

Avsnitt 51: Tillgänglig undervisning i ämnet idrott och hälsa

- INFORÖST: Vi på Specialpedagogiska skolmyndigheten arbetar för att alla barn, elever och vuxenstuderande oavsett funktionsförmåga ska nå målen för sin utbildning. I podden förklarar, fördjupar och diskuterar vi specialpedagogik och ger goda råd till dig som arbetar i eller har barn som går i förskolan och skolan.
- ERIKA: Välkommen till Specialpedagogiska skolmyndighetens podd *Lika värde*. Som vanligt spelar vi in podden på distans och det kan komma att påverka ljudkvaliteten. Idag kommer vi att sätta fokus på ämnet idrott och hälsa och hur elever som möter svårigheter i socialt samspel kan uppleva den undervisningen. Och vi kommer att prata om en rykande färsk forskningssammanställning som tar upp den här viktiga frågan, där Skolforskningsinstitutet och Specialpedagogiska skolmyndigheten har tagit fram den tillsammans. Och jag som leder samtalet heter Erika Bergman och arbetar som pressekreterare på myndigheten. Och med mig i samtalet har jag Alva Appelgren, forskare på Skolforskningsinstitutet, och Karin Fröding, utvecklingsamordnare på Specialpedagogiska Skolmyndigheten. Och ni har tillsammans projektlett och sammanställt den här forskningssammanställningen, som heter *En tillgänglig lärmiljö i ämnet idrott och hälsa med fokus på socialt samspel*. Varmt välkomna båda två.
- ALVA: Tackar.
- KARIN: Tack.

- ERIKA: Vad är det den här forskningsöversikten, som har det här ämnet idrott och hälsa ... Vad tar den upp för något?
- ALVA: Det handlar om att utforma undervisningen i ämnet idrott och hälsa, så att elever ska kunna och vilja delta. Och så är det det här att vi har ett särskilt fokus på upplevelser från elever som möter svårigheter i det sociala samspelet. Och sen det här kring resultaten, kopplar då till lärares arbetssätt. Så det är det det handlar om, i stort.
- KARIN: Ja, den här översikten ger en inblick i hur viktigt det är att bygga tillitsfulla relationer, som vi kommer att prata om. Och även att skapa struktur och stöd, och att skapa ett utvecklande klimat. Och just när man planerar och utformar en undervisning, för alla elever oavsett funktionsförmåga.
- ERIKA: Men vad är det då som gör att ni har valt att belysa den här frågan och i en forskningssammanställning, varför är den så viktig att ta upp? För vem är det här viktigt?
- KARIN: Den här frågan är viktig framförallt för eleverna i skolan, precis som Alva var inne på, att alla elever ska kunna och vilja delta i ämnet idrott och hälsa. Och det är till för att främja alla elevers hälsa och lärande genom hela livet. Det ska bygga en hälsa för framtiden och det ska också skapa intresse och självförtroende kring rörelse.
- ALVA: Ja, jag håller med dig Karin. Vi såg ett behov, att det saknades en översikt inom ämnet idrott och hälsa, som just fokuserat på arbetssätt för att då skapa bättre förutsättningar. För att ... Man kan säga det finns en lucka eftersom de befintliga översikter som finns därute, de har fokuserat då på kanske att mäta träningens hälsoeffekter,

snarare än att titta på delaktighet, utveckling och lärande. Och så finns det en del översikter som tittar på anpassningar och interventioner och så, men då har det inte varit i skolämnet idrott och hälsa. Så det kändes som att det fanns ett tydligt behov av översikten. Och sen så är den jätteviktig av flera skäl, också att ... ja, inom ämnet idrott och hälsa är det ju hög frånvaro till exempel och man behöver som lärare ha något att luta sig mot, just som har undersökt hur man kan tillgängliggöra närmiljön. Och då är just det här med att samla forskning på det här viset väldigt viktigt.

KARIN: Och vi har också fått till oss just kring ... alltså olika reflektioner från elever som berättar om deras upplevelse av hur ämnet fungerar och hur det skulle kunna fungera. Och där vet vi också att det finns en del utmaningar i ämnet. Och det här är ju ett ämne där det blir väldigt tydligt ofta inför klasskamrater och inför lärare om man som elev då inte förstår en instruktion eller att man inte klarar av en uppgift. Och särskilt då elever med funktionsnedsättning är de som har uttryckt oro.

ALVA: Just det. För vem är den här översikten ämnad till, så är det ju mycket för lärare och andra verksamma i skolan, för att man ska kunna ha något att utgå ifrån. Så det är viktigt för flera personer egentligen. Både lärare och elever, och andra verksamma i skolan.

KARIN: Ja precis. Som du är inne på så är det ... alltså skolan ska ju vila på vetenskaplig grund och en sån här systematisk översikt kan vara en inspiration till att kunna ta till sig studier som just besvarar den här frågeställningen som vi

har, just kring elever som möter svårigheter i socialt samspel i ämnet idrott och hälsa.

ERIKA: Vad är det då som ni har sett i de här olika studierna, som då är samlade i översikten. Vad har ni fått fram för resultat när ni har lagt ihop de här olika studierna?

ALVA: Ja, vi har summerat dem, kan man säga, i tre teman, som vi går igenom i översikten, som handlar om *tillitsfulla relationer* mellan elever och lärare, men också mellan elever. Och sen det här andra temat om att arbeta med *struktur och stöd* – före, under och efter lektionerna. Och sen det tredje temat, som vi kallar för ett *utvecklande klimat*, som handlar väldigt mycket om att stärka elevers självförtroende och jobba med atmosfären i ... ja, under lektionerna och så.

ERIKA: Men om vi skulle börja med att utveckla just temat relationsskapande. Vad är det det handlar om? Vad skulle du säga, Karin?

KARIN: Jo, men det handlar just om hur viktigt det är att bygga upp tillitsfulla relationer. Och som Alva var inne på, tillitsfulla relationer mellan lärare och elev, och mellan elever. Och det handlar om på det här sättet som lärarna undervisar på, att lärarna ska lyssna och bekräfta och erkänna. Och då ges förutsättningar för att få reda på vad som bidrar till upplevelserna som eleverna har. Det kan vara positiva upplevelser och det kan vara mindre positiva upplevelser, som eleverna har. Så genom att bygga tillitsfulla relationer så får man reda på som lärare vad eleverna tycker och tänker kring lärmiljön. Det vi kunde se i de här studierna

var just att få arbeta tillsammans skapade just tillitsfulla relationer. Sen var det också så att en del elever föredrog att använda tillsammans mer i större grupper, en del elever föredrog att arbeta i lite mindre grupper och en del elever föredrog att arbeta i lite mer individuella aktiviteter. Och de här behoven kan se väldigt olika ut beroende på vilken aktivitet det är. Det är de individuella behoven som är så viktiga att få reda på, som lärare. Vi kunde också se att tillitsfulla relationer skapades då mellan eleverna genom att eleverna fick möjlighet och förutsättningar att uppmuntra varandra och eventuellt också ge stöd till varandra under lektionen. Och de här studierna kunde också ge exempel på situationer som man såg inte gav samhörighet. Och det kan vara när elever utesluts från en lektion. Man kanske erbjuds andra typer av aktiviteter än det som kamraterna gör. Några exempel som togs upp var just att exkludera elever genom att de får pumpa bollar eller sitta ensam kvar på en bänk istället för att vara med kamraterna.

ERIKA: Är det något som du vill lägga till där Alva?

ALVA: Ja, nämen jag håller med Karin i det. Och det här med att pumpa bollar är ett sånt negativt exempel när det inte har lyckats med undervisningen. Men det fanns i översiktens studier där man ibland har intervjuat eleverna och då kom det fram till exempel det här citatet om en elev som berättade så här: ”Vet du, det känns verkligen bra att ha någon som frågar vad jag tycker.” Och det tycker jag belyser ganska mycket det här med relationer mellan lärare och elev. Att man just lyssnar och hör efter vad ... hur upplever eleverna lektioner och så. För det fanns ju både

negativa och positiva exempel också när lärare och elever kom väldigt bra överens och att man då kände att det fanns någon som man kunde prata med, och man upplevde att relationen var väldigt god och så.

ERIKA: Ett annat resultat som du också nämnde är just det som handlar om hur lärare kan arbeta med struktur och stöd i sin undervisning. Vad är det man menar med det? Vad innebär det?

KARIN: Struktur och stöd handlar väldigt mycket om att skapa förutsägbarhet under lektionerna. Och förutsägbarheten bidrar just till trygghet som är så viktigt. Och den här förutsägbarheten, den kan underlättas utav tydliga förklaringar. För att eleverna ska känna till vad de ska lära sig och vad som ska hända under lektionen och i anslutning till lektionen. Och tydliga förklaringar kan underlättas genom att läraren förklarar både innan lektionen vad som ska hända, under lektionen och efter lektionen. Sen kan det också vara viktigt att förklara *vad* som ska göras. Hur det här ska göras. Och med vem aktiviteten ska göras. Att vara konkret hela tiden. Var konkret med vilka regler som gäller och vad som ska hända. Något som också är viktigt för att det ska bli tydligt är att läraren kan använda olika typer av sätt att förklara en aktivitet på. Det kan vara att man förklarar muntligt för eleverna. Man kan också förklara skriftligt. Eller man kan förklara med hjälp av bilder, bildstöd, som beskriver vad som ska göras.

ERIKA: I översikten så har ni också lyft vikten av ... eller översikten beskriver också vikten av ett utvecklande klimat när det kommer till idrottsundervisningen. Vad är det man menar

med det? Och varför är det viktigt och vilken skillnad gör det för den här gruppen elever som just den här översikten handlar om? Vad säger du, Alva?

ALVA:

Ja, men studierna i översikten, de har alla fokuserat på elever som möter svårigheter i det sociala samspelet. Så i det här temat om ett utvecklande klimat, det handlar om hur lärare kan arbeta med att öka elevers tro på sin förmåga. Det är så viktigt för elevers motivation. Och studierna tar upp värdet i också att man känner att man klara av uppgifter och så. Så det här hänger ihop med, som Karin nämnde tidigare, att man kanske behöver erbjuda olika alternativ och anpassa undervisningen på ett sätt så att man ska känna att man kan och vill delta. Och sen så, ett utvecklande klimat det är ju ... man vill ju att elever ska må bra, och inte uppleva att man har en massa prestationsångest och så, så att jag tror att lärare i ämnet idrott och hälsa kan inspireras av resultaten från översikten. Och kanske då att man vill ta reda på mer om hur upplever mina elever olika moment, vilka känns jobbiga och kan jag hitta sätt då för att ...? Kanske att man kan pröva i sin takt så att man inte upplever att det känns utsatt, och det kanske kan finnas övningar som kan fylla samma syfte, men där en elev kan kännas sig tryggast med det ena alternativet och en annan elev med det andra. Så det är väldigt mycket kring det i att utforma undervisningen så att det här utvecklande klimatet ... och att man upplever det som det och att det inte är alltför prestationsorienterat eller att det upplevs så kravfyllt så att man inte ens vill komma till lektionen kanske.

ERIKA: Finns det konkreta exempel som kommer fram i studierna? Jag tänker ... du har varit inne på några vägar där, Alva, men finns det konkretion så som man kan använda sig av som lärare om man vill arbeta för att skapa det här utvecklande klimatet?

ALVA: Ja, men någorlunda konkret exempel är det som kallas i alla fall för *autonomistödjande undervisning* och det framkom i studierna som vi har med i översikten. Att det på sätt och vis kopplar samman de här tre teman, för det handlar både om struktur och stöd och utvecklande klimat, och sen också om relationerna. För att i studierna beskriver man det här med autonomistöd som att en lärare då visar uppskattning, att man är tydlig med instruktioner och är lyhörd, att man tar in elevers perspektiv. Och då kan det handla om att man visar acceptans för att man kan ha både negativa och positiva upplevelser av lektionen. Och så har man tittat på det här att om man som lärare tränas i det här sättet att undervisa på, att man då kan få elever att mer vilja hjälpa varandra, uppmuntra och samarbeta. Att det är ett undervisningssätt. Och sen det här som du var inne på med konkret, då handlar det väldigt mycket om att, hur ska man säga, göra det till sin del, det som man är bekväm med själv som lärare. Så vi har försökt i översikten att vara så konkreta som möjligt. Men det här är, om man ska säga, ett sätt att undervisa på.

KARIN: Men jag tänkte just det här som vi är inne på, just att erbjuda valmöjligheter, att vi behöver tillgodose elevernas behov och att det är viktigt att man kan utföra momenten i olika konstellationer – i mindre grupper eller större grupper,

eller till exempel ha olika typer av valmöjligheter när man ska göra en övning. Att det just är så viktigt.

ERIKA: Jag tänker ... det handlar både om förhållningssätt, att det blir en systematisk genomgång av det, men också faktiskt en hel del inblick då i hur man också rent praktiskt kan ta sig an den här uppgiften att skapa de här tre komponenter som är bra. Är det så man kan förstå det?

ALVA: Ja, och väldigt mycket handlar ju om att lyssna in eleverna, så man kan säga det. För att kunna undervisa autonomistödjande och för att kunna göra de här anpassningarna, då måste man också veta om ... ja, men hur eleverna upplever det. Vad är det som vi skulle kunna göra annorlunda? Och då är det väldigt viktigt att få tillfällen att lyssna in och ta in elevers synpunkter tänker jag mig, utifrån de här resultaten.

KARIN: Ja, jag tänker också att när man är i sin undervisning och ska utföra ett moment, så kan man tänka vad för typer av olika valmöjligheter behöver jag ha här? Ett konkret exempel kan vara om man ska göra en balansövning för elever i lågstadiet, så kan man ställa fram en bänk, en helt vanlig bänk som man ställer fram, som till exempel ingår i en hinderbana. Sen kan man ta en annan bänk och vända upp och ner. Och då har man olika valmöjligheter som eleverna kan ta när man ska balansera på den här bänken. Och en del elever kanske bara väljer den ena valmöjligheten eller så provar man på den andra också.

ERIKA: Att erbjuda olika alternativ, helt enkelt.

KARIN: Ja.

- ERIKA: Men vi har varit inne en del på, tänker jag, just hur idrottslärare kan använda sig av översikten i sitt arbete. Är det något mer ni skulle vilja lägga till där?
- ALVA: Ja, men det är både som diskussionsmaterial eller som inspiration, att ha något att utgå ifrån. Men också de lärare vi har varit i kontakt med under den här översikten, har också nämnt att man ibland kan bli påmind om ... man jobbar ju med de här sakerna, men just att man har ett vetenskapligt stöd för det kan kännas väldigt bra när man jobbar med något. Också att ha det som samtal med, ja kollegiala samtal tillsammans till exempel.
- ERIKA: Finns det fler också, om vi inte bara tänker på idrottslärare utan fler tänker jag, som är verksamma i skolan eller som har ansvar för skolan eller vad det nu kan vara, som ni ser har nytta av att läsa den här forskningsöversikten?
- KARIN: Vi skulle vilja säga att alla inom skolan har nytta av att läsa den här forskningsöversikten. Precis som vi skriver så är det också viktig att poängtera att läraren är inte ensamt ansvarig för att utveckla och tillgängliggöra lärmiljön för alla, utan det här är ju ett gemensamt ansvar där både förvaltning och rektor, elevhälsans resurser är väldigt viktiga. Och att de kan vara till stöd för läraren för att man ska kunna utveckla och tillgängliggöra lärmiljön.
- ALVA: Det är så viktigt det du säger Karin. Och så tänker jag även att det är under utbildning av framtida lärare så kan det också vara viktigt att kanske, ja, använda sig av den här översikten.

ERIKA: Och jag tänker det du säger nu, det får mig också att tänka på, för man vet ju det att just idrottslärare möter väldigt många elever och just att få den där tiden att bygga den här tillitsfulla relationen till exempel, att verkligen kunna komma till att man får ett samtal där man får lära känna eleven och förstå hur den skulle vilja att man löste uppgifterna för deras skull, då bygger det ju på att det finns förutsättningar också. Vad tänker ni kring det? Och just det här med, jag tänker både skolhuvudmans och skolledares ansvar att skapa de här förutsättningarna för idrottslärare.

ALVA: Ja, det är väldigt viktigt att ... eftersom man kanske upplever att det inte finns tid eller man kan inte skapa mer tid än man har alltid, så det är väldigt viktigt att man ... det kanske handlar om schemaläggning eller planering på olika vis. Och där är det ju viktigt att det är fler än bara ... jag menar, som Karin nämnde tidigare, hela styrkedjan behöver vara med, för annars kan man inte få till det. Även hur gärna man än vill så måste man ju få möjligheten till det.

ERIKA: Just det. Jättebra avslutning också tänker jag. Och ett viktigt medskick till alla de som lyssnar på det här samtalet – att det handlar förstås om idrottslärare, men det handlar också om vilka förutsättningar man har som idrottslärare och där har alla ett ansvar att skapa de förutsättningarna. Så tusen tack Alva Appelgren från Skolforskningsinstitutet, och Karin Fröding från Specialpedagogiska skolmyndigheten för att ni var med i det här samtalet och berättade om forskningssamställningen. Och att ni gav oss också en inblick i vad forskningen i det här viktiga ämnet *En tillgänglig lärmiljö i idrott och hälsa* lyfter.

- ALVA: Ja, tack för att vi fick vara med.
- KARIN: Tack så jättemycket.
- ERIKA: Och sen så vill jag också tipsa dig som lyssnat om att gå in på Skolforskningsinstitutets webbplats, för där kan du ladda ner eller beställa den här sammanställningen. Och på Specialpedagogiska skolmyndighetens webbplats finns det också webbsidor som ger råd kring tillgänglighet i undervisningen i idrott och hälsa. Och där finns också mer information om det här med tillgängliga lärmiljöer i skolan överhuvudtaget. Och på webben finns också fler avsnitt från vår podd. Så missa inte det. Och vi hörs igen.
- INFORÖST: Tack för att du lyssnat på Specialpedagogiska skolmyndighetens podd. Fler avsnitt kan du hitta på vår webbplats och där poddar finns. Om du vill veta mer om oss och vilket stöd vi erbjuder, gå in på vår webbplats, spsm.se. Följ oss även på Facebook, Twitter och Instagram.