holmberg, 2020). Vi upplever att vår studie är relevant för vår kommande yrkesroll då det bland annat står i *läroplanen* att eleverna ska ha inflytande och känna delaktighet i sin verksamhet (Skolverket 2022). Vår förhoppning med denna studie är att få en inblick i elevernas tankar och önskningar kring fysisk aktivitet i fritidshemmet och genom att ta avstamp i att undervisningen i fritidshemmet ska utgå från elevernas behov, intressen och initiativ valde vi att lägga fokus på just elevers tankar om fysisk aktivitet.

SYFTE

Avsikten med vårt arbete är att ta fasta på barns tankar kring fysisk aktivitet. Fritidshemmet är en plats *med* och *för* barn och det är därför viktigt att låta deras röster komma fram. Syftet med denna studie är därför att undersöka elevers tankar och syn kring fysisk aktivitet samt andra aktiviteter relaterade till rörelse i fritidshemmet.

Frågeställningar

Undersökningen som genomförts utgick ifrån tre frågeställningar (se nedan). Dessa belyser elevers syn på fysiska aktiviteter som genomförs i fritidshemmets verksamhet.

- *Vad anser eleverna är fysisk aktivitet?*
- *Vilka fysiska aktiviteter genomför eleverna på fritidshemmet?*
- *Vilka förutsättningar finns det för eleverna att vara fysiskt aktiva på fritidshemmet?*

Begreppsförklaring

Denna studie utgår från ett barndomssociologiskt perspektiv där man använder begreppet “barn” (James & Prout, 2015). I vår undersökning kommer vi både använda begreppen barn och “elever”. Utanför skolmiljön använder vi barn och när vi beskriver skolmiljön benämns de som elever. Detta eftersom det överensstämmer med hur de benämns i *läroplanen* (Skolverket, 2022).

BAKGRUND

I detta avsnitt kommer vi att ta upp studiens ämnesområde och kopplingar till relevanta styrdokument, följt av tidigare forskning. Studiens ämnesområden fysisk aktivitet i fritidshemmet samt barns intresse, kommer ihop med styrdokument för fritidshem att kopplas till studiens syfte. Styrdokument för fritidshemmets verksamhet kommer beskrivas, de mål som verksamheten har kommer lyftas och hur dessa blir relevanta och framträdande i studien. Slutligen kommer tidigare forskning att belysas och hur dessa studier blir relevanta och framträdande för våra ämnesområden.

Fysisk aktivitet

Ett ämnesområde som studien fokuserar på är fysiskt aktivitet, där *läroplanen* lyfter hur undervisningen i fritidshemmet ska "ge eleverna möjlighet att uppleva rörelseglädje och därigenom utveckla ett intresse för att vara fysiskt aktiva" (Skolverket, s. 26, 2022). De allmänna råden (Skolverket 2014) beskriver vidare hur fritidshemmets pedagogik fokuserar på grupporienterat arbete. Ett arbete där lek och rörelse blir framträdande inslag i verksamheten, inte bara i styrda situationer utan även genom den fria leken. Detta poängterar hur den fysiska aktiviteten får en central roll i verksamheten för att skapa rörelseglädje i elevernas vardag.

Definitionen av fysisk aktivitet enligt FYSS¹ (2021) benämns som "all kroppsrörelse som ökar energiförbrukningen utöver den i vila". Man menar att den bland annat kan utföras i hemmet, under transport, på fritiden eller som organiserad träning eller idrott, och här är den fysiska aktiviteten mätbar och synlig. Denna definition kan ses av vuxna som en korrekt beskrivning, men barns syn på fysisk aktivitet behöver inte vara densamma och detta vill vi undersöka.

En ny bild av fysisk aktivitet kan visa på likheter till hur barn skulle kunna definiera begreppet: "människor som rör sig, agerar och uppträder inom kulturellt specifika utrymmen och sammanhang och påverkas av en unik uppsättning intressen, känslor, idéer, instruktioner och relationer" (Piggin, 2020, s. 5, vår översättning). Barns bild av fysisk aktivitet kan således ses som rörelse och lek.

Barns intresse och delaktighet

Vår studie fokuserar på att lyfta fram hur elevers intressen ser ut kring ämnesområdet fysisk aktivitet, och hur dessa påverkar och visar sig i deltagandet av aktiviteter som genomförs i fritidshem. *Läroplanen* beskriver i kapitel fyra tydligt hur "undervisningen tar sin utgångspunkt i elevernas behov, intressen och erfarenheter" (Skolverket, 2022, s. 25). Detta beskriver hur fritidshemmet utifrån ett barns perspektiv skall arbeta för att konstruera en miljö där barnens röst blir hörda, samt blir aktivt deltagande i skapandet av sin miljö.

I *Allmänna råd för fritidshemmet* kan man läsa att pedagoger ska uppmärksamma och ta vara på elevernas intressen för att skapa situationer där de utmanas (Skolverket, 2014). För att fritidshemmets verksamhet ska bli så gynnsamt som möjligt är det viktigt att personalen är aktiv och ser värdet i sitt eget uppdrag men också vikten av att se varje enskild elev. I en studie gjord av Elvstrand och Närvänen (2016) fick eleverna på fritidshemmet själva berätta hur de ser på sina möjligheter till delaktighet. De fick en karta över platser och aktiviteter där de skulle markera sådant som de gillar att göra, samt vad de inte gillar att göra. I studien så

¹ FYSS (2021). Rekommendationer om fysisk aktivitet och stillasittande för barn och ungdomar.

framkom det att eleverna värdesatte vardagliga aktiviteter som lek och att vara med kompisar som betydelsefullt i fritidshemmet. Elvstrand och Närvänen menar att om fritidshemmet ger möjlighet till att lyfta elevernas tankar och intressen kan dessa användas till utformandet av verksamheten. Barns rätt till delaktighet poängteras även i *barnkonventionen* (Unicef, 2020) där det står att barn har rätt att uttrycka sin mening och lyssnas på i alla frågor som rör barnet.

Vidare forskning (Lager 2021) fokuserar på elevers perspektiv på vad som är meningsfullt i vardagen, och vad de önskar göra på fritidshemmet. Resultatet beskriver betydelsen att vara tillsammans med vänner. Kompisar är en stor anledning till att eleverna vill vara på fritidshemmet, men Lager poängterar också vikten av delaktighet. När eleverna inte ges möjlighet att bestämma över aktiviteterna som erbjuds, samt möjligheten till att välja att delta, ses de inte som viktiga.

Fysisk aktivitet och lek i fritidshem

Fysisk aktivitet visar sig för barn som lek i flera former, både fri lek och lek organiserad och ledd av pedagoger. Lago och Elvstrand (2021) menar att lek är något som är väsentlig för fritidshemmets verksamhet och det är viktigt att få elevers perspektiv på lek och fysisk aktivitet. För många barn är dessutom fritidshemmet en självklar del av vardagen och dess uppdrag är att bidra till elevers vardagliga välmående, gemenskap, och självkänsla som kommer utav fysisk aktivitet (Skolverket, 2022). *Läroplanen* lyfter vidare i kapitel fyra att “eleverna ska ges förutsättningar att utveckla en allsidig rörelseförmåga genom att få delta i fysiska aktiviteter” (Skolverket, 2022).

Tidigare forskning

I kommande stycken kommer vi att beskriva studier som gjorts och hur dessa avspeglar sig i syftet med vår undersökning. Forskning som lyfter “barns perspektiv” på fysisk aktivitet är väldigt begränsad. De studier som gjorts kring ämnet lyfter fysisk aktivitet och rollen den har för barn i deras utveckling och lärande. Begreppen “barnperspektiv” och ett barns perspektiv är framträdande i barndomssociologin. Båda blir centrala utgångspunkter i vår undersökning, samt utformningen och genomförandet av fysiska aktiviteter på fritidshemmet. I vår studie placeras dessa begrepp i fokus då de påverkar hur elever deltar i fysiska aktiviteter som erbjuds och genomförs på fritidshemmet.

Barns fysiska aktivitet

Barns deltagande i fysiska aktiviteter hänger ihop med glädjen det skapar, samt tidigare intresse och erfarenhet som skapats ur det sociala. Högman (2021) beskriver att barn själva förklarar sitt deltagande samt anledningar till sitt deltagande i att de upplever det roligt. Högman har i sin avhandling genom intervjuer med barn undersökt hur alternativa idrottsaktiviteter utanför skolverksamhet används för att skapa intresse hos barn för fysisk aktivitet. Målet med dessa alternativa aktiviteter är att skapa möjligheter för barn att pröva på nya idrotter, speciellt för barn på platser där deltagande påverkas stort av både normer och den sociala miljön. Undersökningen lyfter dilemman för vem dessa aktiviteter verkligen gynnar och blir betydelsefulla för. Återkommande i resultatet av undersökningen är att flera av dessa alternativa aktiviteter ger möjlighet för elever med högre kompetens och tidigare intresse att kontrollera och styra aktiviteterna som erbjuds, vilket i sin tur leder till exkludering av de barn som har lägre fysisk kapacitet eller lägre kompetens. Den fysiska förmågan blir konstant betydelsefull i relation till fysisk aktivitet och vidare deltagande.

Barns intresse och inflytande i fritidshem

Som tidigare nämnts är begreppet *perspektiv* centralt i vår studie. Begreppet används inom barndomssociologin med målet att “uppmärksamma och uppleva något på ett specifikt sätt” (Perselli & Haglund, 2022). Det mer ingående begreppet barns perspektiv kan ses som barnets eget uppmärksammande om något i sin omvärld, eller en situation där du som vuxen försöker skapa förståelse för händelser och erfarenheter som sker på både individuell och kollektiv nivå hos barnen.

Perselli och Haglund (2022) lyfter i sin studie att barns delaktighet och inflytande ofta begränsas. Man har undersökt hur barns perspektiv kommer till uttryck när pedagoger beskriver sin undervisning i fritidshemmet. I studiens analys uppträder varierande resultat beroende på om undervisningen är planerad eller oplanerad. Barnperspektivet framkommer inte lika starkt i den planerade undervisningen eftersom pedagogerna framför allt har lagt fokus på *läroplanen* och inte på elevernas intressen. Perselli och Haglund menar att det är genom samtal med eleverna som man tar reda på deras intressen och förslag på aktiviteter, men det är inte alltid som dessa samtal leder till att elever får inflytande och känner delaktighet i aktiviteterna. Däremot visar det sig att den oplanerade undervisningen har ett betydligt större barnperspektiv och eleverna har getts möjlighet till påverkan och inflytande.

Resultatet pekar alltså på att det är när vuxna arbetar med ett öppet och nära förhållningssätt till eleverna som det finns det stora möjligheter att ta tillvara på barns tankar, frågor och idéer i verksamheten.

Perselli och Haglunds studie kastar ljus på det dilemma pedagoger i fritidshem ofta ställs inför, konflikten med *läroplanens* måluppfyllelse och elevers intressen och erfarenheter.

Deras studie blir central även i vår undersökning som fokuserar på hur elever ser på fysisk aktivitet i fritidsverksamheten och vad som kan utvecklas utifrån elevernas tankar och intressen.

Vidare forskning (Elvstrand & Närvänen 2016) fortsätter liksom Perselli och Haglund att belysa situationer på fritidshemmet där elever känner sig begränsade. Studien fokuserar på barns perspektiv på det egna deltagandet, och möjligheter till att påverka sin tid i fritidshemmet. Studien visade på hur eleverna upplever mycket regler, rutiner och begränsningar som är icke förhandlingsbara, vilket påverkade möjligheten till att styra över val av aktiviteter, som i sin tur påverkar möjligheterna till skapande och inflytandet i formandet av den egna vardagen.

Vikten av barns perspektiv lyfter Bergnehr (2019) som central i sin studie. Bergnehr beskriver begreppen barnperspektiv och barns perspektiv och att ha kunskap om dessa begrepp ges möjlighet till att skapa delaktighet. Detta påverkar i sin tur elevers roll i skapandet av den egna vardagen och därmed agera aktör. Bergnehr vill med sin studie lyfta fram barns inverkan på vuxna som en viktig del i samhället. Hennes studie är relevant för vår undersökning då även vi vill lyfta fram barns perspektiv och delaktighet för att ge möjlighet till barns aktörskap.

Någon som även belyser delaktighet och aktörskap är Karin Lager (2021). I sin studie genom barnintervjuer har hon undersökt vikten av relationen mellan barn och vuxna, och hur denna påverkar elevers möjligheter till aktörskap och inflytande i fritidshemmet. Lager lyfter hur pedagoger ska vara noga med att lyfta barns tankar och funderingar genom metoder som gör att barns röster blir hörda, utan att tolka det som kommer fram ur ett vuxenperspektiv och undanhåller elevernas perspektiv. Hon beskriver hur när man som pedagog utgår från barns perspektiv att det då skapar förutsättningar där elevernas egna intressen lyfts fram, och att det värnar om barns rättigheter i fritidshemmets praktik. Tydligt i studien framkom det att i situationer där det fanns en god relation med lärare som tar ansvar, är närvarande samt skapar förutsättningar för eleverna att skaffa nya erfarenheter fanns störst möjlighet till aktörskap.

Samtliga studier i stycket ovan undersöker och belyser vikten av barns perspektiv och delaktighet. Dessa begrepp blir centrala även i vår studie där vi undersöker elevers tankar kring fysisk aktivitet.

TEORI

Detta avsnitt kommer att beskriva det teoretiska perspektiv vi valt att knyta vår studie kring barns tankar om fysisk aktivitet i fritidshemmets verksamhet. Vi har valt den barndomssociologiska teorin då vi anser att det bäst lyfter barnens perspektiv.

Barndomssociologi

Barndomssociologin uppstod för att belysa och framhäva barn-och barndomsforskning ur ett sociologiskt perspektiv (Elvstrand & Lago, 2022) och genom en önskan av att lyfta fram behovet av att förstå barn och barndom. Teorin vilar på grundläggande antaganden om barn och barndom och har sin utgångspunkt i några centrala infallsvinklar där man menar att barndom inte kan avskiljas från exempelvis etnicitet och kön, det vill säga barn kan inte ses som en homogen grupp. Barndom, barns relationer, livsvillkor och kultur har ett värde i sig och barn ges ett tydligt aktörskap där deras egna tankar och erfarenheter har betydelse. Barndom uppfattas som socialt konstruerad (Elvstrand & Lago, 2022).

Utmärkande för barndomssociologin är att man betraktar barn som aktiva i skapandet av sina egna liv och inte som några passiva individer. En ledande forskare inom det barndomssociologiska området är amerikanen William Corsaro som har ägnat mer än de senaste 30 åren åt omfattande forskning inom barndomssociologin. Corsaro har främst riktat sig in på barns utveckling, socialpsykologi och utvecklingspsykologi och menar att barn är sociala och högst "kompetenta aktörer" (Corsaro, 2011). Vidare menar Corsaro att vuxna kan lära mycket av barn och för att kunna göra detta behöver vi se bortom vår vuxna synvinkel och istället ge oss in i barnens värld (Corsaro, 2003). Att kunna göra detta menar han dock är svårt, eftersom vuxna är mer sociala och har uppnått en mer intellektuell mognad vilket man kan sammanfatta som en social maktposition gentemot barn.

Enligt barndomssociologin är barndomen en livsfas som är socialt konstruerad. Det menas att barndomen skiljer sig mellan olika sammanhang och att vara barn ser olika ut i tid och rum. Även om barn skapar sina egna barndomar så påverkas de av strukturer och hur de betraktas av andra. Det är i den sociala relationen som vi tillsammans konstruerar vad som är önskvärt avseende sociala relationer. Det kan handla om att vi idag lyfter fram samspelekompetenser som viktiga, mer än vad man gjorde för ett sekel sedan. Barndomssociologin handlar också om vilka föreställningar vi har om barndom, vad en bra barndom ska vara och hur barn ska agera för att hamna inom ramen för vad som anses "normalt". Idag betraktas det som viktigt att barn vågar prata och visa en viss grad av självständighet (Lago & Elvstrand, 2021).

Begrepp inom barndomssociologin i relation till fritidshem

Barnperspektiv

Detta begrepp sätter barnet i centrum och riktar blicken mot vad det innebär att vara barn på en viss plats under en viss tid (Holmberg, 2020). Det är av vikt att på fritidshemmet ha ett barnperspektiv eftersom barn har en annan syn på verksamheten än vad vuxna har. Barnperspektivet ställer frågor om hur och vad barn anser som viktigt (Lago & Elvstrand, 2021). Med barnperspektiv menas att man som vuxen avser att tillvarata barns villkor och arbetar för barns bästa (Elvstrand & Lago, 2022). Det som för läraren framstår som självklart och oreflekterat kan vara det som blir obegripligt för barnet, eftersom barnets förgivettagande ser annorlunda ut, skapat utifrån dess erfarenheter. Om läraren vill ha reda på hur och vad elever förstår av ett innehåll, så måste de ställa eleven inför situationer där de måste reflektera, tala och uttrycka sig (Doverborg & Pramling Samuelsson, 2000).

Barns perspektiv

Barns perspektiv handlar om att barn själva får uttrycka sig och göra sina röster hörda (Elvstrand & Lago, 2022). Elever är och bör ses som aktiva i skapandet av sitt egna sociala liv (Halldén, 2007). I *Barnkonventionen* så framgår det att barn ska kunna göra sin röster hörda, att vuxna ska lyssna på dem och ta hänsyn till deras önskemål (Barnombudsmannen, 2018). De erfarenheter och utmaningar som barn får både i skolan och hemmet medverkar till att påverka deras förståelse för sin omvärld. Detta måste man ta i beaktande när man försöker förstå barns tankar och funderingar (Doverborg & Pramling Samuelsson, 2012).

Barnsyn

Begreppet "barnsyn" handlar om hur en vuxen person definierar vad ett barn är och vilka villkor som är kopplade till det barnet (Holmberg, 2020). Denna syn påverkar hur vuxna bemöter och förhåller sig till barnet. Hur en pedagog ser på och bemöter eleverna kommer därför i förlängningen att påverka den pedagogiska verksamheten i fritidshemmet. Perselli och Haglund (2021) menar att det därför är relevant att man lyssnar in de enskilda barnen och inte utgår från en generell barnsyn.

Inom begreppet används två synsätt; "human becomings" och "human beings".

Med "human becomings" menas barndom som tillblivelse, vad barn förväntas bli, det vill säga vuxna individer. Det är här den vuxna som tilldelas ansvaret för att detta ska ske. I fritidshemmet visar sig begreppet av att lite hänsyn tas till elevers intresse och perspektiv och undervisningen byggs på det som pedagogerna anser vara viktigt.

Med "human beings" menas barndom som pågår här och nu och barn bör ses som deltagande och aktiva över sitt eget liv. Här tar man i undervisningen hänsyn till elevernas intressen och ser barn som kompetenta aktörer över sina handlingar, känslor och tankar (Perselli & Haglund, 2022).

Kompetenta aktörer

Barndomssociologins utgångspunkt är att lyfta fram barns eget medverkande och vikten av att lyssna på barn är central. Barn ska ses som medkonstruktörer av de sociala sammanhang som de ingår i (Lago & Elvstrand, 2021). De ska mötas som kompetenta och meningsskapande aktörer för sina liv (James & Prout, 2015). Barn har också rätt att vara delaktiga i frågor som berör dem samt att de ska kunna göra skillnad på den omgivning de befinner sig i. Bergnehr (2019) hävdar i sin forskning att barn som aktörer inte lyfts fram tillräckligt och ger i sin artikel förslag på att barns aktörskap utforskas som barns påverkan och barns inflytande. Bergnehr menar att barns inflytande nyttjas för att undersöka barns verkliga inflytande på

beslut och handlingar i sociala situationer, och barns påverkan för att studera barns direkta och indirekta påverkan på andra och den värld som omger dem.

METOD

I kommande avsnitt diskuteras och lyfts de metoder som används inom forskning och varför vi valt den kvalitativa metoden för vår undersökning som genomförts.

I den kvalitativa metoden önskar man få fram underlag om ett specifikt fenomen som inte går att få fram genom standardiserade enkäter (Ahrne & Svensson, 2015). En kvalitativ metod lägger fokus på frågorna “hur?” och “varför?” och är baserade på analys och tolkning (Rienecker & Stray Jörgensen, 2018). Ahrne och Svensson (2015) menar vidare att intervjuer ger en djupare förståelse av de sociala förhållanden som finns i en viss miljö. Detta är för vår studie relevant då vi undersöker ett specifikt fenomen i fritidshemmets verksamhet, och hur detta visar sig ur ett barns perspektiv.

Läroplanen beskriver hur “undervisningen tar sin utgångspunkt i elevernas behov, intressen och erfarenheter” (Skolverket 2022, s. 25), och vi har därför valt att använda oss av en kvalitativ metod för vår undersökning, då med inriktning mot intervjuer av elever. Detta gör vi för att skaffa en ökad förståelse för ett specifikt fenomen, i vårt fall fysiska aktiviteterna som genomförs på fritidshemmet. Eftersom varje individ upplever och känner olika för fenomenet som undersöks ger intervjun rum för olika tankar och funderingar som kan komma att dyka upp efterhand som frågor ställs.

Intervju

Vi har valt att göra en kvalitativ studie, där intervjuerna har spelats in och skett enskilt med elever. Enligt Eriksson-Zetterquist och Ahrne (i Ahrne & Svensson, 2015) är styrkan med intervju att man kan gå fram och tillbaka mellan analys och intervjuer, och även komplettera med fler intervjuer om man anser det vara nödvändigt. Svagheten med metoden anses vara att syftet kan ändras från det intervjuaren tänker sig. För att förbereda sig inför en intervju bör man förbereda intervjufrågor, samtyckesblankett och informationsbrev. Förberedelse överlag är väsentligt för att kunna genomföra en bra intervju, och man bör ha förberett eventuella följdfrågor (Ahrne & Svensson, 2015). Det är även viktigt att man är väl förtrogen med inspelningsmetoden (Doverborg & Pramling Samuelsson, 2000). Efter genomförd intervju bör man transkribera denna så snart som möjligt då minnet är färskt (Ahrne & Svensson, 2015).

Valet av plats är väsentligt för genomförandet av intervjuerna eftersom informanten måste kunna koncentrera sig och inte tappa intresset (Doverborg & Pramling Samuelsson, 2012). En intervju påverkas av flera faktorer, dels tidpunkt, ålder, intresset och delaktighet i samtalet. Optimal tidpunkt är mellan 5-35 minuter. Som intervjuare är det viktigt att nicka och le, och med andra ord visa intresse för det som barnet berättar för att upprätthålla kontakten.

Barnintervju

Vi valde barnintervju med anledning av att ge eleverna möjlighet att ge uttryck för sina egna upplevelser och erfarenheter om fysisk aktivitet. Eleverna ges genom intervju möjlighet att påverka sin lärmiljö för att kunna utföra mer fysisk aktivitet som genomförs på fritidshemmet (Kvale & Brinkmann, 2014). Genom intervjuer med barn ges pedagoger möjlighet till att förstå mer av barns värld, för att förhoppningsvis i nästa led kunna utveckla sin pedagogiska verksamhet. Om man vill ta reda på *vad* och *hur* barn tänker, måste man utsätta barnen för situationer där de behöver tänka (Doverborg & Pramling Samuelsson, 2000).

I intervju med barn är det viktigt att använda åldersanpassade frågor och inte ställa för komplicerade frågor (Kvale & Brinkmann, 2014). Barn lär sig genom aktivt engagemang och i interaktion med andra barn och vuxna. Lärares uppdrag är att aktivt arbeta för att se till att

elever får sådana upplevelser och erfarenheter som de kan tala om, tänka och skapa egna idéer om och förståelse för (Doverborg & Pramling Samuelsson, 2012).

Urval

I den här delen kommer vi att beskriva vårt urval, det vill säga vilken grupp personer som har varit en del av undersökningen. Vi kommer även beskriva hur vi valt att samla in data och vilken grupp barn vi har valt att genomföra studien på.

Undersökningen fokuserar på barns syn på fysisk aktivitet på fritidshemmet. Vi har därmed valt att samla in material genom ett flertal barnintervjuer som genomförts med elever i åldrarna 7–9 år som är inskrivna i fritidshem, i årskurs 1-3. Vi har valt bort eleverna i förskoleklass eftersom vi anser att de ännu inte har samma erfarenhet och perspektiv av fysisk aktivitet på fritidshemmet. I Fritidshemmets möjligheter skriver Elvstrand och Närvänen (i Elvstrand, Lago & Simonsson, 2019) att delaktighet förknippas med krav på att vissa kompetenser måste vara uppfyllda, till exempel att ha tidigare erfarenheter av en viss situation. Det är utifrån denna anledning som vi har valt de lite äldre eleverna i vår studie då de redan har en viss förståelse. Vi har intervjuat fyra elever var och intervjuerna har varit upp till 15 minuter långa. Eriksson-Zetterquist och Ahrne (i Ahrne & Svensson, 2015) menar att man får ett relativt bra resultat genom att intervjua sex-åtta personer, men att man kan komplettera under studiens gång för att uppnå en så kallad mättnad. För vår studie upplevde vi att tolv intervjuer gav en hanterbar mängd information för tolkning och analys.

Intervjuerna har ägt rum på tre olika skolor i Västsverige.

Skola 1: Privat F-3 skola i stad. 61 elever inskrivna på ett fritidshem.

Skola 2: Kommunal F-6 skola i stad. 137 barn inskrivna på tre fritidshem.

Skola 3: Kommunal F-9 skola i stad. 253 barn inskrivna på fyra fritidshem.

Sammanfattningsvis har vi alltså valt ett strategiskt urval och har använt intervjuer som datainsamlingsmetod. I kommande stycke kommer vi vidare lyfta tillförlitlighet och giltighet utifrån vår metod.

Tillförlitlighet och giltighet

I denna del så kommer vi att skriva om begreppen "tillförlitlighet" och "giltighet" och varför de är viktiga i vår studie. Tillförlitlighet, eller validitet, är viktig att säkerhetsställa så att metoden undersöker det den påstås undersöka samt intervjufrågor som ger relevanta svar utifrån frågeställningarna för att öka validiteten. När man genomför en kvalitativ studie är kommunikerbarheten ett mått på validitet. De som läser rapporten ska kunna förstå vad som beskrivs, alltså förstå resultaten (Kihlström i Dimenäs, 2007).

För att vår intervjustudie ska vara så korrekt och tillförlitlig som möjligt har vi valt flera deltagare där vi samlar in data genom att spela in intervjusituationen. Vi anser att det totala antalet, 12 stycken, ger oss ett tillförlitligt resultat då vi hoppas ha uppnått den så kallade mättnaden där man får liknande intervjusvar av deltagarna. Transkriberingen av denna data ger oss det empiriska material som vi sedan har bearbetat och analyserat.

Giltighet, eller reliabilitet, innebär att resultat kan kopplas till studiens syfte. Kihlström (i Dimenäs, 2007) menar att man missar viktig information genom att endast anteckna under intervjutillfället och detta säkrar vi genom att spela in våra intervjuer. Riskerna finns när man endast antecknar att det då görs egna tolkningar av svaren och att undersökningen kan vinklas felaktigt.

De intervjuer och datainsamling som sker skall vara betydelsefulla för studiens mål och frågeställningar som ska besvaras. Intervjuerna har utgått från samma grundfrågor, och följdfrågor har ställts vid behov. Öberg (i Fejes & Thornberg, 2015) menar att transkriberingen från ljud till text behöver ske så snart det går efter inspelning, samt genomföras med största möjliga noggrannhet för att uppnå en giltighet i studien. Detta har vi tagit hänsyn till i vår studie. Utöver begreppen som lyfts i denna del finns det vidare ärenden att ta hänsyn till i vår intervjustudie. Dessa kommer belysas i nästa del då etiska regler förklaras djupare.

Etiska överväganden

I denna del så kommer vi ta upp de forskningsetiska regler som man måste förhålla sig till när man genomför en intervju. Etiska problem är förekommande under hela undersökningen och därför bör potentiella etiska frågor beaktas i början av intervjun (Kvale & Brinkmann, 2014). Ett etiskt problem som kan uppstå är den så kallade maktrelationen mellan oss pedagoger och eleverna som intervjuats (Lago & Elvstrand, 2021). Relationen är inte jämlik och detta bör man ha i åtanke under intervjutillfällena. Det är viktigt att man som vuxen använder sin makt på rätt sätt och att man även ger upp denna för att på bästa sätt möta eleverna. Intervjusituationen bör innehålla ett tillåtande och öppet samtalsklimat mellan oss studenter och eleverna där de känner att de har rätt att formulera sina tankar (Elvstrand, Lago & Simonsson, 2019). I de fall eleverna delar med sig kring känsliga uppgifter behöver vi hålla oss neutrala, men samtidigt eventuellt agera om vi upplever att barnet far illa.

Etik inom forskningsetiken innefattar även förfalskning och plagiat. Man bör även ta hänsyn till Dataskyddsförordningen, GDPR². Personuppgifter ska enligt lagen behandlas på tre olika principer: korrekthet, laglighet och öppenhet. Korrekthetsprincipen innebär att man inte använder mer uppgifter än man behöver för ändamålet. Laglighetsprincipen handlar om att uppgifter lagras på ett korrekt, rättsligt sätt. Sista principen är öppenhet som innebär att man på ett klart och tydligt sätt ska informera om behandlingen. I vår studie har vi inte använt oss av elevernas personliga uppgifter. Vi har inte heller behandlat fler uppgifter än vad vi behöver. Vi har inte använt oss av en molntjänst gällande förvaring av vårt material. Hur vi förvarar materialet har redovisas för deltagarna i vår studie. Detta genom att vi muntligen informerat om att underlaget sparas på våra privata datorer tills dess att arbetet är klart. Nedan följer de forskningsetiska principerna (Vetenskapsrådet, 2002) som vi har behövt förhålla oss till vid genomförandet av vår undersökning vilka är informationskrav, samtyckeskrav, konfidentiella krav och nyttjandekrav.

Informationskravet beskriver vikten av informering kring studien som genomförts, samt hur deltagandet är frivilligt och kan avbrytas. Kravet innebär att forskare ska informera berörda parter om syftet kring studien. Eleven har vid förfrågan om deltagande informerats om studiens syfte och har därmed gjort val att delta. Vi har också informerat eleverna om att deras deltagande är frivilligt och att de när som helst kan välja att avbryta. Vid deltagandet har även vårdnadshavare delgetts information kring studiens syfte innan intervjuer genomförts. Vårdnadshavare har dessutom tilldelats ett informationsbrev innan studien startades upp.

Samtyckeskravet förklarar att samtycke från vårdnadshavare skall hämtas till de barn som kommit att delta i studien, samt att man informerat om det allmänna syftet med undersökningen som genomförts. Samtyckeskravet innebär att man som deltagare har rätt att själv bestämma över sin medverkan. Detta har vi informerat eleverna som blir intervjuade innan de deltagit i studien. Till både elev och vårdnadshavare har vi använt oss av en samtyckesblankett som de fått skriva under.

Konfidentiella kravet beskriver att inga obehöriga skall få ta del av informationen. Vi har informerat om att vi är studenter på Högskolan Borås och att materialet kan komma att granskas. Inspelningar har raderats så fort de har blivit transkriberade. Namn är fingerade och vi har inte lagrat personuppgifter digitalt. När vårt betyg är inrapporterat i Ladok³ kommer allt empiriskt material att förstöras.

Nyttjandekravet innebär att insamlad data om enskilda personer, i vårt fall elever, endast får användas i forskningssyfte och inte till kommersiellt bruk. Kravet informerar om målet med forskningen och hur data som samlas endast kommer användas för vetenskapligt syfte. Information om nyttjandet har lämnats till eleverna och deras vårdnadshavare. Vårt

² SND, Svensk nationell datatjänst 2021. Forskningsdata med personuppgifter

³ Nationellt system för studiedokumentation

material har endast använts i vår studie, och efter denna är genomförd och betygsatt blir det empiriska materialet förstört. Samtyckesblanketten har lämnats till, och förvaras av, Högskolan i Borås.

Genomförande

Inför intervjuerna så har vi diskuterat och kommit fram till att vi alla skulle välja fyra elever, två flickor och två pojkar i årskurs 1-3. Öberg (i Fejes & Thornberg, 2015) menar att syftet med ett strategiskt urval med förhållandevis få informanter är att få ett så informationsrikt urval som möjligt varvid vi har valt ut elever som vi trodde skulle känna sig bekväma i situationen och som vi anser har god verbal förmåga. Våra intervjufrågor, samtyckesblankett och informationsbrev (se bilaga 1, 2 och 3) lämnades till vår handledare för godkännande och vi fick klartecken om att börja arbetet. Så fort vi fått samtyckesblanketten signerad av eleven och vårdnadshavare så inleddes intervjuerna.

Intervjuerna har skett på våra nuvarande arbetsplatser i ett avskilt och lugnt rum. Detta upplever vi har gett ett tydligt resultat, eftersom vi intervjuare redan har en relation till barnen samt pedagoger i verksamheten. Doverborg och Pramling Samuelsson (2012) skriver om fördelen man som intervjuare har om man känner eleverna sen innan, för då har man haft möjlighet att bygga en relation med barnen och vunnit deras förtroende.

Vi har använt en app på våra privata mobiltelefoner för att spela in intervjuerna. Doverborg och Pramling Samuelsson (2012) tar upp vikten av att spela in intervjun, för om man endast antecknar så upptäcker man snabbt att man missar delar av vad barnen pratar om.

Vi har genomfört våra intervjuer på olika tider under barnens skoldag. Enligt Doverborg och Pramling Samuelsson (2012) är det viktigt att tänka på tidpunkten för när samtalen genomförs. Ett barn som är uttröttat, väntar på att få äta, gå på rast eller blir avbruten i sin lek är inte alltid lika lätt att motivera och intressera sig för samtalet. Lika viktigt är det att beräknat tillräckligt med tid så att man inte behöver skynda på barnet för att man själv blir stressad av att barnet kanske ska bli hämtat eller att någon lektion ska börja.

Under våra intervjuer så har vi suttit mittemot eller snett mitt emot eleverna och haft våra frågor framför oss på ett papper. Doverborg och Pramling Samuelsson (2012) tar upp vikten av att upprätthålla och skapa kontakt med barnet under samtalet, därför bör man sitta mitt emot barnet. Det är viktigt med ögonkontakt för att kunna upprätthålla och skapa intresse under hela samtalet. En förutsättning är att man innan samtalet kan frågorna så man inte sitter och bläddrar i några papper.

Intervjufrågorna är designade för att få kunskap om elevers syn på fysisk aktivitet och för att förstå elevers tankar kring fysisk aktivitet på fritidshemmet. Frågeställningarna är öppna för att eleverna ska få möjlighet att tänka till och ge längre svar. Inga av de intervjuade har haft möjlighet att se frågorna innan intervjun, vilket vi hoppades på leder till att svaren representerar deras känslor och tankar vid intervjutillfället. Fördelen med den semistrukturerade intervjumetoden som vi har använt är att det ges möjlighet att komplettera med öppna frågor och att ställa följdfrågor. Enligt Eriksson-Zetterquist och Ahrne (i Ahrne & Svensson, 2015) är man även fri att variera ordningsföljden på frågorna vilket man inte är i en kvantitativ undersökning i samma utsträckning. Våra intervjuer inleddes med en orientering tillsammans med eleven där vi kort berättat syfte med intervjun samt gjort en genomgång kring inspelning och transkribering (Kvale & Brinkmann, 2014).

Vi har använt oss av en viss struktur eftersom vi har haft samma intervjufrågor, men varje intervjutillfälle har varit unik då följdfrågor har ställts.

Transkriberingen av materialet har skett tätt inpå genomförda intervjuer. Vid transkriberingen har eleverna anonymiserats och benämnts som till exempel "flicka och ålder". Materialet delades in i teman och mynnade ut i ett resultat. Arbetet ovan har planerats tillsammans, men

genomförandet har vi gjort enskilt.

Analysmetod

Efter att ha genomfört våra intervjuer upplevde vi en så kallad mättnad där svaren återkom hos eleverna (Ahrne & Svensson, 2015). Öberg (i Fejes & Thornberg, 2015) menar att det är centralt för analysen att nå mättnad där man kan urskilja liknande svar, och för att få det empiriska materialet att tala med varandra. I transkriberingsarbetet har vi försökt att vara så noggranna som möjligt och intervjuerna har transkriberats ordagrant för att åstadkomma en god analys.

Vi har valt att använda oss av en så kallad tematisk analys av vårt material där man identifierar gemensamma teman i intervjuerna (Fejes & Thornberg red, 2015). Arbetet kring analysen startade när vi genomfört våra intervjuer och efter transkribering av intervjuerna startade vi med kodning av materialet. Det finns två faser av kodning, substantiv och teoretisk kodning (Fejes & Thornberg red, 2015). Den substantiva kodningen innebär att vi sorterade och letade upp gemensamma, betydande ord i våra intervjuer och kategoriserade dessa genom färgmarkeringar. Dessa ord blev därmed våra substantiva koder och materialet blev således reducerat där vi sållat bort det som inte är relevant till vår studie (Fejes & Thornberg red, 2015). I den teoretiska kodningen tog vi de substantiva kodorden och grupperade i kodfamiljer för att kunna analysera och argumentera vidare i syfte att knyta an till vår teori.

RESULTAT

Studiens syfte är att få en insyn i elevers tankar och önsknings kring fysisk aktivitet i fritidshemmet. Målet är att besvara frågeställningarna som undersökningen bygger på:

- Vad anser eleverna är fysisk aktivitet?
- Vilka fysiska aktiviteter genomför eleverna på fritidshemmet?
- Vilka förutsättningar finns det för eleverna att vara fysiskt aktiva på fritidshemmet?

Nedan följer analys och resultat utifrån dessa frågeställningar.

Studiens kontext

I vår studie deltog 12 elever fördelat på tre fritidshem. På varje fritidshem deltog fyra elever. Samtliga elever är anonyma och benämns nedan som kön och ålder. Samtliga elever i studien var mellan sju och nio år gamla och går i årskurs 1-3. Resultatet presenteras utifrån frågeställningarna kring fysisk aktivitet på fritidshemmet. Dessa frågeställningar har vidare brutits ner i underrubriker och teman.

Elevers tankar

Vad anser elever är fysisk aktivitet?

Begreppet fysisk aktivitet var inte självklar för eleverna som deltog i undersökningen, och endast några få kunde ge en beskrivning av begreppet och dess innebörd. Andra elever behövde en förklaring av betydelsen innan intervjun kunde gå vidare.

De elever som tyckte sig ha en förståelse för begreppet fysisk aktivitet beskrev det som spring och rörelse i någon form.

Pojke 9 år: Det är när du liksom rör på dig, fotboll det är en fysisk aktivitet. När du springer mycket och så, du är i form, du rör dig mycket i en aktivitet.

Flicka 8 år: Jag tänker väl mycket spring, och att man får höja pulsen mer än när man går, jobbiga men inte för jobbiga.

Eleverna verkar anse att all rörelse i lekar på fritidshemmet är fysisk aktivitet och lyfter i studien fram den fria leken som väsentlig till rörelseglädje. I kommande stycke beskrivs friheten djupare, och hur den framträdde i vår undersökning, men även hur elever ser på möjlighet till påverkan.

Frihet och den fria leken

Med frihet talar eleverna om sina möjligheter till egna val av aktiviteter som genomförs på fritidshemmet. Resultatet visar på att eleverna föredrar friheten i den fria leken framför de organiserade aktiviteter som erbjuds för att skapa rörelseglädje. Under intervjuerna beskriver eleverna hur friheten att bestämma själv har störst dragningskraft, detta då eleverna ges möjlighet att utföra aktiviteter som de tycker är intressanta och kul.

Pojke 8 år: Jag tycker man ska få bestämma själv, det är vissa saker man inte gillar, och då känner man att måste jag göra det här..och så vill man bara gå hem, jag vill inte vara med.

Här visar sig valen som görs av lek och aktivitet vara starkt influerade av intressen som redan finns i elevernas vardag. Friheten beskriver möjligheten till att bestämma över sin egen tid och vad för aktivitet som skall genomföras. När organiserade aktiviteter genomförs förklarar

eleverna tydligt vikten av att det är lekar som de upplever som kul för att vilja delta, annars väljs hellre den fria leken. Ett citat som belyser friheten i den fria leken:

Flicka 8 år: Fria leken, men det beror på vilken aktivitet det är, om det är någon jag gillar föredrar jag det mer, men är det något jag inte blir så intresserad av föredrar man att få leka själv.

Eleverna på fritidshemmet belyser vikten hur deras tid och aktiviteter inte är schemalagd på samma nivå som i skolan. Här ges de en större möjlighet till att bestämma själva när eller hur en lek kan genomföras. En pojke i årskurs tre beskriver dilemmat hur scheman påverkar val och tillgång till aktiviteter. Pojken talade om hur möjligheten till att vara på fotbollsplan under fritids inte är begränsad som under skoltid. Han beskrev det såhär:

Pojke 9 år: mestadels fotbollen, för man har inget schema, när vi har skoltid så har vi schema så det är bara på torsdagar och fredagar som vi inte har fotbollsplanen, på fritids kan man spela lite när man vill.

Fritidshemmet ger större möjlighet till de egna valen, i detta fall fri tillgång till fotbollsplanen vilket gör att detta blir valet av aktivitet. Ett tydligt mönster framkommer av intervjuerna som beskriver hur aktiviteter behöver upplevas som kul för att eleverna ska vilja delta när det sker organiserade aktiviteter, annars väljer eleverna hellre den fria leken. En elev beskriver deltagande i organiserade aktiviteter på detta sätt:

Pojke 9 år: Det beror lite på vad man har valt, men om det till exempel inte är något som jag tycker är så jättekul är det inte min grej liksom, så då gillar jag den fria.

Eleverna visar på hur viktigt det är att aktiviteter är kul för deltagande, vilket för oss vidare in på möjligheterna som elevernas har till att vara delaktiga och påverka det som sker i sin vardag och agera aktörer.

Att kunna påverka

Elever ska få möjlighet till att vara aktörer i sin vardag och vara delaktig i det som sker. Detta leder oss tillbaka till hur vi som pedagoger kan se på saker ur ett barns perspektiv. För att skapa en miljö där elever ges möjlighet till att agera aktörer behöver elevers tankar lyftas. När ordet påverkan lyfts dras elevernas tankar större delen till lekar som sker just i stunden och inte till val av aktiviteter i helhet. Under intervjuerna fick eleverna möjligheten att dela med sig av sina tankar kring påverkan, de uttrycker sig då på följande sätt:

Flicka 8 år: alltså det beror på, vi kan få lite mer att bestämma, men det får inte bli för crazy.

Flicka 8 år: alltså ja, men barnen måste lära sig att komma på själva, så det inte alltid är de (pedagogerna) som bestämmer. De kanske bestämmer att vi ska ut på utflykt och att vi ska leka en lek, men vilken lek kan barnen få rösta om, så att man vet den här leken var det mest som tyckte om.

Eleverna lyfter här fram att de har möjlighet till påverkan, men visar också på att det sker en viss styrning från pedagogerna.

När ytterligare en elev får frågan om den får vara med och bestämma lekar som arrangeras och genomförs i grupp blir svaret så här:

Pojke 8 år: Ibland, men det har aldrig blivit min.

Det blir tydligt att elever vill ha del i val av aktiviteter som genomförs, detta då eleverna vill uppleva glädje i organiserade aktiviteter för att vilja delta.

Den fysiska aktiviteten

Vilka fysiska aktiviteter genomför eleverna på fritidshemmet?

Som tidigare beskrivits är aktiviteter som eleverna genomför nära kopplade till elevernas intressen och tidigare erfarenheter. De har formats ur den sociala miljön som barnet lever i. Vad har kompisarna för intressen, hur ser familjens aktiviteter ut, och hur ser sociala miljöer ut där barnet bor? Dessa påverkar och inspirerar till ett visst intresse, och vidare vad för aktiviteter som eleverna väljer att genomföra på fritidshemmet.

Fysisk aktivitet i lekar tillsammans med andra

Leken är central när eleverna talar om fysisk aktivitet. I intervjuerna lyfts lekarna fram som ett sätt att röra på sig men också som en form av social aktivitet när man utför den tillsammans med kompisar. Den fria leken blir återigen en tydlig kontrast till de styrda aktiviteterna och framstår som viktig för eleverna:

Intervjuare: Föredrar du när det är pedagoger som håller i olika rörelseaktiviteter eller tycker du om att välja själv?
Pojke 7 år: Välja själv.

Genomgående i intervjuerna återkommer det fria valet och betydelsen som den har på deltagandet. Eleverna uppger att de leker mycket jage, kurragömma, och att de klättrar i träd eller på klätterställningar. Alla är lekar som sker i kontakt eller ihop med andra barn, samtidigt som de kräver ganska minimalt med samarbete för att genomföra. Även fotboll visar sig vara en ledande aktivitet när barn får välja.

Undersökningen visar att merparten av eleverna väljer att utföra fysisk aktivitet tillsammans med kompisar. Några elever beskriver frustration över organisering av fri lek, samt konflikter och tjafs vid uppstart av aktiviteter som faktorer som gör att barn i vissa fall väljer att lämna kompisarna och leka enskilt. Men vid de flesta fall beskriver eleverna aktiviteter som genomförs med andra.

Pojke 9 år: Jag spelar fotboll och kör parkour. Parkour är mer enskilt, men det kan vara tillsammans också men mest enskilt, men fotboll är en lagsport.

Flicka 9 år: Jag klättrar i träd, jag leker med mina kompisar, jag springer runt, åker skateboard lite. Det är det.

Det framkommer att eleverna framförallt utför fysisk aktivitet i lekar tillsammans med andra. Vikten av att känna delaktighet och utmanas tillsammans med andra beskrivs i kommande stycke.

Delaktighet & Samarbete

Som lyfts tidigare vill eleverna helst utföra fysisk aktivitet tillsammans med andra. De känner en glädje när de får vara delaktiga i beslut kring deras vardag. Eleverna känner sig värdefulla när de får samarbeta och påverka ihop med kompisarna. En elev uttryckte sig såhär:

Flicka 7 år: Kompisar, för det är roligare att samarbeta än att göra själv. För då får man tänka lite det är bara inte som jag vill, det är som alla vill. Jag är med fem och fyra tycker vi ska gå den vägen, nej två tycker den och tre tycker den, då är vi fem, då måste vi ju gå den för vi har röstat, för då är det en mer.

Flera av eleverna nämner aktiviteter där man är tillsammans med andra barn i olika former. Vissa lekar är man fler barn och i andra lite färre. Citatet nedan visar på att barn även i den fria leken vill vara med och påverka och känna delaktighet:

Flicka 8 år: Vi röstar mest, men det är så att man får inte alltid det man vill.

De är väl förtrogna med att det inte alltid blir som man själv vill, men känslan av delaktighet är viktig i sammanhanget.

Förutsättningar och utveckling kring fysisk aktivitet

Vilka förutsättningar finns det för eleverna att vara fysiskt aktiva på fritidshemmet?

Förutsättningarna talar om situationer eller saker som påverkar resultatet. Alla fritidshem där intervjuerna har genomförts erbjuder olika möjligheter till genomförande av aktiviteter. Dessa möjligheter påverkar elevernas val av aktiviteter, vilket avspeglar sig i intervjuerna. Förutsättningar som kan skilja sig är bland annat miljö, men även möjlighet till fri lek eller med annat ord frihet. Miljö beskriver hur området ser ut som eleverna har till förfogande. Frihet lyfter bland annat möjlighet till fri lek men även tillgång till tid för fritt val av aktiviteter. Detta är något som kan påverkas av antalet pedagoger, vilka också nämns i vårt resultat. Alla dessa förutsättningar kommer att avspegla sig i elevernas svar kring fysiska aktiviteter som genomförs.

Miljön

Eleverna beskriver fysiska aktiviteter som fotboll och klättring som något de gärna gör på fritidshemmet. De tre fritidshemmen har olika förutsättningar men alla erbjuder en utomhusmiljö bestående av fotbollsplan, klätterställning och/eller träd att klättra i samt större lektytor. Ett utmärkande drag är skolgården där de flesta elever väljer att utföra rörlighet och fysisk aktivitet. Flera elever nämner också olika lekar som de leker på skolgården:

Flicka 9 år: Klättra i träd. Leka med gosedjur, leka med lego, spela fotboll. Det finns också, jag kommer inte på något mer.

Pojke 8 år: Typ leka jage, tjuv och polis, kurragömma och sånt.

Dessa citat visar på att miljön spelar stor roll för elevernas förutsättningar att genomföra lekar. Beroende på hur miljön är utformad inbjuder den till olika typer av lekar och aktiviteter.

Pedagogerna

På fritidshemmet är pedagogerna viktiga personer för eleverna och finns nära till hands i bland annat styrda lekar. Trots att de flesta elever föredrar den fria leken uppges pedagogerna ändå som betydelsefulla på fritidshemmet:

Pojke 8 år: Fröken håller i lek tycker jag är bäst.

Intervjuare: Varför är det bäst?

Pojke 8 år: Därför annars blir det mycket tjafs vilken lek det ska bli.

Eleven ovan visar på att pedagogerna finns till för eleverna i form av stöttning i lekar och för att förebygga konflikter som kan uppstå, vilket i sin tur kan påverka glädjen i aktiviteten:

Intervjuare: Vad tycker du om att vi vuxna deltar?

Pojke 8 år: Ja, det gör jag.

Intervjuare: Varför då?

Pojke 8 år: För då brukar det bli roligare.

Vidare lyfter eleverna hur pedagogers deltagande i lekarna upplevs som lustfyllt:

Pojke 9 år: Men liksom vissa som vår elevassistent, han brukar vara med och spela fotboll och aktivitetspedagogen är med och gör, alltså olika aktiviteter och sånt.

Intervjuare: Mmm, vad tycker du om det?

Pojke 9 år: Mmmm, det är kul.

Eleverna förklarar hur pedagogernas roll blir viktig både i syfte att starta upp och organisera valda lekar, men även i förebyggande syfte omkring konflikter. Pedagogers deltagande beskrivs som roligt och är uppskattat av eleverna.

Önskvärt kring fysisk aktivitet

Tillgång till sporter och aktiviteter som innefattar en boll är önskvärt hos eleverna i studien. Speciellt möjlighet till fotboll och King är exempel på aktiviteter med boll som eleverna beskriver som viktiga för genomförandet av fysiska aktiviteter och rörelse.

Pojke 9 år: Mmmm, typ fixa konstgräs på fotbollsplanen för det är cement under och det gör väldigt ont när man ramlar. Och man skulle kunna ha konstgräs.

Pojke 7 år: Flera kingplaner, för det är oftast när vi kommer ut på raster som de är upptagna.

Vidare återkommer det i intervjuerna önskemål om tillgång till klättring. Detta kan innefatta klätterställning, men flera elever nämner också förfogande till klätterträd.

Flicka 8 år: klätterställning skulle varit kul.

Pojke 8 år: Klättervägg vill jag ha.

För eleverna är det viktigt att ha möjlighet till att klättra, därför är det en önskvärd tillgång att ha på fritidshemmet för att de ska vilja röra på sig mer.

Sammanfattning av resultat

Förståelsen för begreppet fysisk aktivitet visade sig vara varierad hos eleverna, där en del behövde en förklaring innan intervjun kunde fortsätta. För de flesta innebär fysisk aktivitet rörelse och lek, där det fria valet är framträdande i intervjuerna. Den fria leken visar sig även den vara framträdande för eleverna, då den beskrivs som en central och viktig del i fritidshemmet. Denna aktivitet är inte schemalagd vilket poängteras vara skillnaden mellan skola och fritidshem. Vidare lyfts möjligheten till påverkan gällande val av aktiviteter under den tid som spenderas på fritidshemmet. När eleverna pratar om aktiviteter som väljs är dessa kopplade till kompisar och gemensamma intressen, vilka frambringar en känsla av delaktighet och gemenskap.

Miljön framträder som en förutsättning för att kunna utföra fysisk aktivitet på fritidshemmet, där omgivningen som erbjuds speglar sig i de aktiviteter som eleverna ägnar sig åt. Under intervjuerna framkommer det att skolgården är den plats där eleverna utför de flesta aktiviteterna såsom fotboll och andra lekar, men även klättring lyfts fram som en aktivitet.

Även pedagogerna är en del av elevernas miljö och visar sig vara viktiga personer som finns nära till hands i lekar och konflikthantering. Vuxnas deltagande upplevs som rolig och något som eleverna vill att man gör.

DISKUSSION

I detta kapitel diskuteras det resultat som framkommit i studien. Resultatet har analyserats och diskuterats utifrån tidigare forskning, studiens bakgrund och den teoretiska ramen, barndomssociologi.

I ett barndomssociologiskt perspektiv så är fritidslärares syn på barn och de sociala relationerna av stor betydelse. Det vill säga hur lärarna i fritidshem ser på och tolkar barns kompetens och agerande för att i förlängningen få möjlighet att skapa och upprätthålla sociala relationer. Avslutningsvis så diskuteras de didaktiska konsekvenserna vi kan se utifrån resultatet och till sist så ges förslag på vidare forskning.

Resultatdiskussion

I detta avsnitt kommer vi diskutera resultatet utifrån elevernas tankar kring fysisk aktivitet på fritidshemmet.

Vår tanke med fysisk aktivitet i fritidshemmet visar sig inte vara samma som elevernas uppfattning. Vi vuxna tolkar fysisk aktivitet som styrda, pulshöjande aktiviteter med en grupp barn. Under intervjuerna med eleverna visade sig leken vara framträdande i deras definition av begreppet fysisk aktivitet. Vi fann att för barn sker fysisk aktivitet i ett mer oreflekterat tillstånd där funktionen får betydelse i relation till den direkta situationen. Det handlar ofta om lek och fysisk aktivitet som integreras i leken eftersom de gör lekarna mer meningsfulla för barnen (Högman, 2021).

Gemensamma svar angående lekar för fritidshemmen i studien var att klättra och utöva fotboll. Förutsättningarna i miljön öppnar upp för dessa aktiviteter och man bör ha i åtanke att resultatet kunde sett annorlunda ut med andra förutsättningar.

Pihlgren (2017, s. 100) beskriver hur "barn kan förändras i olika miljöer och miljöerna påverkar barnen" och det är viktigt att förstå hur skolgårdens utformning kan påverka elevers val av aktiviteter.

Det är tydligt hur sociala intressen och aktiviteter som utövas utanför fritidshemmet och skola förs över till verksamheten. Faktorer som familjens deltagande, eller icke deltagande, i fysisk aktivitet, samt den sociala miljön med kompisar kan potentiellt styra ett barns intresse och förståelse i en viss riktning. Här är fotboll ett exempel då denna aktivitet lockar en större mängd elever. Vi som verksamma i fritidshem vet att flera elever är aktiva inom fotbollsföreningar. Detta har vi sett avspeglar sig i den fria leken när möjlighet ges till eget val av aktivitet. Elevernas intressen blir framträdande och påverkar hur aktiviteter genomförs, vilka som genomförs, och vilka som ges möjlighet till aktiviteter.

Högman (2021) tar upp detta i sin undersökning kring alternativa aktiviteter, där han beskriver hur aktiviteter lätt tas över av elever med tidigare intresse, kunskap och god fysisk förmåga. Detta fenomen gör sig synligt även i fritidshemmets verksamhet där elever med tidigare erfarenhet tar över. Även om en aktivitet är organiserad och utformad för att generera intresse för alla barn, hamnar elever med lägre förmåga i en situation där möjligheterna minskar till delaktighet. Högmans undersökning fokuserar på aktiviteter utanför skolan och fritidsverksamheten, men är högst relevant då liknande situationer uppstår i fritidshemmet när aktiviteter ska genomföras som kan skapa delaktighet för alla elever. Högman lägger stort fokus i sin undersökning på vem aktiviteterna faktiskt gynnar. När fritidslärare planerar sin verksamhet så behövs detta tas med i beaktande. Vidare är delaktighet något som eleverna anser är viktigt för att känna glädje vilket vi tar upp härnäst.

Elevens möjlighet till delaktighet och inflytande framkommer i vår studie, där det under intervjuerna blev tydligt för oss att eleverna vill vara med och påverka och känna sig delaktiga. Detta poängteras både i *läroplanen* och *skollagen*: "Barn ska ha möjlighet att fritt uttrycka sina åsikter i alla frågor som rör honom eller henne" (Skolverket, 2010). Eleverna lyfter fram den fria leken som central och betydelsefull, och beskriver hur detta skiljer sig från skolverksamheten och de styrda möjligheterna till aktiviteter. Vi pedagoger ser en konflikt mellan det fria valet och uppfyllelsekrav av målen i *läroplanen*, och man bör därför som pedagog inventera elevens tankar och önskemål för att bygga undervisningen i fritidshemmet. Halldén (2017) poängterar vikten av att lyssna på elever och deras perspektiv framhålls inom barndomssociologin där man menar att barn måste betraktas som aktiva i skapande av sitt egna sociala liv. För att kunna göra detta krävs att eleverna blir aktivt lyssnade på och att pedagogerna agerar utifrån elevernas förslag och åsikter (Ackesjö i *Barn i fritidshem*, 2022). Att lyssna på elever skapar således ett fritidshem *med* elever (Elvstrand, Lago & Simonsson, 2019).

Under tidigare forskning har vi tidigare beskrivit relationen mellan pedagog och elev, vilket är något som Karin Lager (2021) belyser vikten av i sin forskning. Genom en god relation med eleverna skapas möjligheter till formandet av aktiviteter som inte bara gynnar elever med ett tydligt intresse, utan skapar en balans mellan intresse, utmaning och glädje, där alla vill och kan delta. Vår studie visar på en önskan om att pedagoger ska delta i aktivitet. Vilket kan betyda att det finns goda relationer mellan elever och pedagogerna i verksamheterna. Vi vill tro att detta kan bidra till att eleverna vågar lyfta sina tankar, samt ett ökat deltagande i aktiviteter som erbjuds.

Ur ett barndomssociologiskt perspektiv spelar pedagogernas barnsyn en ansenlig roll, där vikten läggs på att se eleverna som *human beings*. Barns relationer och barndom har ett egenvärde i sig och barn ska inte ses som passiva utan som aktörer (James & Prout, 2015). Utmanande i en fritidslärares arbete är att möta de olika variationer som finns i elevgruppen och tillgodose både individens samt kollektivets behov (Elvstrand & Lago, 2022). På fritidshemmet har eleverna förväntningar kring ett större inflytande i aktiviteter och en friare roll jämfört med skolan.

Slutligen vill vi poängtera att genom att ta utgångspunkt i barns perspektiv och inventera elevernas önskemål och intressen, har pedagogerna möjlighet att både tillgodose barns perspektiv samt uppfylla läroplansmålen. Detta eftersom barn enligt barndomssociologin bör betraktas som egenskapade aktörer och att de ska undersökas som enskilda individer (James & Prout, 2015).

Slutsats

Enligt de elever som deltog i studien är fysisk aktivitet något som de gör tillsammans med andra och som drivs av ett stort intresse som ofta har formats i socialt samspel med andra. Att känna en stark gemenskap i aktiviteten som utförs, vilket är därför de vill vara och förblir fysisk aktiva. Utmaningen för fritidshemmen är att hitta, samt skapa, aktiviteter som utmanar och utvecklar existerande förmågor, men speciellt som har som mål att skapa intresse för något som de kanske inte tidigare haft. Möjligheten att få vara med och bestämma kring de aktiviteter som händer på fritidshemmet är av stor vikt för att känna att det är meningsfullt och att vuxna tar tillvara på elevernas tankar och formar verksamheten därefter. Resultaten visar vikten av att inta barns perspektiv för att skapa förutsättningar för fysisk aktivitet i fritidshem.

Metoddiskussion

Vi känner oss tillfreds med valet av den kvalitativa metoden, och intervju som metod fungerade väl för vår undersökning av elevernas tankar kring fysisk aktivitet. Rienecker och Stray Jørgensen (2018) menar att man med den kvalitativa metoden går på djupet och fokus ligger på frågorna *hur* och *varför*. Vidare menar Eriksson-Zetterquist och Ahrne (i Ahrne och Svensson, 2015) att ännu en fördel med den kvalitativa metoden är att man kan anpassa frågorna och den ordning man ställer dem i gentemot vad man kan vid ett standardiserat frågeformulär. Resultatet blir att man får fler dimensioner och nyanser kring ämnet vilket vi ser som en fördel. Den semistrukturerade metoden öppnar upp för följdfrågor och bredare diskussioner inom ämnet. Då vi endast hade tre större frågeställningar som skulle besvaras gavs gott utrymme för vidare diskussion och följdfrågor kring funderingar som var relevanta för syftet om att lyfta elevers tankar kring fysisk aktivitet på fritidshemmet.

Att genomföra intervjuerna på våra arbetsplatser har varit en fördel då eleverna kände oss, och hade en tidigare relation, vilket skapade en bekväm situation för genomförandet av intervjun. Eleverna befann sig dessutom i en välkänd miljö, vilket vi upplevde skapar rätt förutsättningar för en fungerande diskussion utan någon väldig nervositet inför samtalet. Inledningsvis fanns en diskussion kring att intervjua barn i par för att skapa behaglig situation. Vi gjorde dock valet att intervjua eleverna individuellt, vilket vi nu i efterhand upplever som rätt val. Detta då vi fick goda genuina svar från eleverna, utan påverkan från en kamrat. Det finns alltid en risk i en intervjusituation där eleverna tror att de ska svara på ett visst sätt, men vi känner att elevernas sanna tankar och upplevelser kom fram. Några elever upplevde inspelningen som obekvämt till en början, men verkade slappna av längs med intervjun. Förståelse för betydelsen av fysisk aktivitet var varierad hos eleverna och det krävdes i vissa fall en förklaring av begreppet. Hänsyn togs till den så kallade maktrelation som Svensson och Ahrne (2015) beskriver som viktig för hur en studie faller ut. Vi upplever att eleverna var sanningsenliga och frågorna i sig inte skapade någon typ av maktrelation.

Med avstamp i ett barnperspektiv valde vi att intervjua elever i fritidshemmet och skapade samtyckesblanketter där både elever och vårdnadshavare fick ge sitt godkännande. Vi upplevde en positiv respons hos vårdnadshavarna till eleverna och fick in samtyckesblanketterna i tid. I ett fall var det svårt att få kontakt med båda vårdnadshavare och detta drog ut på tiden. Överlag känner vi dock att intervjuerna och dess förberedelser har löpt på bra och intervjuerna kunde genomföras inom en veckas tid.

Tematisk analys har varit en bra metod för vårt arbete. Tack vare att vi upplevde en mättnad kunde vi relativt enkelt analysera studiens empiriska material, urskilja gemensamma nämnare och plocka ut teman utifrån studiens syfte. Vi upplever att vårt empiriska material var relativt lättsorterat vilket Rennstam och Wästerfors (i Fejes & Thornberg, 2015) menar annars hade skapat problem med oordning och oöverskådlighet. Materialet har blivit reducerat vilket lade en bra grund för vidare arbete och för att skapa koncentration. Rennstam och Wästerfors poängterar att sällning är nödvändigt för att rikta fokus på det studien vill uppmärksamma, i vårt fall fysisk aktivitet i fritidshemmet. Med hjälp av vår valda teori och tidigare forskning kunde vi slutligen argumentera och analysera för att landa i ett resultat kring vår studie.

Didaktiska konsekvenser

Utifrån barnens intresse har undersökningen även som mål att lyfta tankar kring utvecklingsarbetet i fritidshemmet för att öka deltagandet hos barnen i fysiska aktiviteter.

I studiens resultat framkommer det att eleverna upplever att den fria leken är viktig för dem och förmågan att få välja själva. Eleverna uttrycker att de skulle vilja vara med och bestämma lite mer över vad de gör på fritidshemmet. Det framkommer i Lgr 22 att “fritidshemmet ska stimulera elevernas utveckling och lärande samt erbjuda eleverna en meningsfull fritid. Detta ska ske genom att undervisningen tar sin utgångspunkt i elevernas behov, intressen och erfarenheter, men också att eleverna kontinuerligt utmanas ytterligare genom att de inspireras till nya upptäckter” (Skolverket, 2022, s. 25). Delaktighet och att ha kompisar är en annan del som framträder i studien. Här anser vi att pedagogerna på fritidshemmet har en stor roll. Vikten att ha en bra relation till eleverna på fritidshemmet gör att man lättare kan finnas tillgänglig och är lyhörd för vad de behöver. Att utveckla bra kamratrelationer, samt att man känner tillhörighet och trygghet är saker som betonas i Lgr 22 (Skolverket, 2022).

I studien så framkommer det att eleverna behöver ha vissa förutsättningar för att kunna och vilja vara fysisk aktiva. Vissa önskemål är mer svåra att tillgodose, medan andra är lättare att åtgärda. En vision är att varje fritidshem, utifrån elevernas önskemål och intressen utformar en verksamhet som är anpassad efter just den aktuella barngruppen. Lgr 22 tar upp ord som konstruktion, skapande och kreativitet och genom att pedagogerna på fritidshemmet hela tiden utmanar, utvecklar och introducerar nya saker så kommer eleverna att fortsätta utvecklas.

Förslag på vidare forskning

Vi ser hur det finns stort utrymme för fortsatta studier kring fysisk aktivitet på fritidshemmet. Nästan alla verksamheters situationer ser olika ut, och dess förutsättningar till drastisk förändring kan vara begränsade. Men vi ser hur det behövs ett större fokus på elevernas delaktighet, tankar och möjlighet till att påverka och agera aktör i sin vardag och fritidsmiljö. Vad finns det för forum som används idag? och hur lyfter dessa elevernas perspektiv på fritidsmiljön. Vår undersökning visade hur barnen föredrar friheten i sitt lekande, vilket tydligt visar på möjligheter till vidare undersökningar kring hur just friheten kan samspela med *läroplanen*, och pedagogernas roll att ur detta skapa lärande och välmående. Observationer av verksamheter är något som vi tror hade kunnat synliggöra vad för typ av aktiviteter barnen genomför, samt organiserade aktiviteter under de olika förutsättningar som verksamheterna bedrivs utifrån. Vi vet av erfarenhet att lokalerna inte alltid är fungerande för fritidshemmen, vilket måste tas hänsyn till när det byggs nya skolor och utrymmen. Här hade det varit intressant att undersöka vad eleverna känner och upplever kring utrymmena som erbjuds, och hur dessa hade kunnat utvecklas vidare.

REFERENSER

- Ahrne, G och Svensson, P. (red) (2015). *Handbok i kvalitativa metoder*. Stockholm: Liber.
- Bergnehr, D. (2019). Barnperspektiv, barns perspektiv och barns aktörskap: en begreppsdiskussion. *Nordisk tidskrift för pedagogikk og kritikk*. 5, s. 49-61. doi:10.23865/ntpk.v5.1373 [2022-10-25]
- Corsaro, W. (2011). *The sociology of childhood*. Los Angeles: SAGE.
- Corsaro, W. (2003). *We're friends, right?* Washington DC: Joseph Henry Press.
- Dimenäs, J. (2007). *Lära till lärare*. Stockholm: Liber
- Doverborg, E och Pramling Samuelsson, I. (2012). *Att förstå barns tankar: kommunikationens betydelse*. Stockholm: Liber.
- Doverborg, E och Pramling Samuelsson, I. (2000). *Att förstå barns tankar: metodik för barnintervjuer*. Stockholm: Liber.
- Elvstrand, H och Lago, L (red). (2022). *Barn i fritidshem*. Stockholm: Liber.
- Elvstrand, H, Lago, L och Simonsson, M (red). (2019). *Fritidshemmets möjligheter: att arbeta fritidspedagogiskt*. Lund: Studentlitteratur.
- Elvstrand, H och Närvänen, A-L. (2016). *Children's Own Perspective in Leisure-time Centers in Sweden*. *American Journal of Educational Research*. 6, 495-503. doi:10.12691/education-4-6-10
- Fejes, A och Thornberg, R (red). (2015). *Handbok i kvalitativ analys*. Stockholm: Liber.
- Halldén, G. (2003). *Barnperspektiv som ideologiskt eller metodologiskt begrepp*. *Pedagogisk forskning*. 8(1-2), s. 12-23. <https://open.lnu.se/index.php/PFS/article/view/1196/1045>
- Halldén, G. (red). (2007). *Den moderna barndomen och barns vardagsliv*. Stockholm: Carlsson Bokförlag.
- Holmberg, L. (2020). *Perspektiv i fritidshem*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Högman, J. (2021). *Barn i rörelse: Om förutsättningar för utveckling i alternativa (?) idrottsaktiviteter*. <http://dx.doi.org/10.13140/RG.2.2.23248.84483> [2022-12-06]
- James, A & Prout, A. (2015). *Constructing and reconstructing childhood: Contemporary issues in the sociological study of childhood*. London: Routledge.

- Kvale, S och Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Lager, K. (2021). "Som kompisar, fast vuxna": relationens betydelse för barns aktörskap i fritidshem. *Barn:Forskning om barn och barndom i Norden*, 39(2–3), 29–45. doi/10.5324/barn.v39i2–3.3759 [2022-10-24]
- Lago, L och Elvstrand, H. (2021). *Sociala relationer i fritidshem*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Perselli, A.-K. & Haglund, B. (2022). *Barns perspektiv och barnperspektiv: en analys av utgångspunkter för fritidshemmets undervisning*. *Pedagogisk forskning i Sverige*. 27(2) 75–95. doi.org/10.15626/pfs27.02.04 [2022-10-24]
- Piggin, J. (2020). *What Is Physical Activity? A Holistic Definition for Teachers, Researchers and Policy Makers*. *Front. Sports Act. Living* 2:72. doi: 10.3389/fspor.2020.00072 [2022-12-05]
- Pihlgren, A. (2017). *Fritidshemmets didaktik*. Lund: Studentlitteratur.
- Rienecker, L och Jørgensen Stray, P. (2018). *Att skriva en bra uppsats*. Stockholm: Liber.
- SFS 2010:800. *Skollagen*. Stockholm: Skolverket.
- Skolverket (2014). *Skolverkets allmänna råd fritidshem*. Stockholm: Skolverket.
- Skolverket (2022). *LGR22: Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet*. Stockholm: Skolverket.
- Unicef (2020). *Barnkonventionen*. Stockholm: Unicef. <https://unicef.se/barnkonventionen/las-texten#hela-texten> [2022-11-28]
- Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk- samhällvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet. https://www.vr.se/download/18.68c009f71769c7698a41df/1610103120390/Forskningsetiska_principer_VR_2002.pdf [2022-11-08]

BILAGOR

Bilaga 1 - Intervjufrågor

- Vad är fysisk aktivitet för dig?
 - Utför du rörelse tillsammans med kompisar eller enskilt?
 - Vad finns det att göra omkring rörelse på fritids?
- Vad gör du när du är fysisk aktiv i fritidshemmet?
 - Föredrar du organiserade aktiviteter eller fri lek?
- Vad skulle du vilja göra när det gäller fysisk aktivitet i fritidshemmet?
 - Vad ser eleverna som utvecklingsområden inom fysisk aktivitet?
 - Vad saknar eleverna för att kunna utföra fysisk aktivitet?
 - Hur kan pedagogerna hjälpa dig för att du ska göra det du önskar?

Följdfrågorna är frivilliga beroende på hur samtalet går.

Bilaga 2 - Informationsbrev

Vi heter Richard Maråker, Linda Prim och Sofia Wellerstrand och studerar grundlärarutbildning med inriktning mot arbete i fritidshem vid Högskolan i Borås, akademien för bibliotek, information, pedagogik och IT.

Under sista terminen ska vi studenter genomföra ett examensarbete där ett valt område skall undersökas. I denna studie kommer vi genom intervjuer med elever att undersöka barns tankar samt syn kring fysisk aktivitet och andra aktiviteter relaterade till rörelse i fritidshemmet. Intervjuerna kommer att spelas in för att underlätta bearbetningen av insamlade data. När studien är genomförd kommer intervjuerna att raderas.

I undersökningen utgår vi ifrån de forskningsetiska principerna, vilka innebär att:

- Alla uppgifter i undersökningen kommer att behandlas med största varsamhet, så att inga obehöriga kan ta del av dem.
- De uppgifter som framkommit i undersökningen används enbart för denna undersöknings syfte.
- Alla uppgifter kring deltagarna i undersökningen kommer att vara konfidentiella. Fiktiva namn på barn/elever, pedagoger och för/skola används så att allas identiteter skyddas.
- Undersökningen är frivillig och det går när som helst att avbryta deltagandet.

För att kunna genomföra undersökningen behövs vårdnadshavares och elevs samtycke. Vi ber er därför att fylla i blanketten som följer med denna information och lämna till ert/era barns fritidsavdelning.

Med vänliga hälsningar

Richard Maråker

Mail: xxxxxx@student.hb.se

Linda Prim

Mail: xxxxxx@student.hb.se

Sofia Wellerstrand

Mail: xxxxxx@student.hb.se

Om ni har ytterligare frågor kan ni maila vår handledare Jonas Johansson:
Jonas.johansson@hb.se

Bilaga 3 - Samtyckesblankett

Samtyckesblankett för vårdnadshavare och elev

Tag med och lämna till xxx

Jag/vi har informerats om undersökningen och tagit del av de forskningsetiska principerna som studien vilar på. Jag/vi vet att mitt/vårt barns deltagande är helt frivilligt och att deltagande när som helst kan avbrytas. Ringa in valt alternativ.

JA, jag/vi samtycker till att mitt/vårt barn ska få delta i undersökningen.

NEJ, jag/vi samtycker **INTE** till att mitt/vårt barn ska få delta i

undersökningen.

Barnets namn

Underskrift elev

Namnförtydligande

Underskrift vårdnadshavare

Namnförtydligande

Underskrift vårdnadshavare

Namnförtydligande



HÖGSKOLAN I BORÅS

Besöksadress: Allégatan 1 · Postadress: 501 90 Borås · Tfn: 033-435 40 00 · E-post: registrator@hb.se · Webb: www.hb.se