

Motivation for fysisk aktivitet hos grønlandske indskolingsbørn



En kvalitativ undersøgelse i den grønlandske indskoling

Kandidatspeciale

16gr10315

Pelle Mortensen

Jens Laurs Brøndum Kærsgaard

Sebastian Breddam Mosegaard

Folkesundhedsvidenskab
Aalborg Universitet
01.06.2016

Vejleder
Mette Grønkjær

Anslag
247.277

Resumé

Baggrund: Prævalensen af overvægt og svær overvægt blandt grønlandske indskolingsbørn er steget fra 7,5 % i perioden 1980-1984 til 22,6 % i perioden 2011-2013. Overvægt er forbundet med en række følgesygdomme, som både kan forekomme i barndommen og i det voksne liv. Overvægt i indskolingsalderen udgør desuden en prædikator for overvægt både i ungdoms- og voksenlivet. Udøvelsen af fysisk aktivitet kan foruden at sænke prævalensen af overvægt, ligeledes øge trivsel og påvirke børns indlæring positivt. I denne forbindelse udgør skolen en relevant arena for forebyggende indsatser, da skolerne rummer de grønlandske børn. Ydermere fremstår motivation som et væsentligt fokusområde, eftersom denne er af afgørende betydning for skolebørns fysiske aktivitetsniveau.

Formål: På baggrund af ovenstående, er formålet med nærværende speciale, at undersøge hvordan motivationen for fysisk aktivitet hæmmes og fremmes hos grønlandske indskolingsbørn. Med afsæt i denne viden tilrettelægges et forandringsperspektiv rettet mod at forebygge overvægt i den grønlandske indskoling.

Metode: Dette speciale gør brug af observationer og interviews, som på hver sin måde bidrager med empirisk data til at undersøge specialets problemstilling. Observationerne foretages forinden interviewene, således interviewene kan tage udgangspunkt i erfaringer fra observationerne. Desforuden er der gjort brug af motivationsteorien Self-Determination Theory samt en systematisk litteratursøgning, som bidrager til en nuancering af de empiriske fund.

Analyse: Viden fremanalyseret i dette speciale, bidrager til en forståelse af hvordan motivationen til fysisk aktivitet hæmmes og fremmes hos grønlandske indskolingsbørn. Heraf fremgår det, at de tilknyttede lærere associerer fysisk aktivitet med styrkelse af sociale relationer og motorik, samt dets gavnlige effekt på skolebørnenes koncentration. Dertil fremstår størrelsen på skolegården ikke hæmmende på indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet, da de i stedet synes at gøre brug af de omkringliggende klipper. Yderligere synes skolebørnene generelt motiverede for fysisk aktivitet, da størstedelen af skolebørnene er fysisk aktive når muligheden byder sig, og kommer tilbage fra frikvarter med sved på panden. Slutteligt er det gennemgående, at børnene er indlejrede i fællesskaber under udøvelsen af fysisk aktivitet. Fællesskaber fremgår undertiden som et komplekst fænomen, hvilket synes at rumme flere underliggende faktorer, såsom tryghed, tillid, venskaber og tilhørsforhold. Dette har ledt til et forandringsperspektiv der tager afsæt i den undersøgte kontekst, hvorfor dette ikke kan generaliseres direkte til andre skoler. Forandringsperspektivet med dertilhørende implementeringsfokuspunkter kan dog tjene som inspiration til lignende kontekster.

Konklusion: På baggrund af specialets observations- og interviewdata, litteraturen samt Self-Determination Theory, identificeres fællesskaber som værende afgørende for de grønlandske indskolingsbørns motivation for fysisk aktivitet. Børnene synes deslige generelt motiverede for fysisk aktivitet, både i frikvarter, boglig undervisning og idrætstimer. Dette gør sig gældende ved såvel lærerstyret som ikke-styret leg, hvorfor autonomi fremstår af mindre betydning for børnenes motivation til fysisk aktivitet. Med afsæt i specialets fund fremligges et forandringsperspektiv rettet mod optimere udnyttelsen af tiden til idræt, samt øge det fysiske aktivitetsniveau i udeliv. Hertil er der opstillet fokuspunkter med henblik på at sikre en succesfuld forandring og afhjælpe eventuel modstand mod forandringen.

Abstract

Background: The prevalence of overweight and obesity among greenlandic primary school children has increased from 7,5 % in the period of 1980-1984 to 22,6 % in the period of 2011-2013. Overweight is associated with several secondary diseases which can occur both in the childhood and adulthood. Overweight in childhood is additionally related to overweight in both adolescence and adulthood. Physical activity is known to reduce the prevalence of overweight, as well as increase well-being and positively influence the learning of children. In relation to this, the schools contribute as relevant stages for health prevention since they feature the greenlandic children. Furthermore motivation makes up an inherent focus, since motivation determines the level of schoolchild physical activity.

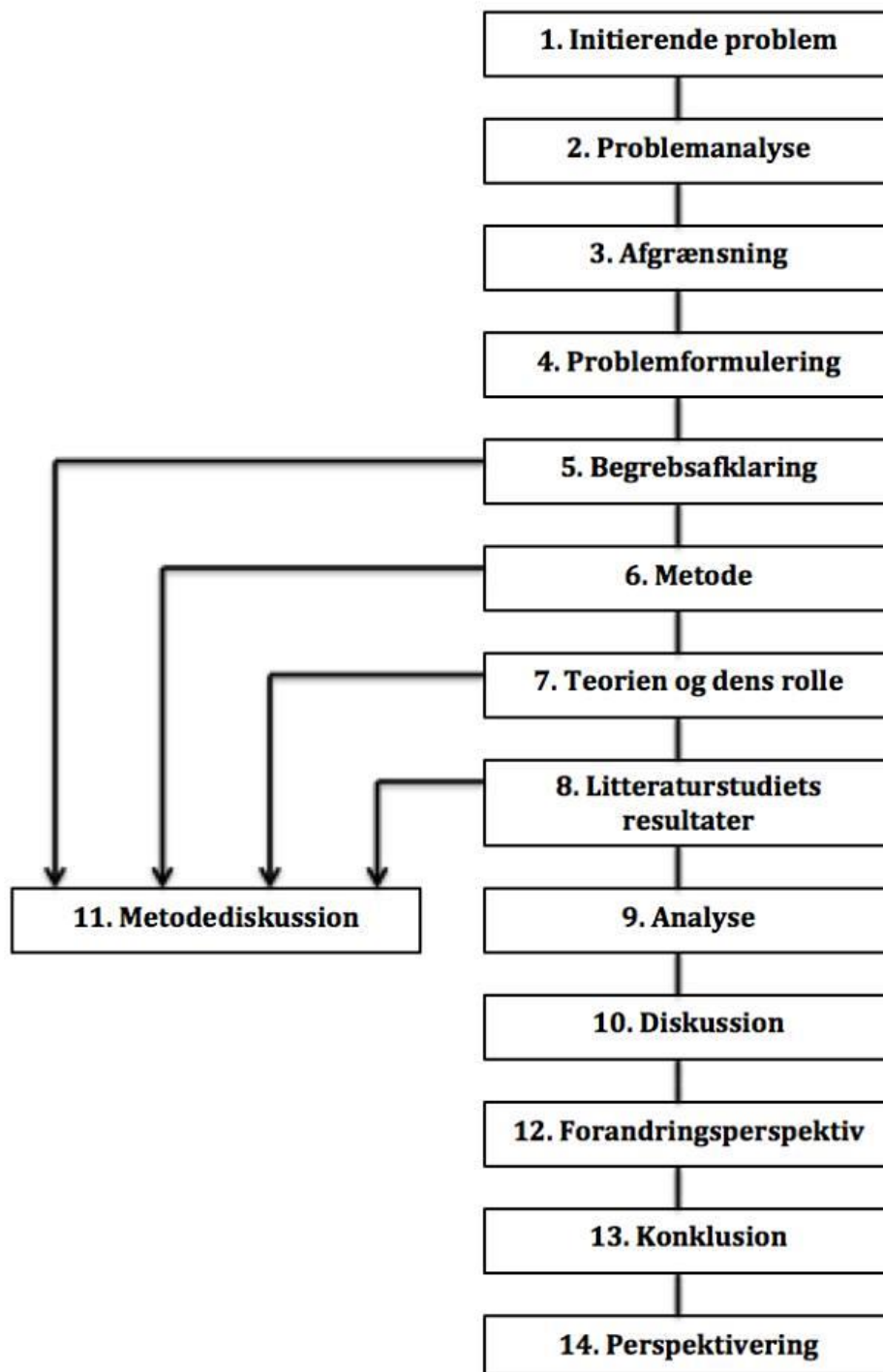
Purpose: On the basis of what is mentioned above, the purpose of this exploration is to explore how the motivation for physical activity can be impeded and facilitated among greenlandic primary school children. In the light of this, an initiative will be formed to prevent overweight in the greenlandic primary school.

Method: This exploration makes use of observations and interviews, which in each respective way contributes to data useful to this report. The observations are carried out ahead of the interviews, so that experience from the observations can be put to use in the interviews. Moreover the theory of motivation called Self-Determination Theory and a systematic literature retrieval is used for the purpose of expanding the empirical findings.

Analysis: Findings in this exploration contribute to understand how the motivation for physical activity can be impeded and facilitated among greenlandic preschool children. The interviewed teachers seem to associate physical activity with its abilities to create social relations, improve motor skills and positively affect the concentration of primary school children. Additionally the size of the playground does not seem to impede motivation for physical activity, since the schoolchildren make use of surrounding rocks and nature. The schoolchildren seem generally motivated for physical activity, as they are physical activity at any given chance, and return sweaty from recess. Finally it is general that children are in groups during physical activity. These groups act as complex phenomena, which seems to have underlying dynamics such as comfort, trust, friendships and a sense of belonging. This has led to an initiative to this particular context, which cannot be directly generalized to other schools. Meanwhile the initiative and its related focus points for implementation can serve as inspiration for related contexts.

Conclusion: On the basis of the observations and interviews carried out in this exploration, the existing literature and Self-Determination Theory, social groups appear as a facilitator of motivation for physical activity among greenlandic primary school children. Moreover the schoolchildren seem generally motivated for physical activity, both in recess, physical education and academic education. Furthermore the children seem motivated whether or not a teacher decides the activity, which leads to believe that autonomy appears less important for child motivation. With these findings in mind, an initiative is designed to optimize the utilization of time for physical activity and raise the physical activity level in “outdoor life”. Finally, essential focus points to secure a successful organizational change and handling of resistance against it are presented.

LÆSEVEJLEDNING



INDHOLDSFORTEGNELSE

1. INITIERENDE PROBLEM	1
2. PROBLEMANALYSE	3
2.1 Børneovervægt som prædikator for overvægt senere i livet	3
2.2 Prævalens af overvægt hos grønlandske indskolingsbørn	3
2.3 Potentielle negative konsekvenser af børneovervægt	6
2.4 Årsager til overvægt blandt børn	7
2.5 Følgevirkninger af fysisk aktivitet for skolebørn	8
2.6 Sundhedsfremmende og forebyggende indsatser	11
2.7 Motivation	13
3. AFGRÆNSNING	14
4. PROBLEMFORMULERING	15
5. BEGREBSAFKLARING	16
5.1 Anvendt definition af fysisk aktivitet	16
6. METODE	18
6.1 Videnskabsteoretisk ståsted	18
6.1.1 Fænomenologi	18
6.1.2 Den forstående forskningstype	18
6.2 Fokuseret etnografi	19
6.2.1 Udvælgelse af kontekst	20
6.2.2 Præsentation af konteksten	20
6.3 Dataindsamling	21
6.3.1 Observation	21
6.3.1.1 Hvor, hvornår, af hvem	22
6.3.1.2 Typer af observation	23
6.3.1.3 Dataindsamlingsinstrument	24
6.3.1.4 Journal	25
6.3.2 Etnografiske interviews	25
6.3.2.1 Udvælgelse af informanter	26
6.3.2.2 Struktur og spørgsmålstyper i interviewene	28
6.3.3 Transskribering	30

6.4 Systematisk litteratursøgning.....	30
6.5 Analysestrategi	32
6.5.1 Hermeneutisk meningsfortolkning.....	32
6.6 Etske overvejelser.....	33
7. TEORIEN OG DENS ROLLE.....	35
8. LITTERATURSTUDIETS RESULTATER.....	38
8.1 Syntese af litteraturstudiets fund	48
8.1.1 Fællesskab	48
8.1.2 Støtte og opgaveorienteret undervisning.....	49
8.1.3 Autonomi	49
8.1.4 De strukturelle rammer	50
9. ANALYSE	52
9.1 Kodetræ og kodeproceduren.....	52
9.2 De empiriske fund.....	55
9.2.1 Skolernes politik og rammer	55
9.2.1.1 Frisk luft og fysisk aktivitet.....	55
9.2.1.2 Betydningen af internt og tværfagligt samarbejde	57
9.2.1.3 Idræt og udeliv.....	60
9.2.1.4 Skolegårdens betydning	62
9.2.2 Fysisk aktivitet og fællesskab i skoledagen	63
9.2.2.1 Indskolingsbørnenes ageren	64
9.2.2.2 Fysisk aktivitet og fællesskab.....	66
9.2.2.3 Valg af legekammerat	69
9.2.3 Didaktiske overvejelser i relation til fysisk aktivitet	71
9.2.3.1 Lærernes didaktiske overvejelser	71
9.2.4 Afgrænsning fra kompetence	74
10. DISKUSSION	75
10.1 Fællesskabet som fænomen	75
10.2 Fravær af fællesskab	77
10.3 Didaktik	79
10.4 Skolegårdens betydning for indskolingsbørnenes aktivitetsniveau	82
10.5 Autonomi og faciliteter.....	84
11. METODEDISKUSSION.....	88

11.1 Systematisk litteratursøgning.....	88
11.2 Den kvalitative undersøgelse	90
11.2.1 Forskningsdesign	90
11.2.2 Udvalgelse af informanter.....	91
11.2.3 Observation som forskningsmetode.....	92
11.2.4 Interviews som forskningsmetode	93
11.2.5 Forståelsen af begrebet fysisk aktivitet.....	94
11.2.6 Pålidelighed.....	95
11.2.7. Analytisk generalisering	95
12. FORANDRINGSPERSPEKTIV	96
12.1 Mulighed for forbedring	96
12.2 De grønlandske indskolingsbørns motivation for fysisk aktivitet	97
12.3 Konkrete tiltag	97
12.4 Implementering og evaluering af nyt tiltag med inspiration fra Precede-Proceed modellen	99
12.4.1 Planlægningsfasen.....	99
12.4.2 Implementering og håndtering af modstand mod forandringen.....	101
12.4.3 Evalueringsfasen	102
12.5 Ethiske betragtninger på forandringen.....	103
13. KONKLUSION.....	106
14. PERSPEKTIVERING	108
15. REFERENCELISTE	109

1. INITIERENDE PROBLEM

Videnskabelige artikler og befolkningsundersøgelser viser entydigt, at prævalensen af overvægt er steget markant i det grønlandske samfund (Schnohr, Pedersen et al. 2004, Rex, Larsen et al. 2014, Young, Bjerregaard et al. 2007, Bjerregaard, Jørgensen 2013, Bjerregaard, Aidt 2010). Et studie af Karsten F. Rex et al. (2014) estimerede procentfordelingen af vægtklasserne for indskolingsbørn i Grønland. Studiet viser, at andelen af normalvægtige børn udgør 74,6% [95% CI: 71,2 – 78,1], mens 15,8% [95% CI: 12,9 – 18,7] og 6,8% [95% CI: 4,8 – 8,8] kategoriseres som henholdsvis overvægtige og svært overvægtige. Andelen udgør en stigning fra perioden 1980-1984, hvor 6,6% [95% CI: 4,3 – 8,9]¹ blev kategoriseret som overvægtige og 0,9% [95% CI: 0,0 – 1,8]² som svært overvægtige (Schnohr, Sørensen et al. 2005). Et retrospektivt kohortestudie med afsæt i grønlandske skolebørn i perioden 1972–2002 påviste, at overvægt i 5-7 års alderen er en prædiktør for overvægt og svær overvægt ved 15 års alderen. 91,3% [95% CI: 89,1 – 93,4] af de der kategoriseres normalvægtige ved indskolingen forblev normalvægtige ved 15 års alderen. Af denne gruppe normalvægtige børn udviklede 7,6% [95% CI: 5,5 – 9,7] overvægt, og 1,1% [95% CI: 0,2 – 1,9] svær overvægt. 41,7% [95% CI: 31,6 – 51,8] og 7,7% [95% CI: 2,2 – 13,2] af de overvægtige børn ved indskolingen udviklede eller forblev henholdsvis overvægtige og svært overvægtige ved 15 års alderen. Fra gruppen af svært overvægtige indskolingsbørn forblev 60% [95% CI: 42,2 – 77,5] svært overvægtige og 30% [95% CI: 13,6 – 46,4] blev kategoriseret som overvægtige ved 15 års alderen (Niclasen, Petzold et al. 2007).

Overvægt og svær overvægt er associeret med følgesygdomme som kan forekomme på kort og lang sigt, herunder type 2-diabetes, forhøjet blodtryk, hjertekarsygdomme, lavere selvværd, social isolation og depression. Sygdomme som kan lede til forringet livskvalitet og højere dødelighed (NOEIE Panel 1998, Kjølner, Juel et al. 2007, WHO 2016a, Mølgaard, Dela et al. 2007). Der foreligger ikke viden om det fysiske aktivitetsniveau blandt grønlandske indskolingsbørn, men en skolebørnsundersøgelse for de 11-17 årige har vist, at andelen som har opfyldt anbefalingerne om 60 minutters fysisk aktivitet dagligt, er faldet fra 29 % [95% CI: 26,9 – 31,1]³ i 2006 til 21 % [95% CI: 19,1

¹ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

² Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

³ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

– 22,9]⁴ i 2014 hos 11-17 årige (Niclasen 2015). Da fysisk aktivitet forebygger overvægt (Lee, Shiroma et al. 2012), og udøvelsen heraf ses faldende, samtidig med at forekomsten af overvægt og svær overvægt er stigende, findes det relevant at undersøge muligheden for at øge det fysiske aktivitetsniveau.

Viden om motiverende faktorer for fysisk aktivitet hos børn under 12 år er mangelfuld (Pannekoek, Piek et al. 2013). En grønlandsk rapport omhandlende trivsel og sundhed påpeger ligeledes, at viden om grønlandske skolebørns motivation for fysisk aktivitet er begrænset (Niclasen 2015). Med formålet at forebygge den stigende prævalens af overvægt, (Schnohr, Sørensen et al. 2005) er det således relevant at undersøge, hvilke faktorer der kan lede til øget fysisk aktivitet blandt indskolingsbørn (Pannekoek, Piek et al. 2013, Alexander, Frohlich et al. 2014, B Owen, Smith et al. 2014). Forestående specialeafhandling vil ved brug af kvalitative metoder undersøge, hvordan motivationen for fysisk aktivitet hæmmes og fremmes hos grønlandske indskolingsbørn. Med afsæt i denne viden ønskes det at skabe et overvægtsforebyggende forandringsperspektiv til indskolingsbørn.

⁴ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

2. PROBLEM ANALYSE

Overvægt er et stigende problem i den vestlige verden, og selvsamme problematik gør sig gældende i det grønlandske samfund (Bjerregaard, Jørgensen 2013). Et studie omhandlende overvægt i Grønland viser, at 49,3 % [95% CI: 46,5 – 52,1]⁵ af mænd og 55,6 % [95% CI: 53,1 – 58,1]⁶ af kvinder enten er overvægtige eller svært overvægtige (Bjerregaard, Jørgensen 2013). Dermed udgør andelen af overvægtige og svært overvægtige cirka halvdelen af den grønlandske befolkning, hvilket må anses som et væsentligt folkesundhedsproblem. Denne overvægtsproblematik er ikke alene henledt på én specifik aldersgruppe, men forekommer som et generelt problem på tværs af aldersgrupper, herunder også hos børn (Bjerregaard, Aidt 2010).

2.1 Børneovervægt som prædikator for overvægt senere i livet

Et studie af Niclasen, Petzold, Schnohr (2007) har undersøgt associationen mellem overvægt i indskoling samt ved 15 års alderen. For normalvægtige indskolingsbørn viste undersøgelsen, at 7,6 % [95% CI: 5,5 – 9,7] udviklede overvægt i ungdomsårene, mens 1,1 % [95% CI: 0,2 – 1,9] udviklede svær overvægt. For børn som var overvægtige ved indskoling forblev 41,7 % [95% CI: 31,6 – 51,8] overvægtige, mens 7,7 % [95% CI: 2,2 – 13,2] udviklede svær overvægt. For svært overvægtige børn ved indskoling blev 30,0 % [95% CI: 13,6 – 46,4] overvægtige, mens 60 % [95% CI: 42,2 – 77,5] forblev svært overvægtige (Niclasen, Petzold et al. 2007). Et andet studie har tillige påvist, at overvægt i barnealderen er en prædikator for overvægt i voksenlivet (Llewellyn, Simmonds et al. 2016). Studierne antyder således, at børneovervægt ved indskoling er en prædikator for overvægt i ungdomsårene såvel som i voksenlivet, hvilket understøtter relevansen af fokus på fysisk aktivitet i indskoling.

2.2 Prævalens af overvægt hos grønlandske indskolingsbørn

Et studie af Karsten F. Rex et al. (2014) viser, at henholdsvis 15,8 % [95% CI: 12,9 – 18,7] og 6,8 % [95% CI: 4,8 – 8,8] af grønlandske børn født i 2005 blev kategoriseret som værende overvægtige og svært overvægtige ved 15 års alderen. En rapport omhandlende danske indskolingsbørn viser, at 16,6 % [95% CI: 15,2 – 18,0] af børnene

⁵ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

⁶ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

er overvægtige, mens 4,2 % [95% CI: 3,5 – 4,9] er svært overvægtige (Svendsen, Brixval et al. 2013). Sammenholdes prævalenserne de to studier imellem, kan det udledes, at prævalensen af svær overvægt er højere for grønlandske indskolingsbørn sammenholdt med danske, hvorfor det findes interessant at fokusere på overvægt i en grønlandsk kontekst. I tillæg hertil viser flere grønlandske studier, at forekomsten af overvægt og svær overvægt for indskolingsbørn har været stigende gennem de sidste årtier (Niclasen, Petzold et al. 2007, Schnohr, Sørensen et al. 2005, Schnohr, Petersen et al. 2008). Et studie viser, at 8,8 % [95% CI: 7,8 – 9,8]⁷ og 0,8 % [95% CI: 0,5 – 1,1]⁸ af de børn som blev født i perioden fra 1972 til 1976 var klassificeret som henholdsvis overvægtige og svært overvægtige ved skolestart. For børn født i perioden 1997 til 2001 udgjorde procentsatserne for overvægtige børn 16,6 % [95% CI: 15,2 – 18,0]⁹ og for svært overvægtige 5,9 % [95% CI: 5,0 – 6,8]¹⁰ ved skolestart (Niclasen, Petzold et al. 2007). Tilsvarende udvikling angives i et studie af Schnohr, Sørensen et al. (2005). Studiet viser en stigning af overvægt blandt de grønlandske indskolingsbørn, fra 6,6 % [95% CI: 4,3 – 8,9]¹¹ overvægtige og 0,9 % [95% CI: 0,0 – 1,8]¹² svært overvægtige i perioden 1980-1984 (Schnohr, Sørensen et al. 2005), til 15,8 % [95% CI: 12,9 – 18,7] overvægtige og 6,8 % [95% CI: 4,8 – 8,8] svært overvægtige i perioden 2011-2013 (Rex, Larsen et al. 2014). Udviklingen af overvægt og svær overvægt er illustreret i figur 1.

⁷ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

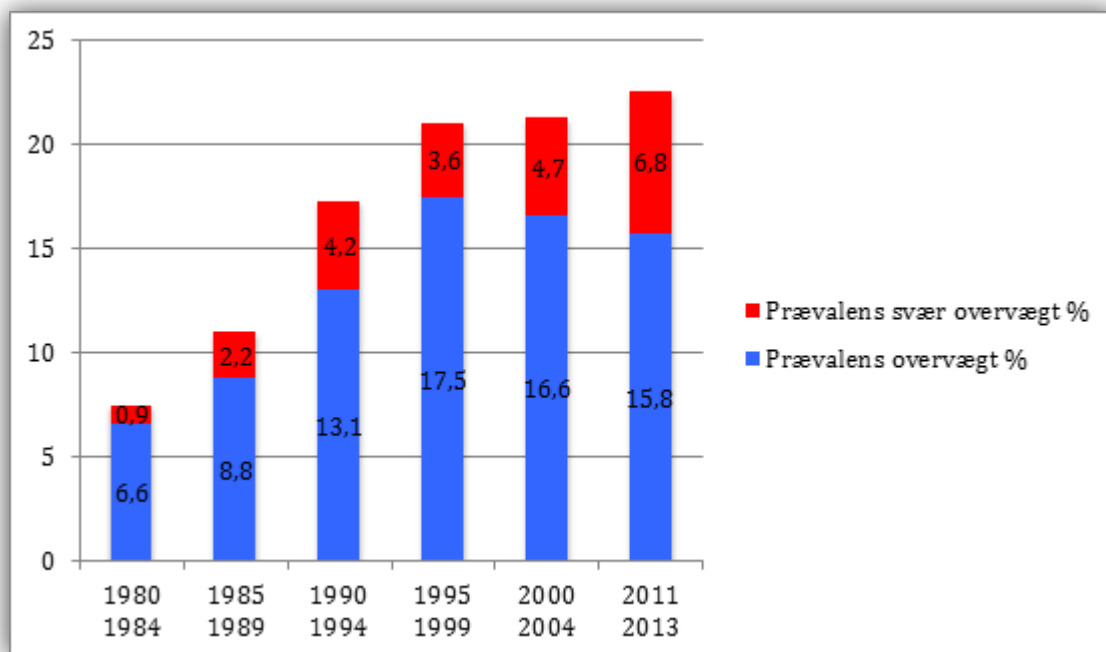
⁸ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

⁹ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

¹⁰ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

¹¹ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

¹² Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)



Figur 1: Prævalensen af overvægt og svær overvægt hos grønlandske indskolingsbørn fra 1980 til 2013 opgjort i procent (Schnohr, Sørensen et al. 2005, Rex, Larsen et al. 2014). Data fra 1980 til 2004 er uddraget fra et studie af Schnohr, Sørensen et al. (2005), og data fra 2011-2013 er uddraget fra et studie af Rex, Larsen et al. (2014).

Af figuren kan det sammenfattes for perioden 1980 til 2013, at prævalensen af overvægt og svær overvægt er tredoblet, hvoraf den procentvise prævalens af svært overvægtige er mere end syvdoblet. Ydermere illustrerer figur 1, at den totale prævalens af overvægt og svær overvægt i perioden fra 1995 til 2013 tilnærmelsesvist er stagneret, mens andelen af svært overvægtige indskolingsbørn omtrent er fordoblet i samme periode. Trods denne stagnering af overvægt og svær overvægt, anses vægtproblematikken blandt grønlandske indskolingsbørn stadig som værende aktuel, da prævalensen af svær overvægt er stigende.

Med udgangspunkt i ovenstående fremgår det, at den totale andel af overvægtige indskolingsbørn er let stigende, mens andelen af svært overvægtige er mere end syvdoblet. Udviklingen synes at være et folkesundhedsproblem, da børneovervægt foruden at være en prædiktør for overvægt i voksenlivet, kan indbefatte en række negative fysiske og psykosociale problematikker, både på kort og langt sigt (Mølgaard, Dela et al. 2007, Kjølner, Juel et al. 2007, NOEIE Panel 1998, WHO 2016a).

2.3 Potentielle negative konsekvenser af børneovervægt

Overvægt i børne- og ungdomsårene kan medføre en række følgevirkninger, såsom type 2-diabetes, astma og forringet leverfunktion (Mølgaard, Dela et al. 2007). Dette gør sig specielt gældende for børn med svær overvægt (Mølgaard, Dela et al. 2007), hvilke udgør en stigende andel af den grønlandske indskoling. Foruden fysiske symptomer kan børneovervægt også medføre en række psykosociale problematikker, herunder isolering, manglende social tilpasning, mobning, lavt selvværd samt tilbagetrækning fra deltagelse i fysisk aktivitet (Mølgaard, Dela et al. 2007). Overvægtige grønlandske skolebørn kan dermed opleve psykosociale problematikker såsom mobning og lavt selvværd. En mulig årsag til lavere selvværd kan ses i individets egen kropsopfattelse, da en negativ opfattelse af egen krop kan være forbundet med et lavere selvværd (Forrester-Knauss, Stutz 2012). Der foreligger ikke studier omhandlende kropsopfattelse blandt grønlandske indskolingsbørn, men en undersøgelse blandt 11-17 årige grønlandske skolebørn finder, at 29 % af disse opfatter sig selv som værende for tykke, mens 57 % opfatter egen vægt som værende passende (Niclasen 2015). Omend det ikke vides om disse procenttal afspejler den faktiske prævalens af overvægt, indikerer dette at ovennævnte børn er kropsbevidste. Dermed er der en mulighed for, at kropsbevidsthed, med dertilhørende risiko for negativ kropsopfattelse, kan gøre sig gældende blandt grønlandske indskolingsbørn. Foruden disse umiddelbare konsekvenser i børnealderen, kan overvægt medføre social isolation, depression, angst, forhøjet blodtryk, hjertekarsygdomme, slagtilfælde og forskellige kræfttyper i det voksne liv. Sygdomme der i yderste konsekvens kan føre til præmature dødsfald (Kjøller, Juel et al. 2007, NOEIE Panel 1998, WHO 2016a).

Med udgangspunkt i den høje prævalens af børneovervægt, følgevirkninger heraf samt børneovervægt som prædiktør for overvægt senere i livet, findes det væsentligt at initiere sundhedsfremmende og forebyggende indsatser i en tidlig alder, med henblik på at sænke prævalensen af overvægt. Hertil fremhæver et systematisk review, at fysisk aktivitet har størst effekt på indskolingsbørn, sammenholdt med skolebørn på højere klassetrin, hvorfor indskolingen anbefales som arena (Fedewa, Ahn 2011). Derfor vil dette speciale afgrænses til at omhandle indskolingsbørn i alderen 5-9 år.

2.4 Årsager til overvægt blandt børn

Grundet den høje prævalens af overvægt og svær overvægt blandt grønlandske indskolingsbørn (Rex, Larsen et al. 2014, Niclasen, Petzold et al. 2007, Schnohr, Sørensen et al. 2005, Schnohr, Petersen et al. 2008), samt dertilhørende risiko for følgesygdomme, findes det relevant at undersøge de bagvedliggende årsagsmekanismer til overvægt.

Af litteraturen fremgår der stærk evidens for, at højt indtag af sukker og fedt fører til øget risiko for overvægt og svær overvægt (Parillo, Riccardi 2004), hvorfor kost udgør et essentielt indsatsområde i bestræbelserne på at mindske forekomsten af overvægt blandt indskolingsbørn. Foruden kost udgør fysisk aktivitet ligeledes et væsentligt indsatsområde, da dette kan være medvirkende til at forebygge overvægt, for derigennem at mindske risikoen for følgesygdomme senere i livet (Lee, Shiroma et al. 2012, Boreham, Riddoch 2001).

Som følge af de store samfundsændringer i det grønlandske samfund, har kostsammensætningen undergået store forandringer (Young, Bjerregaard 2008). En grønlandsk befolkningsundersøgelse har påvist, at børn udgør de største forbrugere af junkfood og at specielt indtaget af sukker har været stærkt stigende (Bjerregaard, Aidt 2010). Med tilskud fra det grønlandske selvstyre har samtlige skoler i Nuuk indført kostordninger med formålet at give skolebørn sunde madvaner (Johansen 2009). Mens kost således allerede er et omdrejningspunkt for strukturelle sundhedsfremmende indsatser i folkeskolen, synes indsatser omhandlende fysisk aktivitet at være mindre hyppige. Det findes derfor interessant at fokusere på fysisk aktivitet, da fysisk også angives som værende af afgørende betydning for forekomsten af overvægt (Janssen, Katzmarzyk et al. 2005). Hertil benævnes fysisk aktivitet som et relevant omdrejningspunkt, med henblik på forebyggelse af overvægt (Boreham, Riddoch 2001, Lee, Shiroma et al. 2012). Foruden forebyggelse af overvægt er fysisk aktivitet forbundet med en bedre kardiometabolsk profil hos børn (Ekelund, Luan et al. 2012). Ifølge et systematisk review, er fysisk aktivitet associeret med en række fordelagtige sundhedsmæssige forhold af både fysisk og psykosocial karakter, hvilket i flere lande har ledt til anbefalinger om fysisk aktivitet hos børn (Janssen, Leblanc 2010). Grundet det nuværende fokus på kost i relation til skolebørn, samt de dokumenterede gavnlige effekter af fysisk aktivitet, vil nærværende speciale afgrænses til at omhandle fysisk aktivitet.

2.5 Følgevirkninger af fysisk aktivitet for skolebørn

Studier har vist, at fysisk aktivitet i skolemiljøet kan have en gavnlig effekt på skolebørns trivsel og mentale helbred, hvorfor børn har nemmere ved at danne nye sociale fællesskaber (Annesi 2005, Niclasen, Petzold et al. 2007). Et norsk studie finder, at fysisk aktivitet kan være afgørende for at blive accepteret og indgå i et socialt fællesskab, hvor sociale relationer bliver skabt mellem skolebørn (Pijl, Frostad et al. 2011). Fysisk aktivitet kan tilmed have en positiv indvirkning på børns læring, herunder i et skoleregi (Ekeland, Heian et al. 2004, Fedewa, Ahn 2011, Ericsson, Karlsson 2014). Endvidere påpeger Ericsson og Karlsson (2014), at én times daglig fysisk aktivitet i skolen kan forbedre skolepræstationen. I forlængelse heraf fremhæves muligheden for at benytte primær forebyggelse til at imødekomme børneovervægtsproblematikken ved at tilrettelægge et tiltag i skoleregi (Niclasen, Petzold et al. 2007).

En undersøgelse af Niclasen (2015) viser, at 21 % [95% CI: 19,1 – 22,9]¹³ af grønlandske skolebørn i aldersgruppen 11-17 år opfylder anbefalingerne fremført af Ernærings- og Motionsrådet¹⁴, omhandlende 60 minutters daglig bevægelse. Dette udgør et fald fra de 29 % [95% CI: 26,9 – 31,1]¹⁵ der i 2006 levede op til anbefalingerne, hvilket betyder, at cirka en femtedel opfylder anbefalingerne i dag. Derudover viser rapporten, at færre skolebørn i en ældre aldersgruppe opfylder anbefalingerne. Blandt skolebørn i aldersgruppen 15-17 år, var det således 19 % [95% CI: 17,2 – 20,8]¹⁶ af drengene og 8 % [95% CI: 6,7 – 9,3]¹⁷ af pigerne, der efterlevede anbefalingerne i 2014, hvilket er et markant fald for især pigerne, hvor andelen i 2010 var henholdsvis 20 % [95% CI: 18,1 – 21,9]¹⁸ blandt piger og 25 % [95% CI: 23,0 – 27,0]¹⁹ blandt drenge (Niclasen 2015). Det vides ikke om skolebørn i indskolingen efterlever de 60 minutters bevægelse om dagen, hvorfor det ikke er muligt at redegøre for hvorvidt den samme tendens gør sig gældende for skolebørn i indskolingen. Eftersom gode motionsvaner fra barndommen tages med videre i både ungdoms- og voksenlivet (Kirby, Levin et al. 2012), kan en intervention rettet mod indskolingsbørn muligvis have en positiv effekt på det faldende fysiske aktivitetsniveau blandt 15-17 årige.

¹³ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

¹⁴ Ernærings- og Motionsrådet har til opgave at rådgive selvstyret om kost, motion og sundhed (Mulvad 2014).

¹⁵ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

¹⁶ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

¹⁷ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

¹⁸ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

¹⁹ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

Med henblik på forebyggelse af overvægt, har studier undersøgt betydningen af mere fysisk aktivitet på skolen. Et canadisk studie viser, at en intervention med fysisk aktivitet ikke reducerede skolebørnenes BMI, som forblev uændret. Interventionen havde dog andre sundhedsfremmende virkninger, da interventionen var medvirkende til at reducere blodtrykket, øge iltoptagelsen, muskelmassen og knoglemineraltætheden (Harris, Kuramoto et al. 2009). At fysisk aktivitet er associeret med sundhedsfremmende virkninger hos skolebørn understøttes yderligere af et canadisk systematisk review, som påpeger, at selv en beskeden mængde fysisk aktivitet kan have sundhedsfordele for højrisiko grupper, herunder overvægtige børn (Janssen, Leblanc 2010). Ligeledes har studier vist positive effekter ved at øge mængden af fysisk aktivitet på skoler. Et fransk studie finder, at BMI-værdien hos 6-10 årige overvægtige skolebørn kan sænkes gennem en intervention bestående af en mere aktiv livsstil i skolen. Særligt overvægtige skolebørn er mere modtagelig for en sådan intervention sammenlignet med normalvægtige skolebørn (Lazaar, Aucouturier et al. 2007). Dette bliver yderligere understøttet af et studie af Johannes W. De Greeff et al. (2016) som har undersøgt effekten af fysisk aktivitet implementeret i den faglige undervisning på skolebørns BMI. Studiet viser, at fysisk aktivitet indført i undervisningen har en betydelig effekt på skolebørns BMI, da BMI-værdierne hos interventionsgruppen forblev uforandret, mens BMI-værdierne i kontrolgruppen steg, hvilket indikerer, at skolebaserede interventioner kan forebygge overvægt (de Greeff, Hartman et al. 2016). Desuden viser et studie, at skolebaserede interventioner som varer mere end et år har en større sandsynlighed, for at reducere prævalensen af overvægt hos skolebørn end interventioner som varer under et år (Gonzalez-Suarez, Worley et al. 2009).

Ud fra ovenstående ses det, at længerevarende aktivitetsfremmende skolebaserede interventioner for indskolingsbørn, både kan have positiv eller ingen effekt på BMI. Da studierne der ikke rapporterer en effekt på BMI finder andre gavnlige fysiologiske effekter, vurderes en forandring rettet mod at fremme fysisk aktivitet i indskolingen gavnlig. Dermed kan aktivitetsfremmende interventioner muligvis være behjælpelige til at fremme sundheden og sænke prævalensen af overvægt og svær overvægt blandt grønlandske indskolingsbørn. Foruden risikoen for at forebyggelsen af overvægt blandt grønlandske indskolingsbørn ikke indfries, er der en risiko for, at uventede og utilsigtede konsekvenser vil opstå som resultat af en ny intervention. Grundet dette findes det

relevant at analysere potentielle utilsigtede konsekvenser, som fysisk aktivitet i skoledagen kan medføre.

Ifølge Karsten Froberg kan øget fysisk aktivitet være hæmmende for skolebørns motivation for fysisk aktivitet, hvis skoler og lærere indfører yderligere obligatorisk fysisk aktivitet, og derigennem styrer hvad skolebørn skal lave uden at inddrage dem i beslutningerne (Christensen 2015). Dette understøttes af et canadisk studie, som viser at skolebørn har et ambivalent forhold til at deltage i styret leg, da de til tider vælger at deltage i legen, mens de andre gange foretrækker at lege på egen hånd (Alexander, Frohlich et al. 2014). Det kan lede til at skolebørn ikke opfatter bevægelse som noget frivilligt, men snarere som tvang, hvilket der kan resultere i en negativ opfattelse og holdning til fysisk aktivitet (Christensen 2015). I tilfælde af at skolebørn får et negativt syn på fysisk aktivitet, kan de muligvis videreføre dette syn til privatlivet, hvor lysten til at deltage i aktiviteter uden for skolen. Dette kan være problematisk, da det muligvis vil hindre en positiv udvikling i forekomsten af overvægt blandt skolebørn. Undersøgelsen ”*Forsøg med læring i bevægelse*” (Bugge 2015), har yderligere rapporteret negative virkninger ved at indføre mere obligatorisk fysisk aktivitet i grundskolen blandt ind- og udskolingsbørn. Skolebørnene påpeger, at afbrydelsen i undervisningen til fordel for bevægelsesaktiviteter, som faglige øvelser, kan virke forstyrrende, da de mister koncentrationen og kontinuiteten i skolearbejdet, hvorfor de foretrækker stille aktiviteter eller slet ingen aktiviteter. Foruden afbrydelsen i skolearbejdet, kan fysisk aktivitet medføre koncentrationssvigt, da skolebørnene kan blive hyperaktive i undervisningen efter en bevægelsesaktivitet, og kan have svært ved at falde til ro. Endvidere bliver det fremhævet, at der grundet dårlig fysisk kondition er risiko for, at skolebørnene bliver udmattede, hvilket kan lede til koncentrationssvigt (Bugge 2015). Dette kan have negative konsekvenser for den enkelte elev, eftersom udbyttet af undervisningen kan blive nedsat. Desuden kan aktiviteterne også skabe et konkurrenceelement, som ikke alle skolebørn trives i, da flere giver udtryk for at det kan skabe uro og konflikter, hvor særligt de idrætssvage kan risikere at blive udstillet foran sine klassekammerater. Dette kan resultere i, at skolebørnene bliver demotiverede for at deltage i undervisningen, og kan dermed skabe et negativt socialt miljø i skoleklassen (Bugge 2015). Dette illustrerer at fysisk aktivitet kan resultere i demotivation, begrænset læring og splid i en skoleklasse.

Et forebyggende tiltag kan, foruden ovenstående utilsigtet konsekvenser, ligeså indbefatte skadevirkning i form af stigmatisering (Holtug, Sundhedsstyrelsen 2009). Stigmatisering defineres af Erving Goffman som en uønsket egenskab, der ofte får en form for overstatus for det pågældende individ, som overskygger alle individets andre egenskaber. Goffman skelner mellem tre typer af stigma, hvoraf den ene type omhandler individets fysiske karakter, herunder abnormaliteter. Individet kan således adskille sig fra normaliteten i form af eksempelvis forskellige fysiske handicap, hvilket kan føre til en bevidst og ubevidst diskrimination (Goffman 2009). Af rapporten Etik i forebyggelse og sundhedsfremme forfattet af sundhedsstyrelsen fremgår det endvidere, at et tiltag rettet mod forebyggelse af overvægt blandt børn, kan bidrage til en stereotyp opfattelse af børnene, hvilket blandt andet kan foranledige diskrimination. Af samme årsag findes det nødvendigt, i relation til implementering af sundhedsfremmende indsatser, at effekterne ved den givende indsats opvejes med de potentielle utilsigtede konsekvenser (Holtug, Sundhedsstyrelsen 2009).

Det kan opsummeres, at der i de hidtil undersøgte aldersgrupper er sket et generelt fald i niveauet af fysisk aktivitet for børn og unge. Dette anses som problematisk, da vaner vedrørende fysisk aktivitet tages med videre i livet (Kirby, Levin et al. 2012), hvorfor aktivitetsniveauet i ungdomsalderen, muligvis afspejler aktivitetsniveauet i børnealderen. Dette udtrykker et behov for forebyggende og sundhedsfremmende tiltag. I denne forbindelse fremstår det relevant at indføre et tiltag omhandlende mere bevægelse i skoledagen, da det foruden de positive fysiologiske og psykosociale følger også kan fremme fællesskaber, trivsel og læring i skolen (Lee, Shiroma et al. 2012, Ericsson, Karlsson 2014, Annesi 2005, Ekeland, Heian et al. 2004, Fedewa, Ahn 2011, Pijl, Frostad et al. 2011, Boreham, Riddoch 2001). Desuden er en implementering af fysisk aktivitet forbundet med flere mulige negative utilsigtede konsekvenser, som er vigtige at tage højde for i udarbejdelsen af et forebyggende tiltag. Dertil pointerer Vindfeld, Schnohr et al. (2009), at skolen udgør en oplagt arena for sundhedsfremme og forebyggelse i form af fysisk aktivitet, da skolerne rummer alle børnene.

2.6 Sundhedsfremmende og forebyggende indsatser

Den grønlandske *Styrelse for Sundhed og Forebyggelse* (SSF) har, med hensigten at forebygge den høje prævalens af overvægtige skolebørn, forelagt anbefalinger med fysisk

aktivitet som omdrejningspunkt. Med inspiration fra Ernærings- og Motionsrådets anbefaling omhandlende fysisk aktivitet har SSF udarbejdet en national handleplan for fysisk aktivitet med implementering i 2015. Den nationale handlingsplan er opdelt i henholdsvis en handleplan og et idékatalog. Handleplanen indbefatter indsatser i form af kampagner, information og viden. Af idékataloget fremgår målsætning nummer ét, at alle skolebørn under 18 år skal sikres én times skemalagt fysisk aktivitet dagligt i skolen. De ansvarshavende for implementering af denne målsætning er lærerne på de respektive skoler (Styrelsen for Sundhed og Forebyggelse 2015). I 2014 blev den danske folkeskole genstand for en større reform, hvilket blandt andet betød, at skolebørnenes skoledag blev forlænget med mulighed for inddragelse af fysisk aktivitet i undervisningen (Bugge 2015). En dansk undersøgelse, *Ny skole i bevægelse*, havde til formål at evaluere den foreløbige implementering af skolereformen i Danmark. I undersøgelsen gav 60 % af de adspurgte lærere udtryk for, at de ønskede mere inspiration og vejledning til, hvordan de kunne indfri 45 minutters bevægelse i de boglige fag. Endvidere angav 38 % at de ikke følte sig klædt på til at skabe en aktiv skoledag (Dansk Skoleidræt 2014). Nævnte undersøgelse illustrerer således, at sundhedsfremmende og forebyggende tiltag tilvejebragt af lærerne kan være et foretagende forbundet med udfordringer, såfremt de grønlandske lærere deler samme opfattelse som de danske lærere.

For netop at lette implementeringen af fysisk aktivitet, har SSF i deres idékatalog forelagt forskellige aktivitetsfremmende strategier. Blandt andet er det hensigten, at der skal udarbejdes materiale henvendt til skolebestyrelser, skoleledere, lærere og forældre, omhandlende vigtigheden af fysisk aktivitet, hvilket der skal være medvirkende til at styrke den lokale skolepolitik rettet mod mere fysisk aktivitet. Idékataloget fremfører ydermere forskellige konkrete idéer til, hvorledes fysisk aktivitet kan praktiseres i skoledagen. Herunder nævnes blandt andet løbeture rundt om skolen, fysiske øvelser i undervisningen samt skridttælle-konkurrencer klasserne imellem. Idékataloget opfordrer i denne forbindelse til, at aktørerne, herunder lærerne og skolebestyrelsen, skeler til de danske hjemmesider, hvilke der indeholder talrige eksempler på, hvorledes fysisk aktivitet kan fremmes i den danske folkeskole (Naalakkersuisut 2015). Det synes således at være gennemgående, at forslagene ikke tager afsæt i motiver afledt af grønlandske skolebørn, men snarere på baggrund af en generalisering, udledt fra en dansk kontekst.

I rapporten *Trivsel og sundhed blandt folkeskoleelever i Grønland* fremhæves det, at skolebørns motivation for fysisk aktivitet afhænger af de fysiske rammer og omgivelser børnene færdes i. Specifik viden omhandlende motiver for fysisk aktivitet blandt grønlandske børn er dog mangelfuld (Niclasen 2015). I relation til motivation kan det fremstå problematisk, at idékataloget ikke gør brug af mere kontekstbundne aktivitetsfremmende forslag (Niclasen 2015). Dette kan fremstå yderligere problematisk, da motivationen til fysisk aktivitet er forbundet med graden af udført fysisk aktivitet (Pannekoek, Piek et al. 2013, Christiana, Davis et al. 2014). Med formålet at tilrettelægge et forandringsperspektiv omhandlende fysisk aktivitet hos indskoling, findes det relevant, at undersøge hvordan motivationen for fysisk aktivitet hæmmes og fremmes, hvilket ligeledes anbefales i den eksisterende litteratur (Pannekoek, Piek et al. 2013, B Owen, Smith et al. 2014, Kopcakova, Veselska et al. 2015). Eftersom der ikke foreligger specifik viden om, hvad der motiverer grønlandske skolebørn for fysisk aktivitet (Niclasen 2015), findes det relevant at undersøge hvad der motiverer skolebørn for fysisk aktivitet i andre lande.

2.7 Motivation

I Danmark er motivation i henhold til fysisk aktivitet undersøgt i rapporten "*Forsøg med læring i bevægelse*" (Bugge 2015). Rapporten udledte, at størstedelen af skolebørnene fandt fysisk aktivitet i undervisningen positivt, da de oplevede glæde, særligt hvis de blev inddraget i beslutningstagningen, hvor de fik medbestemmelse i udformningen af aktiviteterne og hvis de fandt aktiviteterne meningsfulde. Andre faktorer der var af afgørende betydning for at skolebørnene fandt fysisk aktivitet positivt, var blandt andet de voksnes kropslige kommunikation og engagement, samt forankring, organisering og udvikling af fysisk aktivitet i skoledagen (Bugge 2015). Et systematisk review påpeger yderligere, at sociale aspekter, såsom venskaber og fællesskaber, er afgørende når det ønskes at ændre 3-12 årige børns fysiske aktivitet, da venners aktivitetsniveau har en afsmittende effekt på eget aktivitetsniveau (Macdonald-Wallis, Jago et al. 2012).

Derudover finder et amerikansk studie, at de børn der er fysisk aktive i frikvarterene er de børn der er mest motiverede for fysisk aktivitet i frikvarterene (Stellino, Sinclair 2013). I forlængelse heraf fremhæves det uudnyttede potentiale i at fokusere på frikvartererne som sundhedsfremmende arena, da overvægtige børn er mindre fysisk aktive i frikvartererne sammenholdt med normalvægtige børn (Stellino, Sinclair 2013).

Frikvarterenes potentiale fremhæves yderligere, da børn findes fysisk aktive 35-60 % af frikvarterene (Stellino, Sinclair 2013), hvorfor disse frikvarter muligvis kan være forbundet med et uudnyttet potentiale. Denne sammenhæng mellem motivation og fysisk aktivitet findes ikke alene i frikvarterene, men ses også generelt blandt børn (Christiana, Davis et al. 2014, Pannekoek, Piek et al. 2013), hvilket understreger vigtigheden af at undersøge hvilke motiver der driver børn mod fysisk aktivitet (Pannekoek, Piek et al. 2013). Af litteraturen fremgår det således relevant og centralt at klarlægge børns motiver for fysisk aktivitet, når der designes forebyggende tiltag rettet mod fysisk aktivitet hos skolebørn (B Owen, Smith et al. 2014, Kopcakova, Veselska et al. 2015).

3. AFGRÆNSNING

Overvægt og svær overvægt udgør et folkesundhedsproblem i Grønland, da prævalensen af overvægt og svær overvægt blandt grønlandske indskolingsbørn er steget fra 7,5 % [95% CI: 5,1 – 9,9]²⁰ i 1980-1984 (Schnohr, Sørensen et al. 2005) til 22,6 % [95% CI: 19,3 – 25,9]²¹ i 2011-2013 (Rex, Larsen et al. 2014), med en procentvis syvdobling af forekomsten af svær overvægt. Overvægt blandt indskolingsbørn har vist sig som en prædiktor for overvægt i ungdomslivet (Llewellyn, Simmonds et al. 2016), og er ligeledes forbundet med en række psykosociale og somatiske følgesygdomme både i barndommen og voksenlivet (Mølgaard, Dela et al. 2007).

Prævalensen af overvægt blandt indskolingsbørn kan reduceres ved fysisk aktivitet (Lee, Shiroma et al. 2012). Fysisk aktivitet kan have yderligere gavnlige effekter, da vaner herom ofte bringes med i voksenlivet (Kirby, Levin et al. 2012). Foruden disse positive fysiske effekter, bidrager fysisk aktivitet også til øget trivsel og mentalt helbred (Ericsson, Karlsson 2014, Annesi 2005), samtidig med at det har en positiv indvirkning på dannelsen af sociale fællesskaber (Pijl, Frostad et al. 2011, Annesi 2005), og yderligere kan have en positiv indvirkning på børns læring (Ekeland, Heian et al. 2004, Fedewa, Ahn 2011, Ericsson, Karlsson 2014). Hertil påpeges skolen som en oplagt arena for sundhedsfremmende og forebyggende tiltag, da skolen rummer størstedelen af grønlandske børn (Vindfeld, Schnohr et al. 2009). I relation hertil viser undersøgelser, at 21 % [95% CI: 19,1 – 22,9]²² af grønlandske 11-17 årige børn i 2014 opfyldte

²⁰ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

²¹ Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

²² Egne estimerede konfidensinterval (se bilag 3)

Ernærings- og Motionsrådets anbefalinger om 60 minutters daglig fysisk aktivitet, hvilket der udgør et fald fra de 29 % [95% CI: 26,9 – 31,1] i 2006 (Niclasen 2015).

Litteraturen påpeger vigtigheden af børnenes motivation ved sundhedsfremmende tiltag, da motivationen til fysisk aktivitet er forbundet med graden af fysisk aktivitet (Christiana, Davis et al. 2014, Pannekoek, Piek et al. 2013, Stellino, Sinclair 2013). Nogle skolebørn påpeger dog, at afbrydelsen i undervisningen kan virke forstyrrende og koncentrationshæmmende, hvorfor nogle foretrækker stille eller slet ingen aktiviteter (Bugge 2015), hvorfor det er essentielt at opretholde børnenes motivation for fysisk aktivitet. Eksisterende indsatser rettet mod at fremme fysisk aktivitet, fremtræder alle med udgangspunkt i danske inspirationskilder og hjemmesider, og er derfor ikke tilvejebragt ud fra en grønlandsk kontekst. Dermed er det uvist hvilke faktorer der virker hæmmende og fremmende på grønlandske indskolingsbørns motivation til udøvelsen af fysisk aktivitet. Dette underbygges af Niclasen (2015), som påpeger denne viden som værende mangelfuld.

Med udgangspunkt i ovenstående problemanalyse vil nærværende speciale behandle følgende problemformulering:

4. PROBLEMFORMULERING

Problemformulering: *Hvordan hæmmes og fremmes motivationen for fysisk aktivitet hos grønlandske indskolingsbørn, og hvorledes kan denne viden benyttes til at udvikle en aktivitetsfremmende forandring rettet mod at forebygge overvægt i den grønlandske indskoling?*

5. BEGREBSAFKLARING

Dette kapitel har til formål, at definere hvorledes *fysisk aktivitet* defineres samt benyttes i nærværende speciale.

5.1 Anvendt definition af fysisk aktivitet

Nærværende speciale undersøger, hvordan motivation for fysisk aktivitet hæmmes og fremmes hos grønlandske indskolingsbørn. For at kunne behandle genstandsfeltet med rette, er det essentielt at fremanalysere og udspecificere en definition af, hvornår indskolingsbørnene kan kategoriseres som værende fysisk aktive.

WHO definerer begrebet fysisk aktivitet som værende ethvert muskelarbejde, der øger energiomsætningen i skeletmuskulaturen (WHO 2016b). Sundhedsstyrelsen benytter samme definition og eksemplificerer i forlængelse heraf, at begrebet fysisk aktivitet således favner bredt, idet fysisk aktivitet foruden at rumme idrætsaktiviteter, også indbefatter hverdagsaktiviteter som leg, gåture, havearbejde, cykling, trappegang med mere (Sundhedsstyrelsen 2013).

At benytte ovenstående definition til bestemmelse af fysisk aktivitet er dog forbundet med en række problematikker. Eksempelvis vil det flittige skolebarn, som hyppigt markerer sig i undervisningen ved håndsoprækning, i et eller andet omfang øge sin energiomsætning i skuldermuskulaturen. Ifølge ovenstående definition vil skolebarnets håndsoprækning således kunne karakteriseres som en fysisk aktivitet, hvilket imidlertid ikke nødvendigvis virker forebyggende på overvægt.

Sundhedsstyrelsen og WHO benytter således en anden definition i deres anbefalinger om fysisk aktivitet. Definitionen tager ikke alene afsæt i en øget energiomsætning, men fremsætter tilmed behov om intensitet, varighed, regelmæssighed og type. Anbefalingerne bygger på vurderinger af, hvilket aktivitetsniveau der som minimum må tilvejebringes, før aktiviteten vil bibringe en given sundhedseffekt. Anbefalingerne tager udgangspunkt i den eksisterende evidens og epidemiologi om genstandsfeltet, hvilket udmunder sig i en kvantificering af anbefalingerne for fysisk aktivitet (Klarlund Pedersen, Andersen et al. 2011). Sundhedsstyrelsens anbefaling om at være fysisk aktiv, forlyder for børn og unge som følgende:

"Vær fysisk aktiv mindst 60 minutter om dagen. Aktiviteten skal være med moderat til høj intensitet og ligge ud over almindelige kortvarige dagligdags aktiviteter. Hvis de 60 minutter deles op, skal hver aktivitet vare mindst 10 minutter. Mindst 3 gange om ugen skal der indgå fysisk aktivitet med høj intensitet af mindst 30 minutters varighed for at vedligeholde eller øge konditionen og muskelstyrken. Der skal indgå aktiviteter, som øger knoglestyrken og bevægeligheden." (Klarlund Pedersen, Andersen et al. 2011, s. 12).

I Grønland har Ernærings- og Motionsrådet endvidere fremsat deres egne anbefalinger for den grønlandske befolkning i relation til fysisk aktivitet, hvilke forlyder som følgende: *"Vær i bevægelse mindst en time om dagen. Bevægelse kan være gå/cykle til og fra arbejde, gå på jagt, gøre rent, dyrke sport, spille bold og meget andet."* (Styrelsen for Sundhed og Forebyggelse 2015, s. 4). I modsætning til Sundhedsstyrelsens anbefalinger forudsætter Ernærings- og Motionsrådet således ikke krav om intensitet og typen af muskelstyrke (Styrelsen for Sundhed og Forebyggelse 2015). Da formålet i nærværende speciale er, at undersøge hvordan grønlandske indskolingsbørns motivation hæmmes og fremmes, er det i denne sammenhæng underordnet at beskæftige sig med, hvorvidt børnene de facto efterlever Sundhedsstyrelsens anbefaling. Trods denne anskuelse vurderes det imidlertid essentielt, at den benyttede definition stadig bestemmes med udgangspunkt i, at den givne aktivitet vil afstedkomme visse sundhedsfremmende effekter. Dette vil netop berettige, at de motivationsfaktorer som ligger til grund for den fysisk aktivitet, indenfor den valgte definition, vil kunne benyttes i udarbejdelsen af et forandringsperspektiv.

I nærværende speciale vil begrebet fysisk aktivitet dække over aktiviteter, som typisk forløber ved moderat til hård intensitet. Definitionen rummer således aktiviteter som fangelege, sjipning, boldspil og løb. Modsætningsvis vil begrebet inaktivitet rumme aktiviteter, som typisk ikke forløber ved moderat til hård intensitet. Begrebet inaktivitet favner således aktiviteter så som stillesiddende arbejde i timerne, almindelig gang og kortspil i frikvarterene.

6. METODE

Det følgende kapitel vil argumentere for det anvendte metodiske design, som benyttes til at besvare specialeafhandlingens problemformulering. Kapitlet vil præsentere og begrunde det videnskabsteoretiske ståsted, fokuseret etnografi som studiedesign, samt dataindsamlingsmetoderne observation og interview samt databehandlingen. Dertil forklares den systematiske litteratursøgning, som skal bidrage med videnskabelig empiri til diskussionen.

6.1 Videnskabsteoretisk ståsted

I dette afsnit vil nærværende speciales videnskabsteoretiske ståsted præsenteres, da dette har betydning for den metodiske tilgang til studiedesignet, dataindsamlingen samt behandlingen heraf.

6.1.1 Fænomenologi

Til bearbejdning af dette speciales problemformulering, vil en fænomenologisk tilgang benyttes. Fænomenologien ligger vægt på, at forskeren ikke kan tage for givet at være bekendt med de undersøgtes følelser og tanker. Dermed er der ifølge fænomenologien ingen objektiv sandhed. Som resultat heraf er det hensigten at se bort fra egne forforståelser om det undersøgte samt teoretiske og videnskabelige forståelser. Målet med at tilsidesætte disse er, at opnå en grundig forståelse af et fænomen, uden hensigt om teoretisering og kvantificering. Dermed kan forståelsen af de undersøgtes livsverden fremstå som målet, hvor livsverden ses som et udtryk for den subjektbundne oplevelse i samspil med konteksten (Kristensen 2011). I nærværende speciale udgøres dette af indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet, samt hvordan denne hæmmes og fremmes i en grønlandsk kontekst. Da viden om grønlandske skolebørns motivation for fysisk aktivitet er begrænset, findes den fænomenologiske tilgang relevant, da denne fordrer en eksplorativ tilgang. Ved at sætte egen forforståelse i parentes, forsøges det i stedet at opnå en forståelse med afsæt i data.

6.1.2 Den forstående forskningstype

Denne specialeafhandling har i sigte, at opnå en forståelse af grønlandske indskolingsbørns motiver for fysisk aktivitet i skoleregi, ved at undersøge og hermed få

indsigt i skolebørnenes livsverden. Således søges forståelse af subjektive motiver for fysisk aktivitet, hvorfor nærværende speciale tager udgangspunkt i den forstående forskningstype inden for det fortolkningsvidenskabelige paradigme, da det ønskes at forstå de bagvedliggende årsager til handlinger (Launsø, Rieper et al. 2011).

Forskeren forsøger således at forstå subjektet i samspil med dets sociale virkelighed, hvorfor det er kontekstafhængigt. Dermed forsøger specialegruppen i nærværende specialeafhandling, at forstå de grønlandske indskolingsbørn i samspil med deres sociale virkelighed. Denne tankegang inden for den forstående forskningstype findes relevant, idet det ønskes at afdække skolebørnenes motiver for fysisk aktivitet i deres kontekst, herunder i skolegårde og undervisningslokalerne (Launsø, Rieper et al. 2011). Derfor forsøger det fortolkningsvidenskabelige paradigme at søge erkendelse gennem forståelse og fortolkning af sociale fænomener (Kvale, Brinkmann 2009).

6.2 Fokuseret etnografi

Med henblik på at besvare specialets problemformulering tages der udgangspunkt i fokuseret etnografi som forskningsmetode, der er kendetegnet ved at fokusere på et specifikt område og problemstilling i et samfund (Knoblauch 2005, Cruz 2013). Dette er foreneligt med specialets formål, da det ønskes at undersøge en indskolingsklasse, som udgør et specifikt område på en grønlandsk folkeskole. I modsætning til konventionel etnografi, bruges der kort tid i felten ved fokuseret etnografi (Knoblauch 2005). I dette speciale forløb observationerne over 3 dage, da specialegruppen i dialog med skolerne fik indtryk af, at en tidshorisont af denne varighed blev præfereret af skolerne.

Derudover er fokuseret etnografi karakteriseret ved at have fokus på handlinger, interaktioner og sociale situationer i en kontekst, hvorfor netop denne form for forskningsmetode analyserer strukturer og mønstre i sociale interaktioner (Knoblauch 2005). Dette opnås ved at forstå og lære fra individets perspektiv i deres sociale kontekst (Spradley 1980, Cruz 2013). Dette fremstår foreneligt med Pikes' begreb *emic*, hvor forskeren forsøger at forstå og beskrive den undersøgte kultur med udgangspunkt i subjektets perspektiv (Pike 1967). Dette *emic* perspektiv vil komme til udtryk gennem de anvendte observationer og interviews, da disse udføres med henblik på at forstå indskolingsbørnenes perspektiver, med den grønlandske folkeskole som social kontekst.

6.2.1 Udvælgelse af kontekst

Specialets sociale kontekst er valgt af strategiske årsager, som ifølge Antoft og Salomonsen gøres med henblik på at kunne generalisere resultaterne (Antoft, Salomonsen 2007). Generalisering inden for kvalitative metoder er dog kritiseret, da det ikke er muligt at vurdere, om resultaterne har en generel gyldighed, da resultaterne er kontekstafhængig viden (Antoft, Salomonsen 2007, Tanggaard, Brinkmann 2015b). Alligevel påpeger Antoft og Salomonsen, at en analytisk generalisering er muligt, såfremt empirien bliver fortolket ud fra en teori. Den analytiske generalisering omhandler, hvorvidt fortolkningen af empirien kan overføres til andre lignende kontekster, hvor der sker et samspil mellem empiri og teori (Antoft, Salomonsen 2007). Dette speciale vil benytte en motivationsteori til at nuancere de empiriske fund i diskussionen. Dermed gøres enkelttilfældet mere generelt, da generaliseringerne foregår gennem en proces, hvor der dannes slutninger ved at sammenkæde fundene fra analysen med de teoretiske forestillinger i motivationsteorien.

Dette findes foreneligt med specialets formål om, at resultaterne skal anvendes til en fremadrettet forandring, rettet mod at fremme motiverende faktorer til fysisk aktivitet på en grønlandsk folkeskole, og derigennem forebygge overvægt. Dermed skal resultaterne kunne tjene som inspiration for andre grønlandske folkeskoler.

6.2.2 Præsentation af konteksten

På baggrund af de strategiske betragtninger, udgør den valgte kontekst to grønlandske indskolingsklasser fra hver deres folkeskole i Nuuk, herunder en 1. klasse bestående af 25 skolebørn og en 2. klasse bestående af 23 skolebørn. Kontakten til de pågældende skoler er skabt gennem ledelsen, som har bidraget med informationer om, hvordan fysisk aktivitet foregår i praksis på de respektive skoler. Skolebørnene på begge folkeskoler har frikvarter, boglige fag og idrætsundervisning, hvor fysisk aktivitet muligvis kan forekomme, hvorfor det antages muligt, at undersøge hvordan motivationen for fysisk aktivitet hæmmes og fremmes hos grønlandske indskolingsbørn. Ifølge skolepolitikken, skal alle skolebørn på begge folkeskoler fra 1. til 3. klassetrin være ude i frikvartererne, hvor der er afsat et tidsrum på 20 minutter. Endvidere er der afsat 90 minutter til idrætsundervisning på begge folkeskoler.

Desuden tilbyder den ene folkeskole en legepatrulje²³, som alle skolebørn har mulighed for at deltage i. For den pågældende folkeskole er det 7. klassebørn som bliver instruerede i, og er ansvarlige for, at varetage legepatruljen for de yngre skolebørn fra 1. til 5. klasse. Endvidere gør den anden skole brug af et samarbejde med en fritidsordning, hvor pædagoger fra fritidsordningen varetager nogle aktiviteter i frikvartererne.

Skolegårdene på de to folkeskoler indbefatter faciliteter som klatrestativer, fodboldmål, basketballplader uden kurve og stativer. Herudover indbefatter skolegården naturlige klippefremspring og snedriver. En forskel på de to skolegårde er, at 1. klassen har fodboldmål til rådighed, hvilket 2. klassen på den anden folkeskole ikke har. Se i bilag 11, hvor fotografier af skolegårdene fremgår.

6.3 Dataindsamling

Følgende afsnit præsenterer de udvalgte kvalitative forskningsmetoder og de overvejelser der er gjort i forbindelse hermed. Der vil både anvendes observationer og interviews, som skal bidrage til en forståelse af hvordan indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet hæmmes og fremmes. Observationerne har til hensigt at give indblik i indskolingsbørnenes livsverden i forhold til fysisk aktivitet, mens de kvalitative interviews skal bidrage til en dybdegående forståelse af observationer gjort i felten. Overvejelser omhandlende observationer og interview i dette speciale vil blive inspireret af James Spradleys tolv trin for udarbejdelse af et etnografisk studie (Spradley 1979, Spradley 1980). Spradley benytter betegnelsen mikro-etnografi, når en social situation i en specifik kontekst skal undersøges (Spradley 1980). Dette er i overensstemmelse med specialets tilgang inden for fokuseret etnografi, da det ønskes at undersøge indskolingsbørn i specifikke sociale situationer, herunder undervisningen, frikvartererne og idrætsundervisning. Endvidere vil specialet hente inspiration fra Steinar Kvale og Svend Brinkmanns anvisninger om semistrukturerede livsverdensinterviews (Kvale, Brinkmann 2009).

6.3.1 Observation

Da nærværende speciale ønsker at danne empirisk viden om motivation til fysisk aktivitet, vil den etnografiske dataindsamlingsmetode observation benyttes (Spradley

²³ Legepatruljen er et dansk projekt som er udarbejdet af TrygFonden og Dansk Skoleidræt, hvis overordnet mål er at få børn til at bevæge sig mere i løbet af skoledagen gennem leg i frikvartererne (Dansk Skoleidræt 2016).

1980). Observation er ligeledes foreneligt med den forstående forskningstype, da det ønskes at udforske sociale fænomener, såsom hvorfor fænomener forekommer, om hvilke der foreligger begrænset viden (Launsø, Rieper et al. 2011, Spradley 1980). Dette gør sig gældende for nærværende speciales problemformulering (Niclasen 2015, Pannekoek, Piek et al. 2013).

De tolv trin i Spradleys anbefaling til udarbejdelse af et etnografisk studie, vil tjene som inspiration, og nærværende speciale vil gøre brug af deskriptive og fokuserede observationer (Spradley 1980). Undersøgelser af motivation blandt børn under 8 år betragtes oftest som problematisk, da unge børn kan have svært ved at adskille forskellige motiverende elementer, hvilket kan lede til komplikationer ved selvrapporterede metoder (Pannekoek, Piek et al. 2013). Med afsæt heri er valget af observation truffet, da observationer ikke stiller tilsvarende krav til indskolingsbørnene.

6.3.1.1 *Hvor, hvornår, af hvem*

Observationerne i nærværende speciale vil finde sted på to grønlandske folkeskoler i Nuuk, og vil udføres i en periode på tre dage, hvilket tilsvarende 24 timers observation. Her vil indskolingsbørnene fra 1. og 2. klassetrin observeres gennem en hel skoledag, hvorfor der både vil blive observeret i undervisningen og i frikvarterene. Kontakten til disse skoler er foretaget gennem gatekeepere, i form af skolernes respektive skoleinspektører, se bilag 6 (Tjørnhøj-Thomsen, Whyte 2011). Observationer vil foretages af to af specialegruppens tre medlemmer ved at der er én observatør på hver sin respektive folkeskole. Denne fremgangsmåde blev benyttet med rationalet, at en opdeling af observatørerne muliggjorde en større tilgang af empiri fra de to forskellige skolegårde. Ydermere blev denne opdeling valgt med begrundelsen, at én observatør vil fremstå mindre fremtrædende i et klasselokale. Desuden indgik det tredje specialegruppemedlem ikke i observationerne, grundet sin grønlandske opvækst og dennes eventuelle påvirkning på for forståelsen, og derigennem indsamlingen af empiri.

Til valg af kontekst for observation fremlægger Spradley (Spradley 1980) fem fokusområder; *enkelthed, tilgængelighed, påfaldenhed, tilladelse og frekvens*. *Enkelthed* pointerer vigtigheden af at fokusere på én kontekst (Spradley 1980), hvorfor observationerne udelukkende vil fokusere på skolen, og ikke hvad der foregår før og efter skoletid. Det kan ikke afvises at der ved observation uden for skoletid kan identificeres

motiverende faktorer, men disse vil muligvis ikke være direkte overførbare til en skole, da det er to forskellige sociale kontekster, og observationerne vil dermed ikke forholde sig til én kontekst som anbefalet (Spradley 1980). Foruden *enkelthed* nævnes *tilgængelighed* og *tilladelse* som vigtige faktorer (Spradley 1980). Disse omhandler hvorvidt stedet for observationerne er tilgængeligt, og om der kræves specielle tilladelser der kan hindre observation. Dette har dog ikke voldt problemer, da *tilgængelighed* og *tilladelse* er opfyldt som et resultat af en tilladelse fra skoleinspektørerne på den undersøgte folkeskole. Dertil pointeres hyppig *frekvens* af det der ønskes observeret som værende af afgørende betydning for kvaliteten af observationen (Spradley 1980). Det vides ikke hvor ofte der vil observeres motivation, men grundet skemalagte timer og frikvarterer vurderes *frekvensen* ikke som værende problematisk for observeret motiveret. Slutteligt nævnes faktoren *påfaldenhed* som et udtryk for hvorvidt observatøren kan færdes ubemærket eller fremtræder påfaldende, hvor en ubemærket færdsel er at foretrække (Spradley 1980). I udførelsen af disse observationer vil det ikke være muligt at færdes ubemærket i undervisningen, hvorfor observationerne ikke er skjulte, men i stedet åbne, hvor aktørerne er bekendte med observatørens tilstedeværelse (Launsø, Rieper et al. 2011). Observationerne i denne afhandling vil benytte passiv deltagelse, hvor observatøren er til stede uden at deltage eller interagere i handlingen og dermed påtager sig en rolle som 'tilskuer' (Spradley 1980). Passiv deltagelse er valgt, da observatørerne adskiller sig markant fra skolebørnene, hvorfor det vurderes at observatørernes mere eller mindre aktive deltagelse i undervisning og frikvarterer, vil kunne påvirke skolebørnenes motivation i en sådan grad at observationernes gyldighed vil blive forringet. Det forsøges ligeledes at anvende passiv deltagelse ved at være en observatør på hver skole.

6.3.1.2 Typer af observation

Denne specialeafhandling vil benytte fokuseret observation og deskriptiv observation (Spradley 1980). Det er valgt primært at fokusere på hvordan indskolingsbørnene motiveres til fysisk aktivitet jf. kapitel 5, specialets definition af fysisk aktivitet, da dette er nødvendigt for at besvare specialets problemformulering. Samtidig vil det dog være svært at se bort fra den deskriptive observation, da der ikke foreligger nogen viden om de undersøgte folkeskoler.

Nærværende speciale vil benytte både deskriptive og fokuserede observationer, da der fokuseres på motiver til fysisk aktivitet, samtidig med at der nedfældes notater vedrørende den generelle kultur. Valget af fysisk aktivitet er baseret på strategisk etnografi (Spradley 1980). Strategisk etnografi benyttes når der foreligger eksisterende viden om problematiske forhold (Spradley 1980), hvilket der gør sig gældende med forekomsten af overvægt blandt grønlandske indskolingsbørn (Rex, Larsen et al. 2014), samt fysisk aktivitets gavnlige egenskaber i denne sammenhæng (Lee, Shiroma et al. 2012). Med et strategisk udvalgt fokus ønskes det oftest at undersøge dybere end en beskrivelse, hvilket der typisk har en underliggende strukturel spørgsmålstype, såsom: *“Hvad er grunden til at indskolingsbørnene leger den leg?”* (Spradley 1980). Denne harmonerer med nærværende speciales problemformulering. Denne spørgsmålstype fordrer typisk gentagende observationer på ét enkelt fokus (Spradley 1980), hvorfor observationerne til dataindsamling i nærværende speciale vil tage udgangspunkt i de samme skoler og de samme klasser, med mulighed for flere identiske observationer og dertilhørende feltnoter.

6.3.1.3 Dataindsamlingsinstrument

Til dataindsamling i observation bruges typisk feltnoter, journaler og fotografier (Launsø, Rieper et al. 2011). I nærværende speciale vil feltnoter udgøre den primære dataindsamling, med journaler og fotografier som supplement.

Nedskrivningen af disse feltnoter vil tage udgangspunkt i Spradleys (1980) anbefalinger til notering i forbindelse med observation. I denne sammenhæng vil det så vidt muligt forsøges at notere ordret, hvilket pointeres som essentielt da omskrivninger af citater kan sløre nogle af udtalelsernes underlagte informationer (Spradley 1980). Dette kan dog vise sig at være forbundet med nogle udfordringer, eftersom det primære sprog i Grønland er grønlandsk, hvilket observatørerne ikke behersker. Da en del af den grønlandske befolkning udgøres af danske tilflyttere og med dansk som fag på første trin i folkeskolen, vil danske citater forsøges at nedskrives ordret. Foruden at være ordret nævnes ligeledes princippet om at være konkret (Spradley 1980). Dette er ligeledes et udtryk for at notere de forskellige nuancer der forekommer i en given situation. I tråd med specialets videnskabsteoretiske ståsted, vil det forsøges at notere fyldestgørende objektivt uden at generalisere på baggrund egne forestillinger. Her nævnes ord som rolle, social interaktion, social situation, kommunikere og observere alle som generaliseringer

af en mere kompleks iagttagelse (Spradley 1980). Denne type ikke kondenserende noteringsmetode kan være forbundet med en vis omlægning, da det for observatørerne typisk er målet at skrive kondenseret.

Såfremt det ikke er muligt at nedskrive situationer eller citater eksakt, vil der nedskrives kondenserede noter, ved at notere de mest essentielle elementer i en given situation (Spradley 1980). Disse noter vil så vidt muligt uddybes efterfølgende, således de i stedet for kondenserede noter fremgår som udvidede noter (Spradley 1980). Denne uddybning vil grundet risikoen for recall bias (Madsen, Strandberg-Larsen 2011) forsøges nedskrevet hurtigst muligt. Slutteligt pointerer Spradley (1980) vigtigheden af at skrive alt ned. Dette gælder også episoder og observationer der tilsvarende tidligere observationer, da dette er medvirkende til at give den mest korrekte beskrivelse af en kontekst (Spradley 1980), hvorfor gentagende episoder og observationer vil noteres.

6.3.1.4 Journal

Ud over feltnoter som er direkte nedskrevet fra observationer, anbefaler Spradley (1980) ligeledes at der føres journal, hvilket der ligeledes vil anvendes. Denne journal bliver benyttet til at nedskrive oplevelser, erfaringer, idéer, frygt, fejl, forvirringer, løsninger og problemer som opleves i forbindelse med observationerne (Spradley 1980). Dermed kan journalen have en personlig vinkel med følelser som observatøren oplever, samt følelser observatøren fornemmer aktøren oplever (Spradley 1980). Denne benyttes som redskab til at reflektere over muligheden for bias i feltnoterne ved senere analyse, såfremt disse skulle indeholde subjektive spor. Det er derfor essentielt at feltnoterne og journalen holdes skarpt adskilt, da følelsesmæssige betragtninger ikke har sin plads i de objektive feltnoter, hvorfor der vil blive ført to adskilte noteringer fra hver observatør, én til feltnoter og én til journalnoter. Ved hver enkelt notering vil der nedskrives dato og tid, så det er muligt at adskille og sammenkoble de enkelte noter ved senere brug.

6.3.2 Etnografiske interviews

For at opnå en forståelse af hvordan motivationen for fysisk aktivitet hæmmes og fremmes hos grønlandske indskolingsbørn, findes det relevant at få indsigt i skolelærernes oplevelser og perspektiver om dette, hvorfor det findes anvendeligt at bruge forskningsinterviews (Kvale, Brinkmann 2009). Valget af kvalitative interviews understøttes af Laila Launsø, Leif Olsen og Olaf Rieper (2011), da de argumenterer for,

at menneskers holdninger, meninger og vurderinger af emner kun er direkte tilgængelige gennem udspørgen, herunder interviews. Dette speciale vil anvende etnografiske interviews som forskningsinterviews, som vil blive udarbejdet på baggrund af observationerne, da det kan bidrage med en dybdegående og konkret indsigt i subjektets oplevelser og erfaringer i forhold til deres sociale kontekst (Spradley 1979). Interviewene skal desuden være med til at nuancere fund fra observationerne og give nye perspektiver til den videre analyse og idéudvikling til forandringsperspektivet i specialet.

Der vil både anvendes uformelle og formelle etnografiske interviews til dataindsamlingen (Spradley 1980). De uformelle interviews bliver anvendt løbende under observationerne ved at henvende sig uforpligtende til skolelærerne og skal bidrage med en dybere forståelse af en umiddelbart observeret situation. De formelle interviews udarbejdes ud fra Kvale og Brinkmanns (2009) anvisninger for semistrukturerede livsverdensinterviews, hvor formålet med dette er at forstå temaer fra indskolingsbørns daglige livsverden i skolen, ved at inddrage skolelærernes perspektiver, med henblik på at kunne fortolke betydningen af de beskrevne fænomener. Livsverden betyder en verden, som man møder i hverdagen og som foreligger i direkte eller umiddelbar oplevelse (Kvale, Brinkmann 2009). Hermed bidrager denne slags interview med at indhente dybdegående indblik i specialets problemfelt.

6.3.2.1 Udvælgelse af informanter

I dette speciale er skolelærerne valgt som kilde til viden, idet grønlandske folkeskolelærere er en gennemgående del af skolebørnenes livsverden (Spradley 1979). Ydermere har lærer qua deres læreruddannelse fået tillært værktøjer til at kunne understøtte og tage hånd om skolebørnenes motivation i de forskellige fag. Dermed kræver læreruddannelsen at skolelærerne udvikler kompetencer til at kunne varetage skolebørnenes motivation, både inden for teori og praksis (Institut for Læring 2015). Eftersom skolelærerne skal have kendskab til skolebørnenes motivation, formodes det at de har mulighed for at give et lærerfagligt perspektiv på indskolingsbørns motivation i forhold til fysisk aktivitet i skoledagen. Endvidere fremgår det, at børn under 8 år ikke er kognitivt i stand til at adskille motiverende faktorer, hvorfor dette ikke fordrer interviews af børnene (Pannekoek, Piek et al. 2013).

Med formålet at højne chancen for at lærerne ville medvirke i interviews, valgte specialegruppen at afvente med en forespørgslen de første par dage under observation. Først da specialegruppen havde fået en stærkere relation til lærerne, blev spørgsmålet om interview forelagt. Det findes ønskeligt at interviewe skolelærere som er tilknyttet til den observerede indskolingsklasse, da deres perspektiver kan bidrage med en forståelse af indskolingsbørnenes livsverden, samt de motiver der ligger til grund for fysisk aktivitet. Ifølge Spradley (1980) kan værdien af udtalelser fra personer tilhørende den undersøgte kontekst være af stor betydning, selvom de ikke selv er den undersøgte målgruppe. Dette skyldes, at disse til en vis grad selv agerer observatører uden selv at vide det (Spradley 1980). Derudover er det afgørende at udvælgelsen af informanter lever op til Spradleys kriterier for en 'god informant' (Spradley 1979). Udvalgelsen af informanterne er gjort på baggrund af Spradleys kriterier. Det er essentielt at informanterne har et indgående kendskab til kulturen på skolen, hvorfor informanterne skal være en del af det undersøgte felt (Spradley 1979). Ydermere er det et kriterium, at informanten er involveret og aktuell i den kulturelle scene (Spradley 1979). Disse kriterier er forsøgt opnået ved at lærerne har været fastansat på den undersøgte skole i mindst et år, og er tilknyttet som lærer til den observerede indskolingsklasse, da dette kan øge kendskabet til kulturen skolebørnene færdes i. Da antallet af lærere tilknyttet de observeret indskolingsklasser udgjorde fire personer, havde specialegruppen en forventning om, at interviewe dem alle. Megen viden om kulturen og adfærden kan ligge underbevidst og være underforstået, hvorfor det er essentielt, at forskeren ikke har et kendskab til kulturen for derved at opfylde det tredje kriterium om at have det mest produktive samspil mellem parterne. Ved at forskeren ikke har et kendskab, er denne mere sensitiv og opmærksom på de aspekter i kulturen, som informanterne finder indlysende og underforståede (Spradley 1979). For at imødekomme dette kriterium er det valgt at de to specialemedlemmer som har begrænset kendskab til den grønlandske skolekultur foretager observationerne og interviewene. Dette med begrundelsen, at observatørerne gennem observationerne opnåede et kendskab der kunne benyttes til interviewene.

Med formålet at indhente størst mulig datamængde, blev det valgt at udføre både uformelle og formelle interviews. Det uformelle giver mulighed for at interviewe skolelærerne løbende og impulsivt, som ikke kræver afsættelse af tid, mens de formelle interviews sikrer at skolelærerne har afsat tid til at snakke med specialegruppen. Slutteligt udgør en god informant enten en der er i stand til at beskrive hændelser uden analytisk

mening, eller ved at informanten byder ind med analyse og fortolkning af hændelserne (Spradley 1979).

6.3.2.2 Struktur og spørgsmålstyper i interviewene

Formålet med disse interviews er, at indsamle empiri til at belyse specialets problemfelt. Der vil benyttes en interviewguide indeholdende en vekselvirkning mellem spørgsmål afstedkommet på baggrund af foregående observationer, og spørgsmål rettet direkte mod lærerens erfaringer og oplevelser. De forløbne observationer identificerede tre arenaer med forskellige rammer for fysisk aktivitet, herunder frikvarter, boglige fag og idrætstimer. På baggrund af disse observationer er det valgt, at lade interviewguiden fokusere på frikvarter og idrætstimer, da observationerne viste at der her hyppigst forekom fysisk aktivitet.

Interviewene vil foretages som semistrukturerede interviews, da disse rummer et spænd mellem styring og åbenhed (Tanggaard, Brinkmann 2015a). Selve interviewguiden er derfor inddelt i henholdsvis emne, interviewspørgsmål og supplerende spørgsmål, hvor emne rummer en beskrivelse af de temaer der ønskes undersøgt. Graden af styring kommer til udtryk gennem de opstillede interviewspørgsmål, som skal sikre at interviewet kommer omkring alle de på forhånd ønskede emner. Det er der dertil valgt at opstille en række supplerende spørgsmål, som tjener til inspiration og støtte til moderatoren. Dermed vil moderatoren ikke være bundet til en streng rækkefølge, men i stedet have mulighed for at spørge yderligere ind til informantens svar, eller dreje samtalen i en anden retning når et emne vurderes tilstrækkeligt afdækket.

Spradley (1979) benævner tre forskellige spørgsmålstyper, deskriptive spørgsmål, strukturelle spørgsmål og kontrast spørgsmål. Det er valgt at benytte samtlige spørgsmålstyper, da disse, foruden deres individuelle styrker, kan sikre øget dynamik i interviewet. På baggrund af disse individuelle styrker er det valgt at benytte et beskrivende spørgsmål som åbningsspørgsmål, da denne type kan 'bryde isen' og sætte informanten i tale uden at det kræver en større betænkning (Spradley 1979). Denne holdning deles af Brinkmann & Tanggaard (2015a), som ligeledes pointerer den gavnlige effekt af at placere beskrivende spørgsmål først, da disse er lettest at besvare.

Denne type spørgsmål, som Spradley (1979) betegner som deskriptive, inddeles yderligere i en række subkategorier. Heriblandt ses spørgsmålstypen 'typisk mini-tur spørgsmål', som karakteriseres ved at informanten bedes beskrive et typisk scenarie inden for et specifikt område. Dette spørgsmål benyttes som åbnende spørgsmål i interviewguiden, hvor informanten bedes beskrive hvad børnene typisk foretager sig i frikvartererne. Informantens svar hertil kan efterfølgende opfølges med ét eller flere af de supplerende spørgsmål. Såfremt informantens svar ikke vurderes tilstrækkelig specifikt, kan spørgsmålstypen 'eksempel spørgsmål' benyttes til at bede informanten uddybe et fænomen, eksempelvis en leg (Spradley 1979).

I tilfælde hvor det ønskes at øge refleksiviteten hos respondenterne kan der blive gjort brug af spørgsmålstypen 'hypotetisk-interaktionistisk spørgsmål'. Ved denne type spørgsmål opstilles et tænkt eksempel, hvori informanten indsættes (Spradley 1979). Dette kunne eksempelvis forlyde: *"Hvis du forestiller dig at du gav børnene lov at vælge hvad de skulle lave i en idrætstime, hvad tror du så de vil vælge?"*. Denne type spørgsmål vil muligvis foranledige deskriptive svar om forskellige lege eller spil, og ikke begrundelsen herfor. Her vil moderatoren kunne vælge et supplerende spørgsmål der fordrer en begrundelse, for på den måde at få afklaret både de enkelte aktiviteter og begrundelsen herfor.

Det er yderligere valgt at medbringe et rangeringsskema (se bilag 5) inspireret af Spradleys (1979) rangeringsspørgsmål under kategorien kontrast spørgsmål. Dette skema udmærker sig ved at indeholde en række på forhånd opstillede faktorer samt åbne faktorer, hvorfra informanten bedes udvælge de vigtigste og mindst vigtige. I forlængelse af denne rangering er det således muligt at bede informanten begrunde hvorfor disse udmærker sig godt og dårligt (Spradley 1979). Valget af disse på forhånd opstillede faktorer beror sig på de foregående observationer, hvilke der suppleres af muligheden for at læreren kan benævne en ikke listet faktor.

Derved er det med interviewguiden forsøgt at skabe en varieret dialog, som ikke blot lister forskellige aktiviteter, men ligeledes søger begrundelse herfor, således disse svar kan benyttes til at belyse indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet. Forinden denne interviewguide blev taget i brug, er det valgt at udføre en pilottest for at sikre at forståelsen af spørgsmålene tilsvarende den intendede (Tanggaard, Brinkmann 2015a). Interviewguiden er derfor blevet fremlagt for en grønlandsk lærer, hvis anmærkninger og kommentarer efterfølgende er blevet benyttet til at tilpasse interviewguiden til den

undersøgte målgruppe. Dette resulterede i at det anvendte sprog i interviewguiden blev tilpasset lærernes begrebsverden, da nogle spørgsmål blev vurderet som værende formuleret unødvendigt fagspecifikke.

6.3.3 Transskribering

Efter udførelse af de tre formelle interviews i nærværende speciale, blev disse transskriberet fra mundtlig til skriftlig form, da transskribering af interviews netop muliggør en videre analyse (Kvale, Brinkmann 2009). Ved transskribering fastfryses den kontekstuelle mundtlige interaktion mellem interviewer og informant, hvilket imidlertid kan indebære visse problemstillinger. Eksempelvis kan det være vanskeligt at nedskrive kropssprog, stemmeføring og ironi (Tanggaard, Brinkmann 2015a). Valg af transskriberingsstrategi synes således at afhænge af det bagvedliggende formål med interviewet. I nærværende speciale anvendes en relativ enkel transskribering, da hovedformålet var at fastholde meningsindholdet i det sagte. Talesproget blev således nedfældet ordret, mens kropssprog, toneleje, host, 'øh' og latter som udgangspunkt blev undladt. Fremgangsmåden indbefattede imidlertid et forbehold i tilfælde af, at tonelejet eksempelvis blev vurderet essentielt for betydningen af det sagte, hvorfor dette tilmed kan medtages i transskriberingen, se bilag 8.

Transskriberingen i nærværende speciale fandt sted samme dag som det udførte interview, da transskribering kortvarigt efter endt interview kan sikre en højere overensstemmelse mellem det sagte og det skrevne (Tanggaard, Brinkmann 2015a). Disse transskriptioner blev foretaget af moderatoren for det enkelte interview, samt eftergået af observatøren, for herved at minimere risikoen for mulige slåfejl samt drøftelse af tvetydige fortolkninger (Kvale, Brinkmann 2009).

6.4 Systematisk litteratursøgning

Den systematiske litteratursøgning skal bidrage til en nuancering og dybere forståelse i specialets diskussion. De vigtigste overvejelser i henhold til søgestrategi og valg af databaser vil blive præsenteret i nedenstående, mens en dybere udspecificering af litteraturstudiet er beskrevet i søgebilaget, bilag 1.

Med formålet at systematisere litteratursøgningen på tværs af forskellige databaser og kunne reproducere disse, er der indledningsvist udarbejdet en standardiseret søgeprotokol. Protokollen er udfærdiget med afsæt i en modificeret udgave af PICO modellen, hvilken bliver benævnt som PICo. Begrundelsen for valg af PICo modellen er, at den oprindelige model (PICO) primært er rettet mod studier som gør brug af interventioner, mens litteratursøgningen som ligger til grund for nærværende projekt er rettet mod at undersøge et kvalitativt fænomen. Søgningen blev således systematiseret med udgangspunkt i PICo modellens søgefacetter; Population, Phenomena of Interest og Context (KILDE). Phenomena of Interest er opdelt i to facetter, da det er inspireret af problemanalysen, som angiver at specialegruppen ønsker at undersøge grønlandske indskolingsbørns motivation for fysisk aktivitet, da dette område er ukendt.

Tabel 1: Illustration af de anvendte søgeord i de respektive facetter. Disse er bygget op efter PICo modellen.

Facet 1 Population	Facet 2 Phenomena of Interest b	Facet 3 Phenomena of Interest a	Facet 4 Context
Child	Motivation	Physical Activity	School

Søgeordene i de respektive facetter er bestemt med afsæt i det undersøgte genstandsfelt, omhandlende indskolingsbørns motiver for fysisk aktivitet. Populationen, facet 1, udgøres således af børn, mens fænomenerne som har specialegruppens interesse, facet 2 og 3, er fysisk aktivitet og motivation. Konteksten som fænomenet udspiller sig i, facet 4, er skolen, se tabel 1.

I henhold til de fire anvendte facetter er relevante søgeord og synonymer bestemt med afsæt i keywords identificeret i den eksisterende litteratur, samt ved gennemgang af thesaurusfunktion i databaser, hvor denne funktion er tilgængelig. Søgetermer placeret i samme facet blev kombineret med den boolske operator OR, hvormed søgningen udvides. Søgetermer kategoriseret i forskellige facetter kombineres med operatoren AND, hvormed søgningen specificeres til at omhandle det undersøgte genstandsfelt. Søgningen blev initieret d. 01.04.16 med tilgang fra Aalborg Universitetsbibliotek og afsluttet d. 15.04.16. Databaserne PubMed, Sociological Abstracts, PsycInfo og Cinahl

blev vurderet som anvendelige med udgangspunkt i, at specialets problemfelt omhandlende skolebørns motivation for fysisk aktivitet udgør et komplekst fænomen, hvilket både behandles inden for det psykologiske, socialkonstruktivistiske og biomedicinske domæne. I tillæg til den systematiske søgning har specialegruppen tilmed gjort brug af litteratur fremsøgt ved kædesøgning.

6.5 Analysestrategi

I nærværende speciale blev observationer og tre formelle interviews initieret med formålet at besvare nærværende speciales problemformulering. Med formålet at analysere dette, blev de respektive transskriberinger og feltnoter underlagt en meningsanalyse. En meningsanalyse tager som oftest udgangspunkt i en meningskodning, hvilket indebærer, at tekstsegmenter fra det transskriberede materiale sorteres efter relevante nøgleord (Tanggaard, Brinkmann 2015a). Kodningen påbegyndes ved gennemlæsning af materialet, hvilket benævnes som en datastyret fremgangsmetode (Kvale, Brinkmann 2009). Tilgangen tilvejebringes med formålet, at sikre data som værende styrende.

Et værktøj der bruges i nærværende speciale for at organisere og repræsentere de nye kontekstuelle perspektiver er Spradleys (1980) taksonomiske analyse, som viser, hvordan de induktive koder kan gruppere sig i forhold til hinanden. Grundlaget for den taksonomiske analyse er de fokuserede observationer, som er indsamlet (Spradley 1980) samt de foretagne interviews. I den taksonomiske analyse sammenholdes koderne for ligheder og forskelle, hvor derved at fremstille kontekster i konteksten, som en hierarkisk opbygning (Spradley 1980). Dette organiseres grafisk i form af et kodetræ for at kunne illustrere hvilke koder specialegruppen har fremfundet og samlet til kategorier. Vejen fra kategorier til henholdsvis subtemaer og temaer er endvidere illustreret i kodetræet, jf. bilag 9. Den taksonomiske analyse er ikke et udtømmende billede på konteksten, men et billede på, hvad der optræder i de empiriske fund (Spradley 1980).

6.5.1 Hermeneutisk meningsfortolkning

De transskriberede interviews og feltnoter blev efter meningskodningen underlagt en hermeneutisk meningsfortolkning. Ifølge Kvale og Brinkmann (2009) tager en meningsfortolkning udgangspunkt i, at teksterne fortolkes i en cirkularitet, hvilket henleder til, at fortolkningen kontinuerligt forløber i en frem- og tilbagegående proces. I kombination med en intuitiv forståelse af materialet, så blev materialet i nærværende

speciale således fortolket i mindre tekststykker, for efterfølgende at blive sammensat på ny, i relation til en helhedsforståelse.

Specialegruppen benytter en multiple perspektivistisk fortolkning, hvilket ifølge Kvale og Brinkmann (2009) bevirker, at forskerne tillægger tekstmaterialet individuelle perspektiver og spørgsmål. Fortolkningerne nuanceres således, og fremgangsmåden vil mindske risikoen for ensidige fortolkninger som underbygger egne konklusioner. Med udgangspunkt i dette rationale fremsatte specialegruppen, at alle specialemedlemmer skulle deltage i kodningsprocessen og at denne skulle forløbe individuelt. Herefter sikres der en dialogisk intersubjektivitet ved at alle specialemedlemmer indgår i en kritisk diskussion af koderne og analysen heraf (Kvale, Brinkmann 2009).

6.6 Etiske overvejelser

Nærværende speciale indbefatter en kvalitativ undersøgelse i form af observation og interview. Der er mange aspekter i forskningsetikken som skal gennemtænkes fra den konkrete interaktion med og repræsentation af de mennesker og miljøer, som man studerer, til formidling af resultaterne. Særligt kendetegnede for observation er, at der foregår en konstant og kontinuerlig refleksion over de etiske aspekter der kan forekomme undervejs i forskningen, hvorfor det er afgørende betydning at disse diskuteres mellem specialemedlemmerne, så de kan justeres og tilpasses i løbet af forskningsprocessen. Desuden er der ikke en fast etisk protokol i etnografisk feltarbejde, som danner rammer for, hvordan forskningsprocessen skal foregå (Tjørnhøj-Thomsen, Whyte 2011). Derfor er det valgt, at dette speciale tager udgangspunkt i de fire grundlæggende etiske grundregler, der er forbundet med udførelsen af kvalitative undersøgelser, værende informeret samtykke, fortrolighed, konsekvenser og forskerrollen, for derigennem at sikre nogle etiske retningslinjer (Tjørnhøj-Thomsen, Whyte 2011, Kvale, Brinkmann 2009, Brinkmann 2015).

Specialet gør brug af informeret samtykke ved interviews, hvilket der omfatter information om de udforskedes fortrolighed, og at de har ret til ikke at udtale sig og kan trække sig ud af undersøgelsen (Kvale, Brinkmann 2009). Det kan dog være vanskeligt at sikre, at informanterne i forskningsfeltet ikke får oplysninger om hinanden, da de kan genkende egne og andres udtalelser eftersom de optræder i den samme kontekst (Tjørnhøj-Thomsen, Whyte 2011). De ovenstående etiske retningslinjer bliver forsøgt opnået i de uformelle interviews ved at informere skolelærerne om, hvordan og hvilke

aspekter af samspillet der vil blive brugt i specialet, og ved at forsikre dem at deres udtalelser er fortrolige. Denne information bliver givet til skolelærerne hver gang en uformel samtale forløber sig. Derved sikres det at hverken folkeskolen genkendes eller at forskningen bevirker stigmatisering af skolelærerne, samt negativ omdømme, hvilket anbefales af litteraturen (Tjørnhøj-Thomsen, Whyte 2011). Til de formelle interviews bliver skolelærernes samtykke sikret med en samtykkeerklæring, jf. bilag 7, for derved at få tilladelse til fremtidig brug af udtalelser, samt mundtlig information om specialets formål (Kvale, Brinkmann 2009). Der er indhentet tilladelse til at observere gennem de respektive skolers skoleinspektører, som med deres stilling har bevilliget observation på skolen. I denne forbindelse blev der ligeledes sikret tilladelse til at tage billeder af skolegårdene uden for skolernes åbningstid, således at børnene ikke kunne ses på billederne. Både de interviewede skolelærere og skoleinspektører blev sikret anonymitet både mundtligt og skriftligt, se bilag 7. Dermed bliver informanternes identitet ikke angivet som litteraturen anbefaler (Tjørnhøj-Thomsen, Whyte 2011).

Forud for specialet blev der ligeledes overvejet, hvilke konsekvenser deltagelse i interviews kunne have for lærerne. Særligt var der fokus på at informanterne ikke oplevede konsekvenser i deres professionelle virke, såsom stigmatisering på arbejdspladsen ved at have udtalt sig om emner de senere hen ville fortryde (Tjørnhøj-Thomsen, Whyte 2011, Kvale, Brinkmann 2009). Idet der søges viden om faktorer der har betydning for skolebørnenes motivation til fysisk aktivitet, er det ikke specialegruppens opfattelse, at disse emner fremstår stødende under interviews.

Slutteligt skal forskerrollen overvejes, da forskeren ifølge Brinkmann (2015) er det primære forskningsredskab. Det er forskeren som er genstand til den kvalitative viden, da det er forskeren som foretager sig iagttagelser, stiller spørgsmål og lytter efter svar. Derfor er det afgørende, at forskeren er reflektiv og kan kende sin egen forforståelse og holdning, så disse ikke påvirker forskerens handlinger i forskningsfeltet (Brinkmann 2015, Kvale, Brinkmann 2009). Derfor er det valgt en eksplorativ tilgang til dataindsamlingen, hvor forskerens forforståelse sættes i parentes. Dette gøres med henblik på, at undgå at personlige holdninger påvirker den kvalitative viden.

7. TEORIEN OG DENS ROLLE

I det følgende forelægges og begrundes motivationsteorien *Self-Determination Theory*. Inddragelsen af teorien vil have til formål at begrebsliggøre og nuancere de empiriske fund i analysen, diskussionen samt forandringsperspektivet.

Gennem årtier har forskere, trænere, lærere med flere været optaget af, hvad der driver individer til at udføre en bestemt handling, samt hvad der faciliterer, underminerer og fastholder denne drivkraft hos individet. Motivation kan defineres som den proces, hvor individet initierer og opretholder en målrettet aktivitet (Hartnett 2009). Motivation kan således linkes til individets kognitive og følelsesmæssige system, herunder individets tanker, tro og målsætninger (Hartnett 2016). En person der ikke føler nogen fremdrift eller inspiration til at handle, kan således karakteriseres som værende umotiveret, mens en person der er aktiv i henhold til at opfylde et bestemt mål er motiveret (Ryan, Deci 2000a). Den eksisterende litteratur adresserer hovedsageligt to forskellige hovedretninger inden for motivation. Hvor den ene tilgang anser motivation som en relativ statisk størrelse, betragter den anden hovedretning motivation som en foranderlig størrelse, hvor motivationen udgør et resultat af dynamiske interaktioner mellem individet og det omgivende miljø (Hartnett 2009). At motivationen skabes i et dialektisk forhold mellem individets naturlige ageren og konteksten individet befinder sig i, udgør netop grundlaget for Self-Determination Theory (Deci, Ryan 2002). Ryan og Deci (2002) angiver i deres teori, at motivationen både kan variere i grad, samt at motivation kan være orienteret mod forskellige forhold. Eksempelvis vil motivationen for at spille rundbold i frikvarterne givetvis være forskellig skolebørnene imellem i en klasse, ligesom motivationen kan være afledt af forskellige forhold. Nogle skolebørn deltager eksempelvis, da de finder aktiviteten sjov, mens andre deltager grundet lærerens dessiner herom.

I Self-Determination Theory skelnes mellem *intrinsic motivation* og *extrinsic motivation* (Ryan, Deci 2000a). *Intrinsic motivation* refererer til indre motivation, hvilket kan komme til udtryk ved, at individet udfører en bestemt handling, fordi denne findes spændende, udfordrende eller sjov (Deci, Ryan 2002). Dette kan eksempelvis forløbe ved, at skolebørnene på frivillig basis leger i skolegården, hvormed det ikke er lærerne som dikterer forløbet, men alene skolebørnenes indre motivation som ligger til grund for deres adfærd. *Extrinsic motivation* refererer til en ydre motivation, hvilket kan komme til

udtryk ved, at individet udføre en bestemt handling på baggrund af et udefra kommende stimuli, eksempelvis ved belønningssystemer (Ryan, Deci 2000a). I førnævnte fiktive scenario omhandlende børn i skolegården, kunne en ydre motivation praktiseres ved, at det var lærerne som beordrede at alle børnene skulle lege, hvormed det var lærerens motiver som lå til grund for børnenes adfærd.

Self-Determination Theory bygger på antagelsen om, at mennesket, uagtet kulturelt ophav, stræber mod at højne sin psykologiske udvikling, integritet og velvære. Mennesket kan således betragtes som en organisme, der via sin "natur" forsøger at tilstræbe en forudbestemt tilstand. Self-Determination Theory anerkender imidlertid også at teorien ikke afskriver muligheden for, at menneskets adfærd er under indflydelse af det omgivende miljø. Self-Determination Theory medtager således perspektiver fra flere filosofiske anskuelser, da motivation på den ene side betragtes som et resultat af universelle psykologiske behov, men samtidig påpeger, at graden af motivation både kan faciliteres eller undermineres i en vekselvirkning med det omgivende miljø (Deci, Ryan 2002).

I relation til den indre motivation, fremhæver Deci og Ryan (2000a) tre basale behov, hvilke der er af betydning for menneskets oplevelse af motivation. Det første behov benævnes *autonomi*, og refererer til, at mennesket har et iboende ønske om at være selvstændigt, herunder at kunne forfølge egne interesser og egenrådigt kunne træffe beslutninger, når der udføres aktiviteter (Ryan, Deci 2000b). Eksempelvis vil lærere som er dikterende for legene i skolegården, muligvis underminere skolebarnets oplevelse af autonomi og dermed, ifølge Self-Determination Theory, potentielt mindske skolebørnenes indre motivation for deltagelse. I Self-Determination Theory udgør *kompetence* det andet basale behov, og refererer til at mennesket har et iboende ønske om effektivt at kunne interagere med miljøet (Ryan, Deci 2000b). Indebærer aktiviteter i skolegården eksempelvis, at barnet føler sig kompetent til at praktisere den pågældende aktivitet, vil dette højne skolebarnets indre motivation. Føler barnet sig modsætningsvis inkompetent i den givne aktivitet, vil dette mindske skolebarnets indre motivation. Det sidste behov i motivationsteorien benævnes *tilhørsforhold*, og refererer til individets iboende ønske om at føle sig forbundet med andre, eksempelvis som værende medlem af en gruppe. Behovet for tilhørsforhold er opfyldt, når individet føler et fællesskab og tætte

relationer til andre (Ryan, Deci 2000b). Føler skolebarnets sig eksempelvis integreret i et fællesskab i skolegården ved en given fysisk aktivitet, vil behovet for tilhørsforhold være opfyldt, hvilket fremmer barnets indre motivation for aktivitet. Af den fremsøgte litteratur bliver de tre behov ikke kategoriseret hierarkisk, hvorfor disse må betragtes som værende ligestillede. Altså er det som udgangspunkt ikke vigtigere at opfylde det ene behov frem for det andet, når motivation skal fremmes. Ydermere fremsætter teorien ikke, hvorvidt ét eller flere af de nævnte behov skal være dækket, før en høj motivation kan tilvejebringes. De tre behov skal alene betragtes som særskilte psykologiske behov, hvilke enten kan tilskynde til, eller hæmme graden af motivation, afhængigt af om de dækkes (Ryan, Deci 2000b, Ryan, Deci 2000a, Deci, Ryan 2002).

I Self-Determination Theory udgør ydre forhold omdrejningspunktet, når motivationen hos et individ skal fremmes (Ryan, Deci 2000b). Det sundhedsfaglige arbejde, i relation til at fremme fysisk aktivitet, skal således rettes mod, at fremme og minimere ydre faktorer, som henholdsvis understøtter og underminerer de førnævnte psykologiske behov; *autonomi, kompetence og tilhørsforhold*.

8. LITTERATURSTUDIETS RESULTATER

Ved gennemgang af de fire udvalgte databaser resulterede den systematiske litteratursøgning i 415 studier, hvoraf 85 af disse blev vurderet relevante i henhold til at belyse projektets genstandsfelt. Af disse efterlevede 11 de opstillede kriterier, hvilke således udgør grundlaget for litteraturstudiet, se bilag 1 for søgebilaget og 10 for yderligere uddybning af litteraturvurderinger.

Foruden at skulle efterleve de opstillede kriterier, har studierne været underlagt en kvalitetsvurdering med formålet at belyse studiernes udsagnskraft. Til gennemgang af de kvantitative studier har specialegruppen ladet sig inspirere af tjeklisten STROBE, mens gennemgangen af kvalitative studier er inspireret af CASP-tjeklisten, hvormed studiernes metodiske styrker og svagheder er anskueliggjort. Således er studierne blevet vurderet med øje for potentielle bias, justering af confoundere, redegørelse af missing data med videre. Ydermere har specialegruppen vurderet studiernes udsagnskraft med udgangspunkt i, hvorvidt den anvendte målpopulation i studierne er sammenlignelig med målpopulationen anvendt i nærværende speciale. Dette specielt med forbeholdet, at der kan forekomme kulturelle såvel som kontekstuelle forskelle mellem studier initieret i vesten, sammenholdt med studier iværksat i de cirkumpolar regioner, herunder Grønland. Af samme årsag har specialegruppen ikke alene vurderet studiernes udsagnskraft med afsæt i et evidenshierarki, men ligeså ladet sig inspirere af det rationale, som ligger til grund for evidensstypologi. Den bagvedliggende tankegang i henhold til evidensstypologi er, at studiedesignets udsagnskraft blandt andet skal bestemmes med afsæt i studiets formål og den pågældende kontekst (Rieper, Foss Hansen et al. 2007).

Typisk vil et *Randomized Controlled Trial* (RCT) studie indebære stor udsagnskraft, hvis det undersøgte fænomen er relativt enkelt, kan monitoreres ved en standardiseret fremgangsmetode, samt hvis konteksten er relativ ensartet. Modsætningsvis er casestudier velegnede til at beskrive et sammensat og komplekst fænomen, hvor konteksten varierer betydeligt, samt hvis der forekommer begrænset forhåndsviden om årsagsvirkninger (Rieper, Foss Hansen et al. 2007).

Med tanke på, at det undersøgte fænomen i nærværende speciale synes at være relativt komplekst og uden åbenlyse årsagssammenhæng, så fremfører evidensstypologi-

tankegangen, at et RCT-studie ikke uforbeholdent, skal tillægges større udsagnskraft, sammenholdt med eksempelvis et casestudie.

Design	Deltager	Emne	Fund	Overførbarehed
(1) Greet Cardon a, Valery Labarque, Dirk Smits, Ilse De Bourdeaudhuij. (2009) "Promoting physical activity at the pre-school playground: The effects of providing markings and play equipment"				
Kontrolleret randomiseret studie	40 offentlige skoler fra Belgien. Børn med en gennemsnitsalder på 5,3 år SD 0,4.	Undersøger effekten af at indføre markeringer og legetøj på fysisk aktivitet blandt børn.	De forskellige interventioner leder ikke til øget fysisk aktivitet. Hvis der er mindre supervision af lærere leder det til øget fysisk aktivitet.	Alderen for børnene i studiet er tilsvarende med børnene i nærværende speciale, hvilket underbygger overførbareheden.
(1) Nicola D. Ridgers, Gareth Stratton, Stuart J. Fairclough, Jos W.R. Twisk. (2007) "Long-term effects of a playground markings and physical structures on children's recess physical activity levels"				
Et longitudinelt studie.	Én interventionsgruppe (N=15 skoler) og én kontrolgruppe (N=11 skoler) med opfølgning efter seks uger og efter seks måneder. 26 skoler fra England fra et dårligt socioøkonomisk stillet område. 470 børn i alt. 232 drenge og 238 piger. Gennemsnitsalder 8,1 år.	Undersøger om omstrukturering af skolegården med fokus på markeringer, farvede områder og fodboldmål samt basketballkurve fremmer fysisk aktivitet.	Statistisk signifikant stigning i fysisk aktivitet blandt de 15 interventionsskoler sammenlignet med de 11 kontrolskoler.	Børnene anvendt i dette studie kommer fortrinsvist fra et dårligt socioøkonomiske område. I nærværende speciale synes det ikke at være tilfældet, at børnene i samme omfang er opdelt iht. socialklasse. Hvorvidt der er forskel på motivationsfaktorer afhængigt af socialklasse er

				uvist. Aldersgruppen er sammenlignelig med specialets undersøgte målgruppe.
(1) Rebecca M. Stanley, Kobie Boshoffb, James Dollmana. (2012) "Voices in the playground: A qualitative exploration of the barriers and facilitators of lunchtime play"				
Kvalitativt observationss studie med uformelle samtaler med skolebørnene.	54 Sydaustralske børn i alderen 10-13 år.	Undersøger børnenes opfattelse af faktorer der påvirker deres engagement for fysisk aktivitet i frikvarterene.	Barrierer for fysisk aktivitet: Mobning/mobbere, skoleuniformen, regler for hvor og hvad de må lave, manglende plads og faciliteter/udstyr. Fremmede: Faciliteter/udstyr, glæde, forbedring af evner/færdigheder, støtte og social accept. Frihed til at modificere/ændre regler.	Børnene i studiet er ældre end indskolingsbørnene i nærværende speciale, omend forskellen er lille. Da informanterne kommer fra Australien kan der således foreligge forskelle mellem disse og specialets målgruppe.
(3) Heather E. Erwin, Megan Babkes Stellino, Michael W. Beets, Aaron Beighle, and Christine E. Johnson. (2013) "Physical Education Lesson Content and Teacher Style and Elementary Students' Motivation and Physical Activity Levels"				
Et longitudinelt studiedesign	Alle 3-5 klasses skolebørn fra to offentlig folkeskoler i USA blev inviteret til at deltage. Af total 928 adspurgte 3-5	At undersøge hvordan forskellig undervisningsform (individuel vs. lærefokuseret undervisning) og forskellige sport (individuel sport vs.	Det højeste aktivitetsniveau blev registreret ved TNC (team-sport uden valgmuligheder for skolebørnene) og TC (Team-	Da respondenterne kommer fra USA kan der muligvis forekomme forskelle mellem disse og børnene i nærværende speciale.

	klassens skolebørn, så valgte 313 at deltage i undersøgelsen. Grundet forskellige problematikker, herunder fejl ved brug af accelerometer, blev yderligere 21 frasortet. Afslutningsvis deltog 292 børn (51% piger), alder 9–13 år.	holdsport) påvirker graden af skolebørnenes motivation og mængden af fysisk aktivitet.	sport, hvor skolebørnene selv kunne vælge) sammenholdt med INC (individuel sport med ingen valgmulighed) og IC (individuelt sport med valgmulighed). Dette var dog ikke signifikant. En større procentdel af idrætstimerne blev benyttet under moderat til høj aktivitet for undervisningen TNC og IC, sammenholdt med undervisningen INC og TC. Efter hver idrætstime blev skolebørnenes motivations score (SDT) målt ved brug af SIMS spørgeskemaet. Resultaterne viste, at der ikke var forskel på børnenes motivationsscore til trods for, at de har modtaget forskellig undervisning. Undervisningsformen og valg af sportsaktivitet havde således ingen indflydelse på skolebørnenes motivation.	Aldersgruppen er endvidere ikke tilsvarende med indskolingsbørnene i nærværende speciale, omend aldersforskellen synes at være lille.
(3) Weiyun Chen. (2014) “Psychological needs satisfaction, motivational regulations and physical activity intention among elementary school students”				
Tværsnitsstudie	I alt deltog 291 skolebørn fra 3-6 klasse. Af de 291	Studiet havde til formål at belyse, hvorvidt	En stor følelse af autonomi var positivt korreleret med indre	Da respondenterne kommer fra USA kan der muligvis

	skolebørn var 38 (13.1%) 3-klasses skolebørn, 86 (29.6%) 4-klasses skolebørn, 138 (47.4%) 5-klasses skolebørn og 29 (10%) var 6 klasses skolebørn. Skolebørnenes alder rangerede fra 8 til 12 år (M = 9.96 år, SD = .936	skolebørnenes følelse af autonomi, kompetence og tilhørsforhold kunne associeres med henholdsvis en indre eller ydre motivation. Ydermere havde studiet til hensigt at undersøge, hvorvidt indre eller ydre motivation kunne associeres med skolebørnenes intensjonen om at være fysisk aktiv.	motivation. Scorede skolebarnet således højt på spørgsmålene omhandlende følelsen om autonomi i idrætsundervisningen, så var dette statistisk associeret med, at skolebarnet også var indre motiveret for fysisk aktivitet. Ligeledes var en høj score af kompetence tilmed associeret med indre motivation. Det samme mønster var gældende for tilhørsforhold, da en høj score af dette behov var positivt associeret med indre motivation. Studiet viser at indre motivation var positivt associeret med intentionen om at dyrke meget fysisk aktivitet i fremtiden.	forekommer forskelle mellem disse og børnene i nærværende speciale. Aldersgruppen er endvidere ikke tilsvarende med indskolingsbørnene i nærværende speciale, omend aldersdifferencen synes at være er lille.
(3) Anne Cox og Lavon Williams. (2008) “The Roles of Perceived Teacher Support, Motivational Climate, and Psychological Need Satisfaction in Students’ Physical Education Motivation”				
Tværsnitsundersøgelse	I alt deltog 508 skolebørn fra 5-6 klassetrin i undersøgelsen. Gennemsnitsalderen var 11.38 år.	At undersøge, hvorvidt skolebørnenes motivation i henhold til Self-Determination Theory, medieres gennem lærernes støtte og det omgivende miljø/klima i klassen.	Resultaterne viste, at når skolebørnene følte at de havde lærers støtte og indgik i et trygt miljø, så var dette positivt associeret med at score højt på en Self-Determination skala (autonomi, kompetence og	Da respondenterne kommer fra USA kan der muligvis forekomme forskelle mellem disse og børnene i nærværende speciale. Aldersgruppen er endvidere ikke tilsvarende med indskolingsbørnene i

			tilhørsforhold). Resultatet indikerer således, at den sociale relation til læren og konteksten (miljøet) skolebarnet befinder sig i, kan mediere skolebørnenes følelse af motivation til fysisk aktivitet.	nærværende speciale, omend aldersdifferencen synes at være er lille.
(2) Kent Griffin, Karen Meaney & Melanie Hart. (2013) “The Impact of a Mastery Motivational Climate on Obese and Overweight Children's Commitment to and Enjoyment of Physical Activity: A Pilot Study”				
Longitudinelt studiedesign	I studiet deltog sammenlagt 43 skolebørn fra henholdsvis 3 klasse (n10), 4 klasse (n15) og fra 5 klasse (n18). Gennemsnitsalderen var 10 år.	At undersøge, hvorvidt anvendelsen af et program (SAFE-program), rettet i mod at styrke Mastery Motivational Climate (et opgaveorienteret undervisningsmiljø), ville højne skolebørnenes følelse af engagement og glæde for fysisk aktive.	Studiet viste en signifikant forskel ved brug af SAFE-programmet, idet børnenes engagement og glæde for fysisk aktivitet var steget ($P < .001$). Tillige viste resultaterne, at børnene var mere aktive af moderat til hård intensitet, ved SAFE-programmet, sammenholdt med den traditionelle undervisningsform.	De medvirkende børn havde en BMI svarende til den 85'ene percentil af børn generelt. I denne sammenhæng er der uoverensstemmelse med børnene i nærværende speciale, som ikke differentierer iht. Overvægt.

(2) Ping Xiang, April Buenea, Ron E. McBride. (2004) "Using achievement goal theory to assess an elementary physical education running program"

Longitudinelt studiedesign	I studiet deltog 116 børn. Børnene blev fulgt fra 4-klasse til de (omtrent) gik ud af folkeskolen.	Studiet tager udgangspunkt i den teoretisk anskuelse, Achievement Goal Theory (vægter aktiviteter som er meningsfuldt for skolebørnene højt, erkender den enkelte skolebarn progression, og evaluere skolebørnene med udgangspunkt i deres individuelle udvikling) Studiet undersøger hvorledes forskellige læringsmiljøer influerer skolebørnenes motivation for at deltage i et løbeprogram i skolen.	Studiet viser, at de skolebørn som var mastery goals orienteret, var positivt signifikant associeret med deres Persistence/effort. Det vil sige, jo mere de var Mastery orienteret, desto mere vedholdende var de i deres løbeprogram.	Studiet benytter sig af børn som løber fra 4-klasse til disse går ud af skolen. Der kan således være stor aldersspredning fra de ældste skolebørn i studiet til indskolingsbørnene i nærværende speciale. Studiet omhandler børnenes motivation for deltagelse i et løbeprogram i skolen. Motivationsfaktorer forbundet hermed kan muligvis være anderledes end de som forekommer i nærværende speciale.
----------------------------	--	---	--	--

(2) Lina Engelen, Anita C. Bundy a , Geraldine Naughton b , Judy M. Simpson, Adrian Bauman, Jo Ragen, Louise Baur, Shirley Wyver, Paul Tranter, Anita Niehues, Wendy Schiller, Gabrielle Perry, Glenda Jessup, Hidde P. van der Ploeg. (2013) "Increasing physical activity in young primary school children — it's child's play: A cluster randomised controlled trial"

Randomiseret kontrolleret studie	I alt gennemført 206 børn undersøgelsen (control: n=99, intervention: n=107). Gennemsnitlig alder ved baseline var 6 år (range 4.7–7.3 år)	At undersøge hvorvidt en skolegård med løse remedier kan være medvirkende til, at skolebørnene bliver mere fysisk aktive i skolegården i frikvarteret.	Studiet fremviste en lille men signifikant forskel på interventionsgruppen og kontrolgruppen iht. Counts (enheder for fysisk aktivitet) (9.4 counts (×1000), 95% CI	Der kan som udgangspunkt være stor forskelle på skolegårde iht. antallet af remedier. Dette kan få betydningen, at tilføjes deres nye remedier til en
----------------------------------	--	--	---	---

			3.5 to 15.2, $p=0.002$). For minutter gjaldt det, at interventionsgruppen, var 1.8 minutter længere aktiv, af moderat til hård intensitet (1.8 min, 95% CI 0.5 to 3.1, $p=0.006$), og interventionsgruppen havde mindre siddende aktivitet, svarende til 2.1 minutter (2.1 min, 95% CI 0.5 to 3.8, $p=0.01$). Skolegårdens størrelse per skolebarn havde ingen signifikant betydning for, om skolebørnene var mere eller mindre fysisk aktive.	skole som allerede har mange remedier, vil dette muligvis afstedkomme mindre betydning for børnenes fysisk aktivitetsniveau, sammenholdt med en skole, hvor der er få remedier.
(2) O. Lopez-Dicastillo, G. Grande og P. Callery (2013) “School children’s own views, roles and contribution to choices regarding diet and activity in Spain”				
Kvalitativt observations studie	I alt deltog 48 børn i alderen 5-7 år fra en offentlig skole.	Formålet med denne undersøgelse var at belyse skolebørnenes egne perspektiver på fysisk aktivitet. Perspektiver der kan være medvirkende til at nuancere den eksisterende forskning om indsatser rettet mod øget fysisk aktivitet blandt børn i skolen.	De forskellige interview viste at børnene anså fysisk aktivitet som en måde at lære nye ting, mestre en aktivitet og sosialisere sig. En motivationsfaktor for at være fysisk aktiv var, at børnene kunne være aktive med deres venner eller søskende.	Børnenes alder i studiet stemmer godt overens med indskolingsbørnene i nærværende speciale.

(4) Gabriel J. Sanders (2012) “A friend versus a group of friends effect on physical activity behavior in 6-10 year old children”				
Eksperimente rende kontrolleret forsøg	Respondenterne bestod af i alt 6 børn (n = 3 piger, n = 3 drenge) i aldersgruppen 6-10 år.	Studiet havde til formål at undersøge sammenhængen mellem fysisk aktivitet når børn færdes alene, med en ven eller som i en gruppe (4 børn).	En mixed-effekt model viste, at der var signifikant forskel på om børnene legede alene, med en ven eller i en gruppe. Accelerometer målingerne viste, at børnene var signifikant mere aktive når de legede med en ven ($p = .009$) eller i en gruppe ($p = .003$), sammenholdt med når de legede alene.	Aldersgruppen i studiet er lidt ældre en indskolingsbørnene, hvilket kan influere på overførbareheden.
(1) = PubMed (2) = Cinahl (3) = PsycInfo (4) = Kædesøgning				

Tabel 2: Oversigt over anvendte artikler, herunder deres design, deltagere, emne, fund og overførbarehed til nærværende speciale (for yderligere uddybning og vurdering af litteraturen se bilag 10).

Den systematiske litteratursøgning resulterede i 11 studier, hvilke blev fundet egnet til at give indsigt i genstandsfeltet omhandlende motivation og fysisk aktivitet blandt indskolingsbørn. De 11 studier udgøres af to tværsnitsundersøgelser, tre longitudinelle undersøgelser og fire randomiserede kontrollerede studier, samt to kvalitative undersøgelser. Grundet sparsomt litteratur omhandlende motivation og fysisk aktivitet blandt inuitter, blev det vurderet relevant at inddrage litteratur andetsteds fra. Studier fra henholdsvis USA, Australien, Spanien, Belgien og England blev således inddraget i specialet. Studierne kan betegnes som relativt nye, idet den tidsmæssige adspredelse studierne imellem ranger fra 2004 til 2013. Intervallet for skolebørnenes alder i de inkluderede studier spænder fra 4 år til 13 år.

8.1 Syntese af litteraturstudiets fund

Ved gennemgang af studierne har specialegruppen lokaliseret forskellige emner i henhold til børn, motivation, fysisk aktivitet og skoler, hvilke vil blive oplistet i det følgende. Ved syntese af den fremsøgte litteratur vil specialgruppen søge, at udlede en helhedsforståelse inden for hver af disse emner.

8.1.1 Fællesskab

Af det samlede antal studier, behandler fem af disse, hvorvidt en undervisning som bærer præg af fællesskab skolebørnene imellem, har betydning for skolebarnets motivation for at være fysisk aktiv. Studiet af Erwin, Stellino et al. (2013) fremviser, at når læreren underviser i en holdsport, er skolebørnene mere fysisk aktive, sammenholdt med når læreren underviser i en individuel sport. Et lignende fund er gjort af Sanders (2012) som ved brug af et kontrolleret eksperimenterende design viser, at de skolebørn som enten leger med en ven eller i en gruppe var signifikant mere aktive, sammenholdt med børn som leger alene. De kvantitative studier indikerer således, at fysisk aktivitet kan fremmes når skolebørnene indgår i et fællesskab om den givne aktivitet. Ovenstående fund understøttes af det kvalitative observationsstudie forfattet af Lopez-Dicastillo, Grande et al. (2013). Heri oplyser skolebørnene, at én af de primære årsager til at de var fysisk aktive er, at de kunne være sammen med deres venner (Lopez-Dicastillo, Grande et al. 2013). I studiet af Stanley, Boshoff et al. (2012) konkluderer forskerne ligeledes, ud fra 11 fokusgruppeinterview med 4. klasses børn, at en hæmmende faktor for fysisk aktivitet i spisepausen er, at der ikke er nogen at lege med. Studiet af Weiyun Chen (2014)

undersøger endvidere ved brug spørgeskema, hvorvidt skolebørnenes angivelse af tilhørsforhold til de andre skolebørn statistisk var associeret med intensjonen om at være aktiv. Undersøgelsen viser, at de skolebørn som angiver de højeste værdier af tilhørsforhold til de andre skolebørn, også er de skolebørn som hyppigst har forventning om at være fysisk aktiv i fremtiden.

8.1.2 Støtte og opgaveorienteret undervisning

Af det samlede antal studier behandler tre af disse, hvorvidt støtte fra læreren og opgaveorienteret undervisning har betydning for skolebørns motivation til at være fysisk aktiv. Studiet af Cox og Williams (2008) fremviser, at skolebørn som føler at de har lærerens støtte, oftere scorer højt på en Self-Determination Theory skala relateret til fysisk aktivitet, sammenholdt med gruppen som ikke føler de har lærerens støtte. Studiet er baseret på tværsnitsdata, hvorfor årsagssammenhænge er forbundet med usikkerhed (Cox, Williams 2008). Tilsvarende fund gøres imidlertid også i et longitudinelt studie af Griffin, Meaney et al. (2013). Her konkluderer forskerne, at de skolebørnene som bliver anerkendt og rost af deres lærer, fremviser større motivation for fysisk aktivitet, sammenholdt med skolebørn som ikke føler lærerens støtte i samme grad (Griffin, Meaney et al. 2013). Samme studie udleder ydermere, at anvendelse af Mastery Motivational Climate (opgaveorienteret undervisningsmiljø) er at foretrække, når skolebørnene skulle motiveres til fysisk aktivitet. Således bliver motivationen og glæden ved fysisk aktivitet fremmet, når lærerne forsøger at minimere sociale sammenligninger skolebørnene imellem, hvormed undervisningen ikke tager udgangspunkt i, hvor gode skolebørnene er, men snarere hvilken progression det enkelte individ har gennemgået (Griffin, Meaney et al. 2013). Resultatet understøttes af Xiang, Bruene et al. (2004) som ligeså fremviser, at en Mastery Goals tilgang (fokus på at udvikle skolebørnenes individuelle kompetencer) er at foretrække, sammenholdt med en undervisningsform, hvor alene skolebørn som fremviser de bedste præstationer bliver anerkendt.

8.1.3 Autonomi

Af det samlede antal studier behandler fire af disse, hvorvidt undervisning med høj eller lav grad af autonomi har indflydelse på skolebørnenes motivation. Et studie af Chen (2014) undersøger, hvorvidt skolebørnenes angivelse af autonomi i undervisningen kunne associeres med indre motivation og intentionen om at være fysisk aktiv. Studiet udleder,

at de skolebørnene som scorer højt i spørgeskemaet omhandlende autonomi, også er dem som registrerer den største indre motivation og intention om at være fysisk aktiv. Resultatet står delvist i kontrast til studiet af Erwin, Stellino et al. (2013) der udleder, at forskellige undervisningstyper, herunder individuelt orienteret undervisning med høj autonomi versus lærerdikteret undervisning med lav autonomi, ikke influerer på skolebørnenes motivation for fysisk aktivitet. Det fremgår endvidere af litteraturstudiets to kvalitative undersøgelser, at skolebørnene ikke italesætter begreber, som af forskerne bliver tolket som værende relaterede til en følelse af autonomi (Lopez-Dicastillo, Grande et al. 2013, Stanley, Boshoff et al. 2012).

8.1.4 De strukturelle rammer

Af det samlede antal studier behandler fem af disse, hvorvidt de strukturelle rammer på skolen har betydning for skolebørnenes motivation for at være fysisk aktiv. Et studie af Engelen, Bundy et al. (2013) undersøger, hvorvidt løse lege-remedier i skolegården influerer på børnenes fysiske aktivitetsniveau. Resultatet viser, at skolebørnene på interventionsskolen er signifikant mere aktive end på kontrolskolen, omend denne forskel er lille (Engelen, Bundy et al. 2013). Resultatet underbygges af Ridgers, Stratton et. al (2007) som undersøger, hvorvidt renovering af 11 skolegårde influerer på mængden af fysisk aktivitet blandt skolebørnene. Af studiet fremgår det, at skolebørnene som var tilknyttet skolerne med nye faciliteter blev signifikant mere aktive. Et divergerende fund bliver gjort af Cardon, Labarque et al. (2009) som undersøger, hvorvidt lege-remedier og tegninger på skolegårdens underlag har betydning for skolebørnenes motivation for fysisk aktivitet. Det randomiserede kontrollerede studie viser, at interventionen ikke influerer på mængden af fysisk aktivitet hos skolebørnene, sammenholdt med skolebørn i kontrolgruppen (Cardon, Labarque et al. 2009).

Foruden brugen af legeremedier og faciliteter har andre studier undersøgt betydningen af skolegårdens areal for skolebørnenes fysiske aktivitetsniveau. I et kvalitative studie bliver det af informanterne italesat, at mangel på plads og mange børn på et lille område i skolegården, er hæmmende for deres fysiske aktiviteter (Stanley, Boshoff et al. 2012). Et divergerende resultat bliver imidlertid gjort af Engelen, Bundy et al. (2013), hvis studie bliver tilvejebragt ved brug af 12 skoler. Ved sammenligning af skolerne udledte forskerne, at børn med adgang til et mindre antal kvadratmeter per skolebarn, hverken har

et større eller mindre aktivitetsniveau, sammenholdt med børn med adgang til et legeareal med flere kvadratmeter per skolebarn (Engelen, Bundy et al. 2013).

Litteraturstudiet i nærværende speciale peger på forskellige mekanismer, hvilke synes at være af betydning for genstandsfeltet motivation, fysisk aktivitet og skolebørn.

9. ANALYSE

Indledningsvis præsenteres kodeprocessen for, hvordan de anvendte subtemaer og temaer i analysen er udledt af kategorier og koder identificeret i empirien. Herefter følger en analytisk gennemgang af de enkelte subtemaer og temaer sat i relation til motivationsteorien Self-Determination Theory, herunder de underliggende behov; *autonomi, tilhørsforhold og kompetence*, hvilke har betydning for hvorvidt skolebarnet oplever indre motivation.

9.1 Kodetræ og kodeproceduren

I analysen af den indsamlede empiri søges der svar på problemformuleringen: *Hvordan hæmmes og fremmes motivationen for fysisk aktivitet hos grønlandske indskolingsbørn, og hvorledes kan denne viden benyttes til at udvikle en aktivitetsfremmende forandring rettet mod at forebygge overvægt i den grønlandske indskoling?*

Bilag 9 illustrerer kodeprocessen af henholdsvis feltnoter og de transskriberede interviews, fra udviklingen af koder af det indsamlede empiri til sammensætning af kategorier. Disse kategorier er sammensat til subtemaer ved at analysere ligheder og forskelle som udgør specialets temaer. Figur 2 afbilleder et uddrag af kodetræet, hvor det fremgår hvilke subtemaer der hører under hvilke temaer, som analysen ligeledes er struktureret på baggrund af. Tilgangen er i overensstemmelse med fænomenologien og den forstående forskningstype, som ligger til grund for nærværende speciale, da det ønskes at forstå indskolingsbørnenes motiver for fysisk aktivitet, i samspil med de kontekster børnene færdes i på skolen, herunder skolegården, idrætstimer og boglige fag.

Valg af informanter blev tilvejebragt med afsæt i Spradleys kriterier om en "god informant" (Spradley 1979) jævnfør afsnit 6.3.2.1 *udvælgelse af informanter*. Således deltog tre skolelærere i de formelle interviews. I tillæg til disse indgik yderligere én informant som følge af et uformelt interview. Nedenstående tabel 2 illustrerer karakteristika for de informanter som deltog i de udførte interviews, hvor F og U står for henholdsvis formelle og uformelle interviews. Ligeledes er informanterne og skolerne tildelt et synonym, med henblik på at overskueliggøre henvisningen til disse videre i specialet.

Tabel 2: oversigt over grundlæggende oplysninger om hver informant, herunder deres alder, hvilken skole de er tilknyttet, hvilke fag de varetager og antal års erfaring som lærer. Bogstaverne F og U står for henholdsvis formelle og uformelle interviews.

Tabel 2: Informanternes karakteristika				
Synonym	Alder	Tilknytning	Stilling	Erfaring
Sara (F)	36 år	Grøndal Skole	Trinleder for indskolingsbørnene (1. – 3. klasse)	4 år
Louise (F)	40 år	Skovbjerg Skole	Klasselærer for 1. klasse og varetager alt form for undervisning	16 år
Bettina (F)	58 år	Skovbjerg Skole	Pædagog og klasselærer for 1. klasse og varetager alt form for undervisning	18 år
Klaus (U)	-	Skovbjerg Skole	Hovedansvarlig for legepatruljen	-

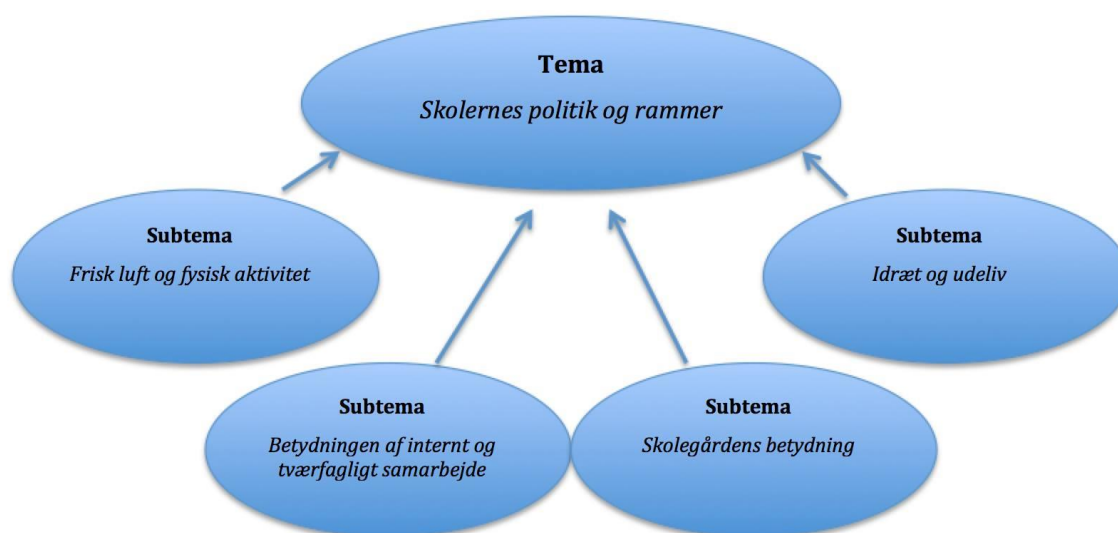
Foruden ovenstående tabel 3, er der ligeledes opstillet en tabel 4, med henblik på at sikre transparens for de enkelte feltnotaters lokalitet.

Tabel 3: Oversigt over de forskellige kontekster, i hvilke der er blevet observeret.

Feltnote	Kontekst
F1	Boglig undervisning på Skovbjerg Skole
F2	Frikvarter på Skovbjerg Skole
F3	Idrætsundervisning på Skovbjerg Skole
F4	Boglig undervisning på Grøndal Skole
F5	Frikvarter på Grøndal Skole
F6	Idrætsundervisning på Grøndal Skole

9.2 De empiriske fund

Analysen af feltnoter og interviewdata førte til tre temaer og deres tilhørende 8 subtemaer. Disse er: *Frisk luft og fysisk aktivitet*, *betydningen af internt og tværfagligt samarbejde*, *idræt og udeliv*, *skolegårdens betydning*, *indskolingsbørnenes ageren*, *fysisk aktivitet og fællesskab*, *valg af legekammerater* samt *lærernes didaktiske overvejelser*. I det følgende præsenteres de tre temaer og tilhørende subtemaer.



Figur 2: Uddrag af kodetræet over de fremanalyserede temaer og dertilhørende subtemaer

9.2.1 Skolernes politik og rammer

Gennem kodeprocessen har specialegruppen erfaret, at skolernes politik og rammer udgør et gennemgående tema i både feltnoter og interviews. Nedenstående afsnit vil derfor søge at analysere, hvordan Skovbjerg Skolens og Grøndal Skolens politik og rammer influerer på indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet.

9.2.1.1 Frisk luft og fysisk aktivitet

Af de tre formelle interviews fremgår det, at der på både Skovbjerg Skole og Grøndal Skole praktiseres en politik omhandlende, at indskolingsbørnene skal være ude i frikvartererne. Med forbehold for dårligt vejr og mangel på varmt tøj fremsætter skolepolitikken på de respektive skoler således, at indskolingsbørnene skal bedrive tiden i frikvartererne udendørs. I relation til denne ordning udlægger Bettina i et formelt interview følgende betragtning om, hvorvidt indskolingsbørnene gerne ville ud i frikvartererne: *“Hvis de [indskolingsbørnene] selv fik lov til at bestemme, hvad de helst ville, så ville de blive inde.”* Udsagnet illustrerer, at det er lærerne som dikterer at

børnene skal være ude. Bettina er af den overbevisning, at børnene hellere vil blive inde. Dette kan antyde, at børnene ikke har medbestemmelse. Ifølge motivationsteorien Self-Determination Theory vil en reduktion af børnenes oplevelse af autonomi være medvirkende til, at den indre motivationen for fysisk aktivitet mindskes. Med udgangspunkt i, at det er lærerne som dikterer, at indskolingsbørnene skal færdes udenfor, kan dette ifølge Self-Determination Theory således være medvirkende til, at indskolingsbørnenes indre motivation for fysisk aktivitet mindskes i frikvarterene. Bettina udlægger imidlertid også følgende beskrivelse af børnene, når disse først kommer ud i frikvarteret : *“så er de lykkelige (...) de løber rundt og er glade.”* Det forekommer således muligt, at lærernes retningslinjer om, at indskolingsbørnene skal være udenfor i frikvartererne, ikke har en hæmmende betydning for børnenes indre motivation for fysisk aktivitet i frikvartererne. Endvidere kan børnene i frikvartererne netop færdes efter eget ønske, hvorfor de muligvis alligevel opnår en følelse af autonomi i skolegården. Gennem de formelle interviews blev det bagvedliggende rationale herfor belyst med spørgsmålet om, hvorfor lærerne mente det er vigtigt, at skolebørnene er ude. De tre adspurgte lærere begrundet skolepolitikken med følgende : *“Det er sådan så de kan få frisk luft, især de små (...)”*, *“(...) så er det bedst de lige kommer ud og får noget frisk luft.”* og *“(...) de trænger til frisk luft.”*. Lærernes umiddelbare argumentation for den valgte skolepolitik omhandler således, at skolebørnene har behov for frisk luft. Louise fra Skovbjerg Skole uddyber imidlertid sit udsagn med følgende : *“(...) de har sådan en kortids koncentrationsevne. Så er vi nødt til at få dem til at køle af eller tænke på noget andet.”*. I tråd hermed udlægger Bettina forklaringen : *“Hvis bare de er indendørs, så bliver de mere og mere slappe og trætte (...) når de så kommer inde igen, så er de mere modtagelige i timen.”*. Med afsæt i disse to udsagn tillægger lærerne således begrebet ”frisk luft” en dybere implicit mening, som indeholder mere end blot det at trække vejret i frisk luft, idet nogle af de adspurgte lærere sætter lighedstegn mellem indtag af frisk luft og skærpet koncentrationsevne. Således synes skolepolitikken om skolebørnenes færden udendørs primært at være tilvejebragt med incitamentet om at give børnene et afbræk fra undervisningen og dermed fremme skolebørnenes kognitive formåen. Fysisk aktivitet med henblik på at forebygge overvægt blev således i denne sammenhæng ikke italesat. At lærerne hovedsageligt har øje for at skærpe skolebørnenes kognitive formåen, fremfor at højne deres fysiske aktivitetsniveau i frikvartererne, fremgår endvidere i et formelt interview med Sara, idet hun udlægger følgende om, hvorvidt skolen har et direkte fokus

på fysisk aktivitet: *"(...) ikke sådan har et direkte fokus (...). Jeg tror ikke rigtigt vi tænker over at de skal være fysisk aktive (...) eller jeg har i hvert fald ikke fået noget at vide"*. Udsagnet indikerer, at skolens politik tilsyneladende ikke indbefatter et fokus rettet mod, at fremme skolebørnenes aktivitetsniveau, hvilket ifølge Sara muligvis skyldes, at fysisk aktivitet ikke indgår i lærerne didaktiske overvejelser. Sara udlægger endvidere i relation til dette, at skolen ikke har gjort hende bekendt med et sådan fokus. Saras begrundelse indikerer således, at hvis fysisk aktivitet skal fremmes på skolen, så skal et sådan initiativ iværksættes med inddragelse af en højere instans på skolen. Ovenstående analyse indikerer, at skolepolitikken ikke synes at være præget af intentioner om at fremme indskolingsbørnenes autonomi og derigennem forebygge overvægt.

9.2.1.2 Betydningen af internt og tværfagligt samarbejde

Til trods for, at skolerne muligvis ikke gør brug af ekspliciteret udmeldinger i henhold til at fremme fysisk aktivitet på skolerne, så fremgår det imidlertid af feltnoter, at begge folkeskoler benytter sig af tiltag med henblik på at aktivere skolebørnene i frikvartererne. Dette i form af en etableret legepatrulje på Skovbjerg Skole samt ved et samarbejde med en tilknyttet fritidsordningen på Grøndal Skole. Legepatruljen er et fastlagt initiativ som forløber på alle skoledage på Skovbjerg Skole. I et uformelt interview forklarer Klaus, som er ansvarlig for legepatruljen, følgende:

(I: Klaus)"(...) legepatruljen er et projekt, hvor 7.klasses eleverne står for aktiviteter i den tilknyttede minihal for de yngre elever. Her har de ældste elever ansvar for at aktivere børnene, og dette er skemalagt, så bestemte klasser kan komme forbi mini-hallen på bestemte tidspunkter af bestemte dage i ugen. 1. klasserne har mulighed for at komme i minihallen om mandagen fra 11.30 til 11.55 (...)"

I det uformelle interview beretter Klaus endvidere, at det står skolebørnene frit for, hvorvidt de vil deltage i legepatruljen eller lege andetsteds på egen hånd. Klaus giver yderligere udtryk for, at skolebørnene virker glade ved deltagelse i legepatruljen og beretter i denne sammenhæng: *"(...) det er nødvendigt at have legepatruljen."* Klaus uddyber ikke hvorfor han mener at legepatruljen er et vigtigt initiativ. Uagtet den bagvedliggende årsag, så illustrerer Klaus' holdning imidlertid, at fysisk aktivitet i et eller andet omfang indgår i lærernes bevidsthed. I relation til legepatruljen illustrerer et

feltnotat endvidere, hvorledes børnene færdes aktivt ved deres deltagelse: (F2) *“Der var 20 børn til stede, samt de ansvarlige fra 7. klasse, som satte legen “alle mine kyllinger” (...) Alle børnene grinede og smilede, og alle var involverede og aktive.”*. Det kan hermed udledes, at Skovbjerg Skole benytter sig af et tiltag med henblik på at aktivere skolebørnene i frikvartererne, og at dette tiltag muligvis bliver modtaget positivt af børnene, da børnene i feltnotaterne fremstod engagerede og begejstrede for deres medvirken i legepatruljen. I henhold til legepatruljen påpeger klasselæreren Bettina imidlertid i et spørgsmål om, hvorvidt skolebørnene helst vil være ude i skolegården eller gøre brug af legepatruljen i frikvarteret: *“De [indskolingsbørnene] vil hellere vil være ude”*. Udsagnet synes at give udtryk for, at børnene er mere motiverede for at være i skolegården end at deltage i legepatruljen.

Hvorvidt intentionen med legepatruljen er, at fremme trivslen hos skolebørnene, forbedre koncentrationsniveauet eller højne deres fysiologiske sundhed vides ikke. Uagtet skolens bagvedliggende rationale med brugen af legepatruljen synes det imidlertid at være tilfældet, at skolebørnene fremstår som fysisk aktive via deres deltagelse i legepatruljen, hvilket i relation til nærværende problemformulering antyder, at skolens politik og rammer i form af legepatruljen, i dette tilfælde understøtter skolebørns motivation for deltagelse i fysisk aktivitet. Som beskrevet i ovenstående forløber legepatruljen i et fællesskab mellem børnene. I henhold til Self-Determination Theory kan dette være medvirkende til, at understøtte skolebørnenes behov for tilhørsforhold, hvilket ifølge teorien således vil højne børnenes indre motivation for deltagelse i fysisk aktivitet. Hvorvidt legepatruljen understøtter børnenes iboende behov for autonomi kan imidlertid diskuteres, da det er 7. klasseeleverne i legepatruljen som dikterer, hvilke aktiviteter skolebørnene skal lave, hvilket muligvis kan være medvirkende til at underminere skolebørnenes oplevelse af autonomi. Legepatruljen synes således både at indbefatte fremmende og hæmmende elementer i henhold til børnenes indre motivation for deltagelse. Dette kan muligvis være en medvirkende årsag til, at indskolingsbørnene undertiden vælger at deltage i legepatruljen, mens de på andre tidspunkter foretrækker at forfølge egne interesser i skolegården.

På Grøndal Skole forklarer Sara i et formelt interview, at yngstetrinnet har et samarbejde med en fritidsordning med tilknyttede pædagoger som står for aktiviteter i frikvartererne

på skolen, hvor indskolingsbørnene frivilligt kan deltage. Det er Saras indtryk, at mange børn deltager i aktiviteterne og børnene umiddelbart: *"(...) er mere aktive fordi der leger de [pædagogerne] med børnene meget mere"*. Således synes lærernes samarbejde med pædagogerne at fremme indskolingsbørnenes aktivitetsniveau, hvorfor samarbejdet med fritidsordningen kan antages som værende fremmende i henhold til indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet. I henhold til Self-Determination Theory, så kan denne motivation muligvis forklares ved, at indskolingsbørnene får en følelse af tilhørsforhold, da børnene interagerer med hinanden og med pædagogerne. Samtidig kan pædagogordningen indebære, at indskolingsbørnene går på kompromis med deres autonomi. Dette synes dog ikke at påvirke børnenes motivation for fysisk aktivitet, da de ifølge Sara er mere aktive i samvær med pædagogerne.

I relation til denne pædagogordning påpeger Sara vigtigheden at det tværfaglige arbejde, da hun ikke mener at det alene er skolens ansvar at aktivere børnene fysisk. I denne sammenhæng pointerer Sara, at en medvirkende årsag til at legepatruljen på Grøndal Skole ikke eksisterer længere, muligvis bundet i, at skolen stod med ansvaret selv og at lærerne ikke havde den fornødne tid eller lyst til at føre legepatruljen videre. I denne sammenhæng udbyder Sara yderligere: *"(...) der er nogen der synes at det er for meget forlangt (...), at skolen skal varetage de forskellige opgaver [blandt andet legepatruljen] (...) noget ekstra arbejde kan man sige"*. Da nogle i lærerstaben muligvis anser legepatruljen som værende merarbejde, vidner dette om at de politiske rammer lærerne er underlagt, i et eller andet omfang kan modarbejde denne type initiativ. Hvorvidt ophøret med brugen af legepatruljen har influeret på børnenes aktivitetsniveau vides ikke. Det lader dog ikke til at have medført en større inaktivitet hos børnene på Grøndal Skole, da de ifølge feltnoterne agerer aktivt i frikvartererne: (F5) *"6 dreng og 6 piger klatrer i klatrestativet. 11 drenge og 1 pige spiller fodbold (...) 10 drenge og piger leger sneboldkamp. 7 piger klatrer i det andet klatrestativ (...) 13 løber rundt efter hinanden. 5 sidder i sneen. 15 går rundt. 3 piger sidder i toppen af klatrestativet."* Således er der tegn på flere former for aktivitet i skolegården, der kunne tyde på, at de fleste skolebørn er fysisk aktive til trods for legepatruljen ikke eksisterer. Uagtet om indskolingsbørnene færdes i pædagogordningen eller leger på egen hånd, fremstår de aktive i frikvartererne.

9.2.1.3 Idræt og udeliv

Det fremgår af feltnoterne, at Grøndal Skole og Skovbjerg Skole strukturerer idrætsundervisningen på forskellig vis. På begge skoler er der afsat halvanden time til idræt i tidsrummet kl. 08.00 til 09.30. Anvendelsen af tiden synes imidlertid at være forskellig skolerne imellem. Af feltnoter fra Grøndal Skole fremgår det, at: (F6) *”Skoleklokken ringede ind til time, og børnene står ved indgangen til skolens gymnastiksal.”* Ligeledes fremgår det af feltnoterne kl. 08.59, at: (F6) *”(...) børnene gik ind i omklædningsrummet”*. Feltnotatet vidner om, at børnene på Grøndal Skole er klar til idrætsundervisningen, så snart skoleklokken ringer til time. Det fremgår endvidere, at børnene forlader gymnastiksalen klokken 08:59, hvorfor indskolingsbørnene samlet har én times idræt, hvoraf der yderligere skal bruges tid omklædning. Anderledes fremgår det af feltnoterne fra Skovbjerg skole, at: (F3) *”idrætsundervisningen starter kl. 8.15 og sluttede kl. 8.45”*, hvilket indikerer at idrætsundervisningen på Skovbjerg Skole udgør 30 minutter. Grunden til dette er, at klassen samles i deres klasselokale, hvor børnenes navne bliver råbt op inden de samlet går over til minihallen for at klæde om til idræt. Dermed bliver der brugt tid på at gøre sig klar. Grunden til denne forskel i strukturen de to skoler imellem vides ikke, men det kan muligvis skyldes aldersforskellen, da den observerede 1. klasse fra Skovbjerg skole er yngre og har brug for overvågning modsat 2. klassen fra Grøndal Skole. Med udgangspunkt i ovenstående giver Bettina fra Skovbjerg Skole i et formelt interview udtryk for, at hun ønsker flere idrætstimer netop af samme årsag:

(I: Bettina) *”Måske flere idrætstimer om ugen i stedet for bare det der kl. 8 til 9.30. Det er kun en halvanden time. Eller man kan kun være der en time derovre, for de skal også frem og tilbage og i bad, og alt det der. Hvis der var flere timer om ugen, måske fire timer om ugen. Det ville være det bedste.”*

Med afsæt i udsagnet synes det at give udtryk for, at Bettina kunne ønske sig yderligere idrætstimer, da børnene skal bruge megen tid på at gøre sig klar. Endvidere ser det ud til, at Bettina ikke er klar over, at den reelle tid brugt på idræt ifølge feltnoterne udgør 30 minutter på Skovbjerg Skole, og ikke 60 minutter som lader til at være Bettinas oplevelse. Det vides dog ikke om disse reelle 30 minutter er repræsentative for den gennemsnitlige idrætsundervisning. Med henblik på at fremme den fysiske aktivitet, giver Bettina udtryk for at skolen med fordel kan inkorporere flere idrætstimer i skoleugen. Hvorvidt det er muligt at ændre på dette vidste Bettina ingenting om, da det er: (I:

Bettina) ”(...) *rektoren og dem [bestyrelsen] der står for det. Men det ville være ønskeligt, for at få mere ud af bevægelse og idræt*”. Dette tyder på, at Bettina som lærer gerne vil have mere ud af idrætstimerne, men at det ikke var op til hende at bestemme. Hermed synes børnene at vise interesse i de fysiske aktiviteter, samtidig med at der fra lærernes side ytres interesse i yderligere idrætstimer. Dette lader sig dog umiddelbart ikke gøre, da den afsatte tid til fysisk aktivitet fremgår begrænset til 90 ugentlige minutter inklusiv omklædning. Det vides ikke hvorvidt flere idrætstimer vil influere negativt på indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet, da flere idrætstimer muligvis kan fremstå trivielle og dermed være hæmmende på motivationen for fysisk aktivitet. Det fremgår imidlertid af feltnoterne, at børnene færdes aktivt i frikvartererne, hvorfor børnene formentlig vil være motiverede for yderligere fysisk aktivitet uagtet antallet af idrætstimer. Set i relation til nærværende problemformulering synes rammerne ikke at være hæmmende for børnenes motivation, men fremstår i stedet som et relevant fokuspunkt i forsøget på at fremme den fysiske aktivitet.

Foruden det ovenstående, har Skovbjerg Skole en politik, hvor indskolingsbørnene skiftevis har udeliv og idræt hver anden uge, da det ikke er muligt for skolen at skemalægge idrætstimerne sådan, at hver enkelt indskolingsklasse kan have minihallen til rådighed hver eneste uge. I henhold til hvorvidt børnene er mest motiverede for idræt eller udeliv, så synes der at være tvetydighed mellem lærerne, da Bettina giver udtryk for, at børnene: ”(...) *hellere vil have idræt [end udeliv]. Meget hellere. (...) altså når vi siger at i morgen har vi udeliv, så siger de [indskolingsbørnene] øv*”, mens Louise udtrykker at børnene både virker glade for udeliv og idræt. Den manglende tilgængelighed til minihallen kan dermed fremstå hæmmende, da børnene i stedet beskæftiges med udeliv, som børnene ifølge ovenstående udsagn ikke finder tilsvarende motiverende. Disse udelivstimer er desuden bundet op på en lavere grad af fysisk aktivitet end idræt, da timerne typisk foregår i gang: (I: Louise) “*Så går vi en tur ned til stranden for at se, at det ikke er det samme som sommer, med masser af sne og is (...)*”. Dermed opnås de fysiologiske fordele fra fysisk aktivitet muligvis ikke i tilsvarende grad i udeliv sammenlignet med idræt, omend strukturen med udeliv ikke kræver samme tid til omklædning. Ifølge specialets definition indbefatter en gåtur ned til stranden ikke sundhedsfremmende effekter og forstås ikke som en aktivitet der forløber ved moderat til hård intensitet. Dette kan være et udtryk hvor komplekst fænomenet er at indkredse.

9.1.2.4 Skolegårdens betydning

Som beskrevet i ovenstående skal indskolingsbørnene bedrive frikvarterene i skolegården. Af feltnoterne fremgår følgende beskrivelse af skolegården i Skovbjerg Skole:

(F2) ”(...) en mellemstor legeplads, som er opdelt i flere små områder, hvoraf de største områder udgøres af to fodboldbaner med et 5-mands mål i hver ende. Den ene bane er lidt mindre end den anden. Ellers er der et klatrestativ bestående af reb og nogle metal overliggere, som man blandt andet kan svinge sig i. Hele området er dækket af sne og is.”

Sammenholdt med Skovbjerg Skole fremstår skolegården på Grøndal Skole anderledes, hvilket fremgår af følgende feltnotat: (F5) ”En stor skolegård, med to basketballkurve, to klatrestativer, seks vandrette rør. De er placeret i forlængelse af hinanden, i midten af skolegården. (...)”. Dette illustrerer, at indskolingsbørnene på begge skoler har faciliteter til rådighed i deres respektive skolegårde. Til trods for dette, påpeger Louise, at: ”(...) vi [Skovbjerg skole] har kun en lille skolegård, og det er ikke nok for børnene, for alle i hvert fald. (...) vi mangler stadig nogle ting (...) For eksempel nogle ting som de kan kravle på eller nogen gynger (...) sådan så flere elever kan lege samtidig, og skifte”. Med afsæt i udsagnet, kan det tyde på, at Louise er af den overbevisning, at børnene har for lidt plads og for få faciliteter til rådighed, hvilket feltnoterne i nærværende speciale også antyder: (F2) ”(...) den lille skolegård i forhold til antallet af børn (...) resulterer i at mange børn står i kø for at komme til og må vente på at det er deres tur.”. Dette indikerer, at skolegården og dens faciliteter kan fremstå hæmmende for indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet, da deres udfoldelsesmuligheder synes at være begrænsede, hvilket undertiden resultere i, at børnene er nødsaget til at stå i kø og vente. Jævnfør Self-Determination Theory kan ventetiden muligvis afføde en underminering af indskolingsbørnenes autonomi, da de ikke egenrådigt kan bestemme, hvilke faciliteter de gerne vil benytte, men er afhængige af at andre børn ikke benytter samme facilitet. Ifølge motivationsteorien kan dette således være medvirkende til at hæmme indskolingsbørnenes indre motivation for fysisk aktivitet. I denne sammenhæng fremgår det imidlertid også af feltnoterne og interviewdata, at børnene ofte færdes i naturen rundt om selve skolegården: (I: Bettina) ”(...) de bruger fjeldet og (...) naturen derude. Hvor de kan komme op på fjeldet, hvor de så bruger deres grovmotorik. Og så leger de. Når der er sne eller om vinteren, så plejer de også at kurer herude.”. Det

fremstår uvist, om børnenes færden i naturen bunder i, at deres foretrukne faciliteter er optaget i skolegården, eller om de blot finder leg på klipperne mere interessant. Uagtet den bagvedliggende årsag synes resultatet at være, at indskolingsbørnene blot beskæftiger sig med noget andet, hvis deres foretrukne faciliteter i skolegården ikke kan benyttes. Lignende adfærdsmønster synes at komme til udtryk i følgende feltnotat fra Grøndal Skole, som beretter om en fodboldkamp i skolegården: (F5) *“Seks drenge spiller med en fodbold i den ene ende af skolegården. Det lader til at de scorer ved at ramme et bestemt sted på væggen. Der er ingen fodboldmål i skolegården.”* Grundet manglende fodboldmål vælger børnene blot at ‘opstille’ et fiktivt mål på væggen, hvilket i den givne situation synes at fungere problemfrit. Skolernes faciliteter, eller mangel på samme, fremstår således ikke som værende hæmmende for indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet. Endvidere synes skolegårdens størrelse ikke at være af betydning for børnenes motivationen, da børnene blot benytter arealerne omkring skolen. At børnene færdes i den omkringliggende natur, og fortrinsvist synes at være travlt beskæftiget herved, kan forklares med udgangspunkt i Self-Determination Theory. På arealerne rundt om skolen har børnene i højere grad mulighed for at forfølge egne interesser, sammenholdt med inde i skolegården, hvilket netop understøtter oplevelsen af autonomi og dermed indre motivation for fysisk aktivitet.

Af ovenstående fremgår det, at indskolingsbørnene tilpasser sig omgivelserne og omstændighederne, hvorfor faciliteter i skolegården ikke synes at være af større betydning for børnenes autonomi, og derigennem deres indre motivation for fysisk aktivitet.

9.2.2 Fysisk aktivitet og fællesskab i skoledagen

Gennem kodeprocessen har specialegruppen erfaret, at fællesskaber indskolingsbørnene imellem, i relation til fysisk aktivitet, udgør et gennemgående tema i både feltnoter og interviews. Følgende afsnit vil indledningsvis analysere børnenes ageren i relation til fysisk aktivitet i skolen, samt herefter søge at nuancere, hvorledes fællesskaber, eller mangel på samme, kan fremme og hæmme indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet i skolen.

9.2.2.1 Indskolingsbørnenes ageren

I relation til indskolingsbørnenes ageren ved fysisk aktivitet, har specialegruppen observeret, at fysisk aktivitet både kan forekomme i boglige fag, frikvartererne samt idrætsundervisningen. I skolegården bedriver indskolingsbørnene eksempelvis tiden med et bredt udvalg af forskellige aktiviteter, hvilket fremgår af følgende feltnotat:

(F5) *“De første fire der kommer ud i skolegården begynder at klatre op i klatrestativet. Lidt væk fra klatrestativet spiller 10 drenge med en fodbold. Tæt på dem (...) tumler fem drenge rundt i sneen. Rundt omkring i skolegården (...) løber seks grupper af fire-otte børn rundt (...) Fem piger og tre drenge skøjter rundt på noget is (...) Lige ved siden af dem står tre piger og to drenge og hopper i en vandpyt (...) Tre drenge er i færd med at klatre op i selve stativet til basketballkurven.”*

Feltnoterne indikerer således, at indskolingsbørnene generelt synes at være travlt optaget af forskellige fysiske aktiviteter gennem frikvarterene. Samme antagelse kan drages fra et lignende notat, hvori det fremgår, at flere af indskolingsbørnenes sveder efter endt frikvarter. Hvorvidt indskolingsbørnene er fysisk aktive i skolen, blev endvidere drøftet med indskolingslæreren Bettina, som replicerer, at hun ikke anser skolebørnene som værende fysisk aktive i skolen. Bettina begrundet med udsagnet: *“Jamen i dag i 2016 er børn meget stillesiddende og jeg tror det er det der spil og alt det der”*. Udsagnet fremstår som værende i kontrast til feltobservationer fra skolegården, hvilke ikke dokumenterer brug af elektronik blandt indskolingsbørnene. En forklaring på denne divergens mellem feltnoter og Bettinas udsagn kunne være, at Bettina relaterer spørgsmålet om børnenes aktivitetsniveau til hverdagen generelt og således ikke kun til skolen. Dette kan muligvis forklare, hvorfor Bettina benævner elektronik som værende hæmmende for fysisk aktivitet, trods feltnoternes manglende dokumentation heraf.

Skolebørnenes ageren i henhold til fysisk aktivitet belyses yderligere i feltnoter fra idrætsundervisningen. Et feltnotat forlyder som følgende:

(F3) *“Så snart at børnene har klædt om, så kommer de ud i hallen én efter én, hvor drengene går direkte hen til de to bolde der ligger at flyder i hallen, mens pigerne løber frem og tilbage i hallen – der er både stafet, men også bare løb fra den ene ende til den anden. De griner og morer sig. Kort efter kommer læreren og tager/konfiskerer boldene, hvorefter børnene straks påbegynder ”tag-fat” – både drenge og piger.*

Ovenstående feltnotat illustrerer, hvordan indskolingsbørnene agerer i hallen uden lærerens indblanding. Det fremgår heraf, at skolebørnene ikke behøver lærerens hjælp til igangsætning af fysiske aktiviteter, da børnene hurtigt påbegynder forskellige spil på egen hånd. Samme mønster synes tillige at gøre sig gældende i situationen, hvor læreren konfiskerer boldene, hvilket blot resulterer i at børnene involverer sig i en ny aktivitet. At indskolingsbørnene generelt synes at udvise interesse for fysisk aktivitet fremgår tilmed af feltobservationer fra undervisningen. Her blev det noteret, at indskolingsbørnene hyppigt gjorde læreren opmærksom på det forestående frikvarter, når tidspunktet nærmede sig dette. Et andet feltnotat illustrerer endvidere, at to drenge aftalte hvad de skulle lave i frikvarteret, da de kun havde ét frikvarter at gøre godt med grundet den korte skoledag. Da børnene synes at være optaget af at få frikvarter, og ifølge feltobservationerne som regel er aktive heri, indikerer dette, at børnene generelt er motiverede for aktiviteter som indebærer fysisk aktivitet. I lyset af Self-Determination Theory kan motivationen forklares ved, at flere af de basale behov synes at være opfyldt. I frikvartererne kan indskolingsbørnene eksempelvis agere i fællesskaber og efter eget ønske, hvilket vidner om autonomi, kompetence og tilhørsforhold. Ifølge Self-Determination Theory synes de ydre omstændigheder i form af skolens rammer således at være medvirkende til, at skabe indre motivation for fysisk aktivitet hos indskolingsbørnene. I henhold til motivation udlægger indskolingslæreren Bettina i et formelt interview følgende oplevelse fra idrætsundervisningen:

(I: Bettina) ”Vi [Bettina og Louise] har jo en... du har lagt mærke til at vi har ham den kraftige? Vi tænkte første gang den gang vi skulle have idræt åh nej...hvordan skal vi motivere ham, ikke også? Også fordi han er sådan en der er lidt (falder sammen i stolen og illustrerer at han er ukoncentreret) i timerne. Men så når vi har idræt, så er det ham der er den forreste”.

I relation til den kraftige dreng udlægger Bettina således en bekymring, omhandlende hvorvidt det er hende muligt at motivere skolebarnet til fysisk aktivitet. Bekymringen var imidlertid ubegrundet, da den kraftige dreng modsat hendes forforståelse, viste sig at være fysisk aktiv i idrætsundervisningen. Dette vidner om at skolebørn godt kan være motiverede for fysisk aktivitet uagtet vægtklasse. Det fremgår imidlertid af tabel 3, at Bettina har varetaget sin lærerfunktion i 18 år, hvorigennem hun muligvis tidligere har

gjort sig erfaringer om vanskeligheder forbundet med fysisk aktivitet og overvægtige, hvilket muligvis kan ligge til grund for hendes forforståelse.

At indskolingsbørnene generelt fremstår som værende fysisk aktive, fremgår tillige af et feltnotat fra Grøndal Skole, som dokumenterer børnenes forskelligartede færden, uagtet vejrforholdene. Ligeledes fremgår det i et andet feltnotat fra Grøndal Skole, at: (F5) *“To drenge løber hurtigt rundt i skolegården. De løber igennem vandpytter og over sne og is.”* Dette synes at fremhæve, at børnene virker motiverede for at være fysisk aktive uanset vejr og forhold. Set i lyset af specialets definition på fysisk aktivitet, indikerer ovenstående feltnotater, at indskolingsbørnene er involverede i aktiviteter som har sundhedsfremmende effekter, og som minimum er af moderat intensitet. Derfor kan det tyde på, at skolebørnenes valg af aktiviteter er i overensstemmelse med specialets definition af fysisk aktivitet.

9.2.2.2 Fysisk aktivitet og fællesskab

På Skovbjerg Skole benytter lærerne Louise og Bettina sig af forskellige fysiske lege i den boglige undervisning, hvilke har til hensigt at tilføre skolebørnene et afvekslende element i undervisningen. Et feltnotat fra klasseværelset beretter følgende:

(F1) *“De [indskolingsbørnene] laver en leg i undervisningen, hvor de stiller sig i en rundkreds og holder hinanden i hænderne. En er i midten og en sidder på alle fire uden for rundkredsen. De går rundt og synger en vise, når sangen slutter, så skal det barn der sidder på alle fire uden for rundkredsen forsøge, at finde en åbning ind til barnet som står i midten, som skal fanges – ”katten efter musen”. Børnene smiler og griner. Skrider (af begejstring). Næsten alle spørger om de enten må være kat eller mus.*

Legens karakteristika forudsætter et godt samarbejde indskolingsbørnene imellem, for hermed at undgå, at ”katten” blot fanger ”musen” ved første opståede mulighed. At legen kan praktiseres blandt indskolingsbørnene indikerer, at børnene i et eller andet omfang interagerer med hinanden i et fællesskab. Interessen for deltagelse i legen synes at være stor, da alle børnene eksempelvis efterspørger ”hovedrollen” som enten mus eller kat. Årsagen til børnenes interesse for deltagelse synes ikke entydig, men kan derimod skyldes flere forskellige forhold. Herunder kan eksempelvis nævnes legens iboende underholdningsværdi eller det konkurrerende element skolebørnene imellem eller fællesskabet, hvilket netop her udgør præmissen for at legen kan praktiseres. Ifølge Self-Determination Theory vil tilhørsforhold fordre til indre motivation for deltagelse, hvilket

netop synes at være tilfældet i form af deres fællesskab under legen. Vedrørende det konkurrerende element udtaler Sara fra Grøndal Skole: “(...), for der var jo også lidt konkurrence i det, så de [indskolingsbørnene] får motivation til at være med.”, hvilket indikerer at konkurrence kan fremme motivationen. Hun udtaler dog efterfølgende, at enkelte skolebørn ikke kan forlige sig med et nederlag, hvorfor brugen af konkurrenceelementet bør overvejes.

Foruden ovenstående leg observerede specialegruppen også en anden leg, hvilken imidlertid forløb anderledes i henhold til børnenes motivation for deltagelse. Et feltnotat fra Skovbjerg Skolen beretter følgende om legen *Bro bro brille*:

(F1) ”De kommer hinanden ved, da de former en lang kæde, hvor den bagerste skal placere sin hænder på den forreste skuldre hele vejen igennem kæden. Der er to der tager i hinanden i hænderne, for at danne en bro, som kæden skal gå ind under, og når visen er slut så er der en der bliver fanget. Nogle få griner og smiler (...) De kigger ud af vinduet”.

I modsætning til førstnævnte leg *katten efter musen*, hvor indskolingsbørnene udtrykte glæde og latter som et muligt udtryk for engagement og entusiasme, fremstod børnene mindre motiverede for deltagelse i *bro bro brille*-legen. Dette synes blandt andet øjensynligt ved, at flere børn under legen rettede deres opmærksomhed mod vinduet. Børnenes ageren kan ifølge Self-Determination Theory tyde på, at være drevet af ydre motivation, da det er lærerne som dikterer at skolebørnene skal deltage i en leg til trods for at nogle børn ikke synes indre motiverede herfor. Dermed er det lærernes motiver som ligger til grund for børnenes adfærd.

Begge ovenstående lege forløber i fællesskaber, men bærer samtidig præg af, at børnene tillægger legene forskellig motivation. Af samme årsag synes fællesskabet ikke i sig selv at være en garanti for indre motivation, da andre forhold, som beskrevet i ovenstående, tilsyneladende også influerer på børnenes motivation for fysisk aktivitet.

At fællesskabet imidlertid ikke er underordnet i henhold til deltagelse i fysisk aktivitet, pointeres af indskolingslæreren Bettina, som udlægger følgende oplevelse fra idrætsundervisningen, hvor et skolebarn fremstod forbeholden for deltagelse i den igangsatte aktivitet:

(I: Bettina) *"Men ellers er alle glad for det, på nær en, som ikke er tryk ved at skal vise sig med at lave bevægelser eller boldspil eller (...) Fordi han føler sig udenfor...Fordi han ikke føler sig ligesom de andre. Og så vil han heller være med i idræt (...) Jeg tager mig meget af ham, fordi jeg gerne vil have at han skal have noget succesoplevelse, ikke? Bare lige lidt. Så har jeg nogle gange holdt ham i hånden, og det vil han gerne. Og han bliver så glad. Jamen altså at se hans glade ansigt. Ej det var dejligt (...) Jeg tror det er fordi at han føler at hans niveau er lavere end de andre, og det er det der gør det."*

Ovenstående citat rummer således Bettinas oplevelse af en dreng, som ikke vil medvirke i fysisk aktivitet, samt Bettinas perspektiv på hvad der i drengens livsverden ligger til grund for den manglende deltagelse. Bettina udlægger ikke en entydig forklaring, men forsøger at favne drengens manglende lyst til medvirken med begrundelser så som *"at føle sig uden for"*, *"ikke at føle sig som de andre"* og *"følelsen af, at have et lavere niveau end de andre"*. Bettina udlægger således forskellige årsagsmekanismer, hvilket vanskeliggør en mere konkret udredelse af, hvorfor drengen ikke vil deltage i fysisk aktivitet. I denne sammenhæng findes det interessant, at forholde sig til hvorledes Bettina håndterer drengens forbehold for deltagelse. Hvis årsagen til drengens manglende medvirken alene bunder i, at drengen føler sit niveau som værende lavere end de andres, vil løsningen givetvis være at højne drengens niveau. Dette eksempel kan ifølge Self-Determination Theory forklare med udgangspunkt i, at drengen muligvis føler sig inkompetent i forhold til de andre skolebørns niveau, hvilket kan mindske drengens indre motivation for deltagelse i aktiviteten. Bettina benytter sig imidlertid af en anden tilgang, idet hun blot tager drengen i hånden og inddrager ham i legen, hvilket ifølge Bettina både bevirker at han deltager samt at drengen bliver glad. Bettinas ageren og drengens reaktion som følge heraf indikerer, at skolebarnets manglende lyst til deltagelse muligvis bundede i følelser såsom manglende tryghed, tillid eller tilhørsforhold i situationen. Bettinas erfaring hentyder således til, at en manglende oplevelse af tryghed, tillid eller tilhørsforhold i en gruppe influerer negativt på barnets indre motivation for deltagelse, mens en stærkere følelse af nævnte forhold influerer positivt på barnets motivation for deltagelse. Således er skolebørnenes fællesskaber ikke entydigt medvirkende til at fremme motivationen for fysisk aktivitet, da det tilmed synes at være af betydning, hvilke følelser som præger barnet i det givne fællesskab.

Som beskrevet i ovenstående forløber fysisk aktivitet i undervisningen som oftest i lege, hvor fællesskabet udgør en præmis for selve deltagelsen. Til trods for at denne præmis

ikke synes at være til stede i frikvartererne, hvor indskolingsbørnene selv bestemmer deres færden, indikerer feltnoter imidlertid, at skolebørnene også her præfererer at være i fællesskaber ved udfoldelse af fysisk aktivitet.

(F2) *”Skolebørnene griner og smiler i den tid de er ude i skolegården og de fleste løber rundt (...) Nogle børn klatre i stativet, andre leger i sneen enten ved at have sneboldkamp eller rutsje ned ad en lille bakke (...) Andre leger tager ”tag-fat” (...) Der var også nogle som befandt sig oppe på klipperne, som ligger tæt på skolen”*

Af feltnotatet fremgår det således, at indskolingsbørnene dels er beskæftigede med mange forskelligartede aktiviteter i skolegården, samt at børnene under udfoldelse af disse aktiviteter hyppigst er grupperede i flokke. I tråd med disse observationer godtgør et feltnotat fra Skovbjerg Skolen endvidere, at det ikke er muligt at lokalisere et eneste barn som leger alene.

9.2.2.3 Valg af legekammerat

Empirien i nærværende speciale antyder at indskolingsbørnene har præferencer i henhold til, hvem de vælger at lege med. Bettina påpeger derom, at skolebørnene fortrinsvis leger med børn fra samme klasse. I forlængelse heraf fremhæver Louise imidlertid også, at børnene gennem deres fritidsskoleordning tilmed har bekendtskaber på tværs af klasserne. Bettina samstemmer med udsagnet: *”Ja de er også sammen med børn fra de andre klasser. Det kan være at de har en ven eller en veninde over i den anden 1. klasse, så plejer de også at være sammen”*. Endvidere beretter både Louise og Bettina, at de har gjort brug af en frikvarterordning i en kort periode, hvor de sammensatte indskolingsbørnene i deres klasse tilfældigt i par som legekammerater, da de har oplevet at nogle af børnene er ensomme i frikvarterene. I forlængelse hertil har Louise og Bettina divergerende oplevelser af, hvorvidt børnene finder denne ordning positiv eller negativ. Louise fremhæver i et formelt interview, at: *”Det synes de [indskolingsbørnene] var spændende. Så plejer de at gå hen til sin nye legekammerat og sige: ”Nu skal vi lege sammen i frikvarteret”. Det er noget som de også ser frem til”*. Modsætningsvis påpeger Bettina, at børnene ikke sætter pris på ordningen: *”Nej. (...) så fandt vi ud af at nogen havde været kede af det. Fordi at det var os [Louise og Bettina] der bestemte (...) men der var nogen som de [indskolingsbørnene] ikke ville lege med.”*. Udsagnet synes at kunne tyde på, at indskolingsbørnene ikke bryder sig om at lærerne bestemmer, da de har

præferencer i forhold til, hvem de vil lege med. I henhold til Self-Determination Theory kunne det således tyde på, at frikvartersordningen ikke indfrier børnenes behov for autonomi, da de selvstændigt gerne vil beslutte hvem de vil interagere med, hvilket kan forklare børnenes lav indre motivation i forhold til ordningen. Herudover synes lærerne at foretage et bevidst valg om at de gerne vil fremme fællesskabet på tværs i klassen, og herigennem hjælpe ensomme til at skabe relationer. Frikvartersordningen viser dog, at børnene ligeledes har præferencer for, hvilket tilhørsforhold de gerne vil indgå i, hvilket muligvis kan forklare børnenes manglende indre motivation for deltagelse i ordningen.

Foruden kammeratskaber i og på tværs af indskolingsklasserne, beretter Louise om, at indskolingsbørnene undertiden også opsøger fællesskaber med de ældre skolebørn. Som eksempel beskriver Louise en oplevelse, hvor indskolingsbørnene gerne vil spille fodbold med børn fra de ældre klassetrin. Louise beretter som følgende:

(I: Louise) "(...) de store [ældre skolebørn] er virkelig dygtige til at skynde sig at overtage. Og de andre [indskolingsbørnene] prøver ellers at være med. De er i hvert fald meget nysgerrige, de står ved målene og lader som om de gerne vil prøve det, men ikke tør når det er mod store (...) Og de får næsten aldrig lov (...) Så siger de det til os, så blander vi os. Alle er velkomne, alle må gerne være med. Men så kan de større elever lige pludselig sige 'ej, så gider vi ikke', og tager deres bold med ind. Så det plejer at være lidt synd for dem, de små. Så kan jeg godt forstå at de render rundt i stedet for at blive her i midten i skolegården, så vil de hellere løbe rundt."

Louise refererer således til en oplevelse i skolegården, hvor indskolingsbørn på forskellig vis insinuerede, at de gerne ville deltage i fodboldspillet med de ældre skolebørn. Ifølge Louise indebærer situationen to barrierer i henhold til udfoldelse af boldspillet, da indskolingsbørnene viste forbehold for deltagelse, samt at de ældre skolebørn ikke fandt indskolingsbørnenes medvirken interessant. Trods opfordring om et fælles spil, lykkedes det i nævnte situation ikke at sammenbringe skolebørnene i samme aktivitet. Et lignende mønster for indskolingsbørnenes præferencer af legekammerater fremgår af følgende feltnotat fra Grøndal Skole: (F5) *"En dreng og en pige går hen mod klatrestativet, men vender om da de nærmer sig klatrestativet. De vender måske om da de ser de store børn."* Årsagen til indskolingsbørnenes pludselige retnings skift beror på uvished, men det kan som beskrevet i ovenstående skyldes, at de to erfarede, da de kom tæt nok på, at klatrestativet allerede var i brug af to ældre skolebørn.

Ovenstående analyse antyder, at indskolingsbørn som udgangspunkt er motiverede for fysisk aktivitet. Dette fremgår både af feltnoter fra frikvarterene og idrætsundervisningen, hvor fysiske aktiviteter på eget initiativ hurtigt påbegyndes når muligheden byder sig. Ifølge Self-Determination kan indskolingsbørnenes motivation for fysiske aktiviteter forklares med udgangspunkt i, at disse aktiviteter på forskellige vis, indbefatter tilhørsforhold og autonomi. Fællesskabets betydning for fysisk aktivitet synes imidlertid ikke at være en konstant størrelse, idet indskolingsbørnenes følelser i selve fællesskabet, også synes at have betydning. Således kan barnets følelse af eksempelvis tryghed, tillid eller tilhørsforhold under den givne aktivitet, muligvis også influere på barnets indre motivation for deltagelse i fysisk aktivitet. Endvidere viser analysen, at indskolingsbørnene har præferencer for hvem de vil lege med, hvilket muligvis kan gøre det svært for ”ensomme” børn at skabe relationer.

9.2.3 Didaktiske overvejelser i relation til fysisk aktivitet

I analysen af temaet omhandlende skolernes politik og rammer blev det udledt, at hovedincitamentet for at indskolingsbørnene skal være udendørs i frikvartererne er, at skolebørnene får et afbræk fra undervisningen. Således fremstår fysisk aktivitet ikke som et ekspliciteret argument blandt de adspurgte lærere.

9.2.3.1 Lærernes didaktiske overvejelser

Det synes uvist, hvorfor lærerne ikke nævnte fysisk aktivitet i forbindelse med frikvartererne, men en forklaring kan være, at emnet ikke er genstand for større opmærksomhed i lærernes didaktiske overvejelser. Følgende afsnit vil analysere hvilket didaktisk fokus lærerne tillægger fysisk aktivitet, samt bringe overvejelser omhandlende, hvorvidt dette fokus kan influere hæmmende eller fremmende på indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet.

I forbindelse med et uformelt interview af læreren Klaus, falder samtalen på legepatruljen som Klaus er ansvarlig for på Skovbjerg Skolen. Klaus udtaler i forbindelse hermed, at legepatruljen er et vigtigt initiativ. Klaus uddyber ikke, hvorfor han finder legepatruljen vigtig, men udsagnet indikerer, at fysisk aktivitet i form af legepatruljen, i et eller andet omfang indgår i hans overvejelser. Imidlertid udlægger trinlederen Sara fra Grøndal Skole følgende forklaring i henhold til, hvorvidt indskolingslærerne har fokus på fysisk

aktivitet: *"Jeg tror ikke rigtigt vi tænker over at de skal være fysisk aktive, hvis jeg skal sige det"*. Sara hælder således til forklaringen, at fysisk aktivitet ikke tillægges stor opmærksomhed. Foruden det, at fysisk aktivitet muligvis ikke tillægges et større didaktisk fokus hos nogle af indskolingslærerne, så synes det tillige at være forskelligt, hvad lærerne associerer med fysisk aktivitet, når interviewet berører dette emne. Som svar til et interviewspørgsmål omhandlende fremtidige forandringsspektiver rettet mod mere fysisk aktivitet, foreslår Louise fra Skovbjerg Skole følgende:

(I: Louise) *"Vi kunne eksempelvis samle første, anden og tredje klasse til en idrætsdag, hvor de får lov til at lege frit. Så lærer de af hinanden, på en sådan måde, at dem som kan noget lærer dette videre til de andre som ikke kan. Også fysisk kontakt. Jeg synes også det er meget vigtigt, især for de små. For der er mange som ikke er trygge i starten i skoleåret, især når de er små, når de går i første, de vil ikke have at nogen rører dem. Og de plejer at være sådan bange"*.

Spørgsmålet omhandlende fremtidige forandringsspektiver var oprindeligt tiltænkt at være med henblik på, at lærerne skulle, hvis muligt, forelægge mulige idéer til at fremme fysisk aktivitet i relation til forebyggelse af overvægt. Louises forslag om at samle indskolingsbørnene synes i dette henseende at være anvendeligt. Det fremstår imidlertid interessant, at Louises begrundelse for en sådan idrætsdag ikke er med henblik på fysisk aktivitet i sig selv. I stedet underbygger Louise idrætsdagens relevans med argumenter såsom, at indskolingsbørnenes vil kunne lære af hinanden, samt opnå fortrolighed og tryghed gennem fysisk kontakt. Louises didaktiske overvejelser i relation til fysisk aktivitet synes således fortrinsvist at kredse om børnenes sociale og personlige udvikling. I forbindelse med samme type spørgsmål, omhandlende mulige forandringsspektiver med henblik på fysisk aktivitet, udlægger Bettina følgende: *"Jeg synes vi gør meget (...) At få alle med og lave aktiviteter sammen og være udenfor, hvor de sammen bruger det der er ude."* Bettina beskriver endvidere i en samtale om skolegårdens naturlige faciliteter, at børnene ofte leger på klipperne, hvilket Bettina betoner som værende positivt, da indskolingsbørnene hermed gør brug af deres krop og grovmotorik. Af begge udsagn fremgår det således, at fysisk aktivitet ikke italesættes med tanke på forebyggelse af overvægt, mens snarere som et middel til at styrke fællesskabet og børnenes motoriske færdigheder. Netop lærernes mulige didaktiske overvejelser om at styrke fællesskabet på tværs af skolebørnene kan muligvis understøtte børnenes indre motivation for deltagelse i

fysisk aktivitet, da det kan styrke det enkelte barns behov for et tilhørsforhold, hvor de tætte relationer givetvis fremmer den indre motivation for fysisk aktivitet.

I modsætning til Bettina og Louise italesætter Sara imidlertid overvægt i relation til fysisk aktivitet. Dette i forbindelse med et spørgsmål omhandlende, hvorvidt fysisk aktivitet er et vigtigt element i skoledagen. Sara forklarer følgende:

(I: Sara) ”Nu hvor jeg tænker mere over det (...) der findes jo også mange overvægtige, ikke kun for deres skyld, men alle børnene og os alle generelt. Det er vigtigt at kunne bevæge os lidt mere. Men jeg synes børnene generelt bevæger sig meget, eller de der første til tredje klasse bevæger sig meget i frikvartererne”.

Det fremgår af Saras besvarelse, at fysisk aktivitet med henblik på overvægt, ikke synes at forekomme som en umiddelbar tanke, men snarere udlægges som følge af en dybere efterrationalisering. Sara fremhæver således først ved nærmere eftertanke, at fysisk aktivitet måske har sin relevans i skolen. Dog udleder Sara slutteligt i citatet, at børnene i forvejen er meget fysisk aktive, hvilket netop kan være en årsag til, at fysisk aktivitet generelt, og i særdeles i relation til forebyggelse af overvægt, ikke synes at være genstand for større opmærksomhed hos nogle af indskolingslærerne.

Med afsæt i ovenstående analyse kan det sammenfattes, at indskolingslærerne hyppigst begrundede og associerede fysisk aktivitet med elementer såsom styrkelse af børnenes sociale færdigheder, barnets relationer, motorik, samt styrkelse af tryghed gennem fysisk kontakt. Dette mens fysisk aktivitet i relation til forebyggelse af overvægt, med undtagelse af et enkelt tilfælde, ikke blev nævnt. Ovenstående indikerer således dels, at fysisk aktivitet generelt ikke tillægges et større fokus i lærernes didaktiske overvejelser i relation til frikvarterne og boglige fag. Ydermere indikerer analysen, at lærerne i samtalen om fysisk aktivitet betoner vigtigheden af dette med udgangspunkt i andre argumenter end forebyggelse af overvægt. Årsager til dette kan være, at lærerne allerede anser indskolingsbørnene som værende aktive, hvorfor det kan fremstå irrelevant at rette opmærksomheden mod mere fysisk aktivitet. En anden forklaring kunne være, at lærerne først og fremmest anskuer brug af fysisk aktivitet som et middel til, at understøtte indskolingsbørnenes sociale og psykologiske udvikling, herunder eksempelvis børnenes generelle dannelse. Med afsæt i begge rationaler synes det meningsfuldt, at fysisk

aktivitet i relation til forebyggelse af overvægt ikke tillægges større opmærksomhed af lærerne.

Af analysen fremgår det endvidere uklart, hvorvidt en begrænset didaktisk overvejelse i relation til fysisk aktivitet og forebyggelse af overvægt fremstår som værende hæmmende for fysisk aktivitet i skolen. Dette blandt andet med udgangspunkt i, at børnene af feltnoterne fremstår som særdeles aktive i frikvartererne og idræt, uagtet lærernes didaktiske overvejelser herom. Endvidere kan det også diskuteres, hvorvidt et forandringstiltag rettet mod at øge lærernes bevidsthed om forebyggelse af overvægt er berettiget, da det nuværende fokus på børnenes sociale, psykologiske og kropslige udvikling også synes at være af stor betydning.

9.2.4 Afgrænsning fra kompetence

I løbet af feltobservationerne har specialegruppen erfaret, at indskolingsbørnenes behov for kompetence ikke fremgår som et tema af feltnoterne. Dette kan muligvis skyldes, at fænomenet kompetence har været særdeles komplekst og dermed vanskeligt at observere i praksis, hvilket har besværliggjort en analyse heraf. Derfor vil kompetence ikke anvendes videre i diskussionen.

10. DISKUSSION

I følgende kapitel diskuteres hovedresultaterne fra det forudgående analyseafsnit med anvendelse af litteraturstudiet, motivationsteorien Self-Determination Theory samt ved brug af litteratur fremsøgt gennem udarbejdelsen af problemanalysen med henblik på at besvare problemformuleringen.

10.1 Fællesskabet som fænomen

Temaet *Fysisk aktivitet og fællesskab i skoledagen* blev i forudgående afsnit underlagt en analyse med henblik på at forstå, hvorvidt og i så fald hvorfor, fællesskaber indskolingsbørnene imellem influerer på deres motivation for fysisk aktivitet. Analysen viser, at indskolingsbørnene hovedsageligt er fysisk aktive i fællesskaber. Dette kommer både til udtryk i den boglige undervisning og i idrætstimerne, hvor lærerne dikterer legene, samt i frikvartererne hvor skolebørnene i højere grad selv bestemmer deres færden. Tilhørsforhold udgør som bekendt et gennemgående begreb i motivationsteorien og synes i nogen grad at stemme overens med det empiriske fund, fællesskabet, hvilket viser sig at være af betydning for indskolingsbørnenes indre motivation for fysisk aktivitet. Da børnene ofte indgår i fællesskaber, vil dette ifølge Self-Determination Theory (Ryan, Deci 2000b) således være en medvirkende årsag til, at indskolingsbørnenes føler sig indre motiverede for fysisk aktivitet. Betydningen af tilhørsforhold blev endvidere undersøgt i et kvantitativt studie af Chen (2014). Studiet forløb ved, at skolebørnene i et spørgeskema angav deres følelse af tilhørsforhold, i hvilket omfang de regnede med at være fysisk aktive i løbet af den kommende uge, samt hvilken type motivation som lå til grund for dette. Forskerne udleder, at de skolebørn som angav de højeste værdier af tilhørsforhold til de andre børn, også er dem som scorer højest i henhold til indre motivation sammenholdt med ydre motivation. Endvidere finder studiet, at de skolebørn som angav den højeste indre motivation, var dem som hyppigst havde forventning om at være fysisk aktiv i fremtiden (Chen 2014). At studiet synes at være i overensstemmelse med både empirien i nærværende speciale og Self-Determination Theory (Ryan, Deci 2000b) vidner om, at betydningen af fællesskab for indre motivation for fysisk aktivitet, herunder forebyggelse af overvægt, ikke alene synes at være et kontekstuel fænomen, bundet til den grønlandske folkeskole, men muligvis kan generaliseres til andre indskolingsbørn. Analysen i nærværende speciale indikerede i

tillæg til ovenstående, at fællesskabets betydning for motivationen for fysisk aktivitet ikke blot var en konstant størrelse, men givetvis var genstand for større kompleksitet end som så. I analysen antydes det eksempelvis, at indskolingsbørnenes oplevelse af tryghed, tillid og samhørighed i det givne fællesskab også synes at være af betydning. Føler barnet sig eksempelvis ikke tryk i det givne fællesskab, vil dette muligvis hæmme barnets motivation for deltagelse i fysisk aktivitet. I relation til fællesskab opererer Self-Determination Theory (Ryan, Deci 2000b) alene med det overordnede begreb tilhørsforhold, og berører således ikke underliggende nuancer så som tryghed og tillid i fællesskabet. Det synes dog muligt at begreberne er forbundet, idet et skolebarn som eksempelvis oplever en lav grad af tillid, tryghed eller samhørighed, givetvis også vil være underlagt en oplevelse af lavt tilhørsforhold. Denne nuancering af skolebørnenes interaktion er endvidere genstand for undersøgelse i et kvalitativt studie af Lopez-Dicastillo, Grande et al. (2013). Studiet indbefatter 48 fokusgruppeinterviews af børn i aldersgruppen 5-7 år. Af disse interviews fremgår det, at en af de hyppigste begrundelser for at være fysisk aktiv er, at børnene kan være sammen med deres venner eller søskende. Studiet indikerer således, at motivation for fysisk aktivitet ikke alene omhandler det at være i et fællesskab, men også hvad børnene tillægger dette fællesskab, eksempelvis gode relationer i form af venskaber og familiebånd (Lopez-Dicastillo, Grande et al. 2013). Analysen i nærværende speciale, Self-Determination Theory og litteraturstudiet fremhæver således forskellige elementer af betydning for motivationen for fysisk aktivitet, herunder tillid, tryghed, samhørighed, tilhørsforhold, venskaber og familiebånd, hvilke på et eller andet plan synes at være forbundet. Skal motivationen for fysisk aktivitet eksempelvis højnes, kan dette givetvis forløbe ved at skabe rammer der tilskynder venskaber børnene imellem, hvilket ofte synes at være ensbetydende med, at barnet føler en højere grad af tryghed eller tilhørsforhold i den givne situation. Fænomenet *fællesskab* i relation til forebyggelse af overvægt forekommer således komplekst, idet flere mekanismer herunder synes at være af betydning. I relation til et tiltag rettet mod forebyggelse af overvægt antyder dette således, at fællesskabet i sig selv ikke nødvendigvis er ensbetydende med højere indre motivation for fysisk aktivitet, hvorfor elementer så som indskolingsbørnenes sociale relationer i selve fællesskabet også forekommer som værende af betydning. Af samme årsag synes det fordelagtigt, at læreren i den givne situation har øje for indskolingsbørnenes individuelle præmisser, for

hermed at kunne imødekomme børn, som eksempelvis fremstår utrygge i det givne fællesskab og dermed måske ikke motiveres for fysisk aktivitet.

10.2 Fravær af fællesskab

Dataanalysen havde i relation til fællesskaber fortrinsvist til hensigt at forstå, hvorvidt fællesskabet var af betydning for indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet. Af analysen fremstår det imidlertid mindre klart, hvilken betydning fravær af fællesskab har for det enkelte indskolingsbarn. Med afsæt i ovenstående diskussion om fænomenet fællesskab synes det indledningsvis klarlagt, at børn som færdes alene som udgangspunkt ikke kan drage nytte af den motivation for fysisk aktivitet som er forbundet med fællesskabet. Stanley, Boshoff et al. (2012) nuancerer imidlertid dette yderligere i sit kvalitative studie af 10-13 årige skolebørn. Ved brug af 11 fokusgruppeinterview søger Stanley, Boshoff et al. (Stanley, Boshoff et al. 2012) at undersøge, hvorfor børnene ikke er fysisk aktive i spisebrikvarteret. I alt blev 64 forskellige årsager italesat, hvoraf en af de hyppigste begrundelser for ikke at være fysisk aktiv er, at der ikke er nogen at lege med (Stanley, Boshoff et al. 2012). I relation til nærværende speciale indikerer studiet af Stanley, Boshoff et al. (2012) således, at 'ensomme' indskolingsbørn ikke alene 'snydes' for den motiverende effekt for fysisk aktivitet forbundet med at være i et fællesskab, men tilmed hæmmes som følge af deres situation. I relation til indskolingsbørnene i nærværende speciale indikerer studiet, at indskolingsbørn som færdes alene i brikvartererne, således kan være særligt hæmmet i henhold til at være motiveret for fysisk aktivitet, sammenholdt med indskolingsbørn som færdes i fællesskaber. I relation til 'ensomme' børn påpeger Mølgaard Dela et al. (2007) endvidere, at overvægt kan føre til en række psykosociale problematikker, herunder manglende sociale tilpasning, tilbagetrækning fra deltagelse i fysiske aktiviteter og isolation (NOEIE Panel 1998, Kjølner, Juel et al. 2007, WHO 2016a). Med afsæt i denne udlægning kan det udledes, at overvægtige børn i særdeleshed synes at være hæmmet i relation til fysisk aktivitet. Dette synes specielt problematisk, da et studie fra 2014 forelagt i problemanalysen netop fremhæver, at antallet af overvægtige grønlandske skolebørn udgør 15.8 % overvægtige og 6.8 % svært overvægtige (Rex, Larsen et al. 2014). Der kan således være en betydelig andel af børn i den grønlandske folkeskole, som grundet deres overvægt, hæmmes i relation til forebyggelse af overvægt ved udfoldelse af fysisk aktivitet. At overvægtige

børn undertiden hæmmes ved fysisk aktivitet kan imidlertid diskuteres, jævnført empirien i nærværende speciale, som netop viser, at en overvægtig dreng er meget aktiv.

Det fremgår endvidere fra dataanalysen, at indskolingsbørnene synes at have præferencer for, hvem de vil lege med i skolen, hvilket muligvis kan influere på børnenes indre motivationen for fysisk aktivitet. Analysen indikerer, at indskolingsbørnene fortrinsvist præfererer fysisk aktivitet i samvær med jævnaldrende børn i samme klasse, eller på tværs af parallelklasser. Dette synes at være i tråd med det tidligere nævnte kvalitative studie af Lopez-Dicastillo, Grande et al. (2013) som udleder, at børn hyppigst præfererer at lege med en kammerat i skolen. Som beskrevet i analysen forsøger lærerne netop at 'bryde' børnenes præferencer for legekammerater ved at etablere en frikvarTERSordning. Ordningen forløb ved, at børnene blev parret to og to, for hermed at sikre alle børn havde en legekammerat, herunder også 'ensomme' børn. Ordning affødte imidlertid klager fra forældre af børn som ikke ønskede ordningen, da denne forhindrede skolebørnene i at være sammen med deres fortrukne venner i frikvarTERne, hvorfor ordningen blev afviklet igen. I relation til 'ensomme' børn og i særdeleshed 'ensomme' overvægtige kan børnenes præferencer for legekammerater fremstå som værende problematisk, da 'ensomme' og overvægtige børn muligvis kan have svært ved at interagere i allerede etablerede relationer. Dette kan muligvis være en medvirkende årsag til, som tidligere påpeget af Mølgaard Dela et al. (2007) i det førnævnte, at overvægtige børn undertiden trækker sig fra fysiske aktiviteter. Dette synes endvidere problematisk, da det givetvis netop er de overvægtige børn, der som udgangspunkt kan profitere mest som følge af øget motivation for fysisk aktivitet (Janssen, Leblanc 2010). Endvidere viser et kohortestudie med afsæt i grønlandske skolebørn, at overvægt i 5-7 års alderen er en prædiktor for overvægt og svær overvægt ved 15 års alderen. Således forblev 60 % [95% CI: 42,2 – 77,5] af de svært overvægtige børn ved indskoling, også svært overvægtige ved 15 årsalderen (Niclasen, Petzold et al. 2007). Studiet understreger således potentialet i, at medinddrage overvejelser omhandlende overvægtige og 'ensomme' børn i udfærdigelsen af et forandringstiltag. Dette synes endvidere relevant, da Janssen, Leblanc (2010) netop påpeger, at selv en beskeden mængde fysisk aktivitet i skolen kan afføde sundhedsfordele for høj-risiko grupper, herunder overvægtige børn. Med formålet at mindske prævalensen af overvægtige i det grønlandske samfund, vil det være hensigtsmæssigt at være opmærksom på ensomme og overvægtige børn.

I relation til et forandringstiltag rettet mod forebyggelse af overvægt, synes det eksempelvis at være hensigtsmæssigt, at skabe rammer der også involverer børn med mindre stærke sociale relationer. At lærerne dikterer rammerne, for hermed at inddrage alle børnene i den givne fysisk aktivitet, synes imidlertid som udgangspunkt, at være modstridende med Self-Determination Theory (Ryan, Deci 2000b) som netop fremhæver betydningen af autonomi for børnenes oplevelse af indre motivation. Denne opvejning af hvorvidt lærerne skal vægte børnenes autonomi, eller gøre brug af deduktive undervisningsprincipper med henblik på at inddrage alle børnene, synes at kalde på didaktiske overvejelser.

10.3 Didaktik

Af analyseafsnittet fremgår det, i relation til lærernes didaktiske overvejelser og associationer i relation til fysisk aktivitet, at indskolingslærerne primært har fokus på styrkelse af indskolingsbørnenes kognitive formåen, fællesskaber, tryghed og motorik. Endvidere fremgår det af analysen, at når samtalen omhandler fysisk aktivitet, så betoner lærerne vigtigheden af dette med udgangspunkt i andre elementer end forebyggelse af overvægt. Således synes lærerne fortrinsvist at associere begrebet fysisk aktivitet med børnenes sociale og personlige udvikling, fremfor forebyggelse af overvægt.

Det fremstår uklart, hvorvidt didaktiske overvejelser uden et fokus på fysisk aktivitet, herunder eksempelvis skolebørnenes oplevelse af autonomi, influerer på indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet. Imidlertid fremgår det af rapporten *Forsøg med Læring i Bevægelse* (Bugge 2015) at inddragelse af skolebørnene i beslutningstagningen i henhold til fysiske aktiviteter, influerer positivt på børnenes motivation for fysisk aktivitet. Rapporten antyder således at lærerne med fordel kan gøre brug af undervisningsprincipper, der giver børnene medbestemmelse. Jævnfør Self-Determination Theory (Ryan, Deci 2000b, Ryan, Deci 2000a) kan dette forklares med udgangspunkt i børnenes oplevelse af autonomi, som hermed fremmer børnenes indre motivation for fysisk aktivitet.

I relation til frikvartererne fremgår det endvidere af analysen, at børnene kan færdes på egen hånd i frikvarterene. Til trods for at skolerne muligvis ikke har tilvejebragt frikvarterene med formålet at understøtte børnenes autonomi, så synes det alligevel muligt, at ordningen herom understøtter barnets motivation for fysisk aktivitet. Samme situation synes at gøre sig gældende i henhold til styrkelse af fællesskabet. Når lærerne

betoner vigtigheden af fællesskabet og bestræber sig på at styrke dette, vil deres didaktiske fokus indirekte fremme indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet. Således kan et direkte fokus på fysisk aktivitet i denne sammenhæng fremstå som værende uden større betydning for motivationen for fysisk aktivitet, da lærerne som beskrevet alligevel indirekte, med brug af fællesskabet og frikvartererne, motiverer børnene til at være fysisk aktive. Hvorvidt didaktiske overvejelser har betydning for børnenes motivation for fysisk aktivitet, blev endvidere berørt i flere af de fremsøgte artikler i litteraturstudiet. Et studie af Cox & Williams (2008) havde til formål at undersøge, hvorvidt det dominerende læringsmiljø i en klasse havde betydning for skolebørnenes motivation for fysisk aktivitet. Med formålet at bestemme børnenes motivation blev et spørgeskema omhandlende Self-Determination Theory benyttet. Scorede børnene højt på spørgsmål omhandlende autonomi, tilhørsforhold og kompetence, var dette således et udtryk for stor indre motivation for fysisk aktivitet. Endvidere angav skolebørnene i hvilken grad de følte lærerens støtte i undervisningen. Undersøgelsen viser en positiv association mellem skolebørn som angav en høj grad af Self-Determination, herunder autonomi, tilhørsforhold og kompetence, og følelsen af lærerens støtte i undervisningen. Således var lærernes støtte af betydning for, hvorvidt skolebørnene følte sig indre motiverede for fysisk aktivitet (Cox, Williams 2008). I analysen fremgår det, at nogle af lærerne var bevidste om, at give indskolingsbørnene støtte i form af blandt andet tillid, tryghed og tilhørsforhold, hvilket viser sig at være en medvirkende årsag til, at indskolingsbørnene deltog i den iværksatte aktivitet. Indskolingslærerne synes således i denne sammenhæng at tilvejebringe en undervisning med udgangspunkt i en didaktisk overvejelse, hvilken ifølge litteraturen fremmer indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet med mulighed for forebyggelse af overvægt. Foruden betydningen af støtte, omhandler studier fremsøgt i litteraturstudiet endvidere, hvorvidt forskellige undervisningsformer har betydning for skolebørnenes motivation.

Studiet af Griffin, Meaney et al. (2013) undersøger hvorvidt en styrkelse af undervisningsformen Mastery Motivational Climate (MMC) er af betydning for skolebørnenes motivation for fysisk aktivitet. Ved praktisering af denne undervisningsform bestræber lærerne sig på, at minimere sociale sammenligninger skolebørnene imellem, anerkende den individuelle progression, rose barnets indsats og

give børnene valgmuligheder. En sammenligning af målinger foretaget før og efter initiering af undervisningsformen viste, at anvendelsen af MMC fremmer skolebørnenes motivation for fysisk aktivitet (Griffin, Meaney et al. 2013). Et lignende studie af Xiang, Bruene et al. (2004) underbygger i tråd med ovenstående, at motivationen for fysisk aktivitet fremmes ved anerkendelse af skolebørnenes individuelle præstationer og benyttelse af meningsfyldte øvelser i idrætsundervisningen (Xiang, Bruene et al. 2004). Grundet blandt andet sprogbarrierer under observation og et begrænset kendskab til idrætsundervisning generelt i nærværende speciale, forekommer det specialegruppen vanskeligt at udlede mere entydige indikationer af, hvilken undervisningsform indskolingslærerne benytter sig af. Imidlertid viste analysen, at lærerne blandt andet italesatte vigtigheden af tryghed hos børnene, hvorfor lærerne synes at være optaget af det enkelte individ. Dette synes i nogen grad at være overensstemmende med Griffin Meaney et al. (2013), som tilmed betoner vigtigheden af et individuelt fokus, såfremt motivation for fysisk aktivitet skal højnes. Studierne indikerer således, at det didaktiske fokus forekommer som værende af betydning for indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet, hvilket lærerne i nærværende speciale i et eller omfang også synes at gøre brug af.

I analysen er det undersøgt, hvorvidt fællesskabet indskolingsbørnene imellem influerede på deres motivation for fysisk aktivitet. En metodisk udfordring i nærværende speciale er, at specialegruppen har svært ved at bestemme, hvorvidt indskolingsbørnenes fællesskaber udgør en motivationsfaktor i sig selv for fysisk aktivitet, eller om fællesskabet blot opstår som en uafhængig 'tilfældighed' af indskolingsbørnenes færden ved fysisk aktivitet. Specialegruppen har således i denne sammenhæng drøftet det hypotetiske spørgsmål i relation til den kontrafaktiske situation: *hvor motiveret havde det pågældende barn været for at være fysisk aktivitet, hvis dette barn ikke havde indgået i et fællesskab?* Ud fra empirien har specialegruppen alene erfaret, at indskolingsbørnene ofte er fysisk aktive i fællesskaber. Det er på denne baggrund problematisk at opfordre til fællesskaber med henblik på at fremme fysisk aktivitet, da det ikke vides om fællesskabet fører til fysisk aktivitet, eller om det forholder sig omvendt, hvor fysisk aktivitet fører til fællesskaber. I tilfælde af sidstnævnte sammenhæng synes betoning af fællesskabet da som værende af mindre betydning, med henblik på at højne motivationen for fysisk aktivitet. Af litteraturstudiet blev der imidlertid fremsøgt et studie af Sanders (2012), som netop havde

i sigte at belyse denne sammenhæng. Via et eksperimentelt kontrolleret studiedesign undersøgte Sanders (2012), hvorvidt der kunne monitoreres et forskelligt aktivitetsniveau, afhængigt af om børnene legede i fællesskaber eller alene. En gymnastikhal blev benyttet som setting, hvori forskellige remedier blev anbragt. Således havde børnene både mulighed for at lege med remedier under fysisk aktiviteter, såvel som ved stillesiddende aktiviteter. Skolebørnene blev enkeltvis, parvis og som gruppe lukket ind i hallen for observation. Forskerne kunne ved studiets afslutning konstatere, at de børn som var alene i hallen, i højere grad beskæftigede sig med stillesiddende aktiviteter. Dette mens børn som var sammensat i par eller som gruppe, i højere grad var beskæftigede med lege tilvejebragt gennem fysisk aktivitet (Sanders 2012). Studiet af Sanders (2012) blev i nærværende speciale underlagt en kvalitetsvurdering med formålet, at anskueliggøre potentielle metodiske styrker og svagheder. Af denne kvalitetsvurdering blev det blandt andet fremhævet, at studiet alene benytter sig af seks deltagere, hvorfor resultaterne skal fortolkes med varsomhed. Med forbehold for dette indikerer resultaterne i relation til nærværende speciale, at indskolingsbørn som leger parvis eller i en større gruppe, vil være mere motiveret for at være fysisk aktive, sammenholdt med skolebørn som leger alene. Gruppens størrelse synes i denne sammenhæng ikke at være af betydningen for børnenes motivation for fysisk aktivitet, så længe gruppen består af minimum to børn. Fællesskabet synes således ikke kun at opstå som en tilfældighed af den givne fysisk aktivitet, men forekommer også som en direkte medvirkende årsag til, at indskolingsbørnene vælger at være fysiske aktive. Trods ovenstående forbehold for anvendelse af studiet Sanders (2012), grundet det lave antal forsøgspersoner, synes motivationsteorien Self-Determination Theory (Ryan, Deci 2000a, Ryan, Deci 2000b), tilmed at betone vigtigheden af tilhørsforhold for børnenes indre motivation. Studiet underbygger således relevansen af fællesskabet som et omdrejningspunkt i henhold til at fremme motivationen for fysisk aktivitet hos indskolingsbørn med henblik på forebyggelse af overvægt.

10.4 Skolegårdens betydning for indskolingsbørnenes aktivitetsniveau

Af analysen fremgår det, at skolegårdens størrelse og de tilknyttede faciliteter ikke fremstår som værende af betydning for indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet. Dette blandt andet med udgangspunkt i, at børnene blot beskæftiger sig med

andre gøremål, såfremt deres 'førsteprioritet', eksempelvis klatrestativet eller et givent areal, er taget i brug af et andet barn.

Analysen er imidlertid modstridende med rapporten af Niclasen (2015), som pointerer, at de fysiske rammer og omgivelser, som grønlandske skolebørn færdes i, er af afgørende betydning i forhold til motivation for fysisk aktivitet. Specialegruppen har i forbindelse med udfærdigelse af specialet ikke stiftet bekendtskab med undersøgelser, omhandlende grønlandske børns motivation for fysisk aktivitet i henhold til skolens rammer og omgivelser. Af samme årsager er det uvist, hvorvidt Niclasen (2015) bygger sine udtalelser på empiri udledt fra en grønlandsk kontekst, eller som følge af inspiration fra litteraturen generelt. I relation til skolegårdens betydning for motivationen for fysisk aktivitet, blev en undersøgelse af Stanley, Boshoff et al. (2012) fremsøgt i litteraturstudiet. Ved anvendelse af semistrukturerede fokusgruppeinterviews havde forskerne i sigte at forstå, hvilke forhold som var af betydning for børnenes motivation for fysisk aktivitet i frikvartererne. Med afsæt i informanternes udsagn udledte forskerne, at begrænset plads i skolegården og et stort antal skolebørn på et lille areal var hæmmende for børnenes motivation for fysisk aktivitet (Stanley, Boshoff et al. 2012). Resultatet synes således umiddelbart at være i tråd med Niclasens (2015) udlægning og dermed modstridende med analysen i nærværende speciale. Denne diskrepans mellem studiet af Stanley, Boshoff et al. (2012) og analysen kan skyldes flere forhold, herunder at informanterne i nævnte studie muligvis ikke har samme udfoldelsesmuligheder i nærliggende område, sammenholdt med indskolingsbørnene i nærværende speciale, hvorfor børnene således er nødsaget til at opholde sig inde for skolens matrikel, hvormed skolegårdens størrelse måske netop bliver hæmmende for motivationen. En anden forklaring på nævnte diskrepans kan være, at studiet af Stanley, Boshoff et al. (2012) og nærværende speciale benytter sig af forskellige forskningsmetoder. Havde nærværende speciale eksempelvis også benyttet fokusgruppeinterview, kunne et muligt udfald tilsvarende være, at manglende plads i skolegården blev italesat af indskolingsbørnene som en hæmmende faktor for udfoldelse af fysisk aktivitet. Imidlertid har specialegruppen observeret, at indskolingsbørnene blot beskæftiger sig andetsteds, såfremt et areal er optaget af andre børn, hvorfor skolegårdens størrelse ud fra dette perspektiv, i denne konkrete kontekst, ikke fremstår som værende hæmmende for indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet. Af litteraturstudiet blev der i tillæg til

ovenstående studie fremsøgt en kvantitativ undersøgelse forfattet af Engelen, Bundy et al. (2013), hvilket indbefatter 12 forskellige skoler. Ved sammenligning af skolerne udledte forskerne, at børn med adgang til et mindre antal kvadratmeter per skolebarn, hverken havde et større eller mindre aktivitetsniveau, sammenholdt med børn med adgang til et legeareal med flere kvadratmeter per skolebarn (Engelen, Bundy et al. 2013). Artiklerne af Engelen, Bundy et al. (2013) og Stanley, Boshoff et al. (2012) forelægger således divergerende resultater i henhold til betydningen af skolegårdens størrelse. At der fremgår modstridende resultater af litteraturen og dataanalyse kan muligvis forklares med afsæt i Self-Determination Theory (Ryan, Deci 2000a, Ryan, Deci 2000b). Som tidligere beskrevet har indskolingsbørnene i nærværende speciale mulighed for at benytte omkringliggende områder, hvorfor arealet i denne kontekst måske ikke har større betydning for børnenes følelse af autonomi og dermed indre motivation for fysisk aktivitet. I studiet af Stanley, Boshoff et al. (2012) kunne det muligvis forholde sig anderledes, idet børnene måske netop følte sig begrænset i skolegården, hvilket dermed ville influere negativt på deres følelse af handlefrihed, herunder autonomi. I tråd med dette rationale vil skolegården således have betydning for børnenes motivation for fysisk aktivitet, såfremt skolegården er tilstrækkelig lille. Omvendt kan skolegårdens størrelse være af mindre betydning, såfremt den er tilstrækkelig stor. I relation til et tiltag rettet mod forebyggelse af overvægt vil det således være hensigtsmæssigt at tage højde for størrelsen af skolegården i den konkrete situation, for herved at udlede skolegårdens betydning for børnenes motivation for fysisk aktivitet med henblik på forebyggelse af overvægt.

10.5 Autonomi og faciliteter

Analysen i relation til skolens politik og rammer viser, at indskolingsbørnene har forskellige præferencer for, hvad de beskæftiger sig med i frikvartererne. Det fremgår i analysen, at børnene hellere vil være ude i skolegården end at deltage i legepatruljen. Jævnfør Self-Determination Theory (Ryan, Deci 2000a, Ryan, Deci 2000b) kan dette forstås med udgangspunkt i, at børnene i legepatruljen muligvis føler deres autonomi undermineret, da det er de ældre skolebørn i legepatruljen som dikterer legenes forløb. Af samme årsag kan indskolingsbørnenes motivation for deltagelse i legepatruljen være mindsket, sammenholdt med børn der færdes på egen hånd i skolegården. Deltagelse i legepatruljen kan imidlertid sikre en følelse af tilhørsforhold blandt børnene, da legene

netop forløber i fællesskaber, hvilket ifølge Self-Determination Theory således vil styrke børnenes indre motivation for deltagelse i fysisk aktivitet (Ryan, Deci 2000a, Ryan, Deci 2000b). Med afsæt i ovenstående kan det udledes, at den samme aktivitet, både kan indbefatte elementer som hæmmer og fremmer barnets indre motivation for fysisk aktivitet. I relation til dette fremgår det af Self-Determination Theory, at elementerne autonomi og tilhørsforhold ikke kan opdeles hierarkisk, da begge synes at være af lige stor betydning for børns indre motivation for fysisk aktivitet (Deci, Ryan 2002, Ryan, Deci 2000a, Ryan, Deci 2000b). Som beskrevet i analysen kan der imidlertid sættes spørgsmålstegn ved, i hvilket omfang autonomi synes at være af betydning for indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet. Analysen viser eksempelvis, at indskolingsbørnene blot følger med i idrætsundervisningen uden indvending, sammenholdt med de ældre skolebørn som gerne vil have medbestemmelse. Betydningen af autonomi i henhold til børns motivation for fysisk aktivitet blev endvidere undersøgt i et studie af Alexander, Frohlich et al. (2014), af problemanalysen. Den kvalitative undersøgelse involverer 25 skolebørn i aldersgruppen 7-11 år. Ved brug af interviews udledte forskerne, at skolebørn har et ambivalent forhold til at deltage i styret leg, da børnene undertiden præfererede at deltage i legen, mens de andre gange hellere ville lege frit, hvor de selv kunne bestemme deres færden (Alexander, Frohlich et al. 2014). Studiet indikerer således, jævnfør Self-Determination Theory (Ryan, Deci 2000a, Ryan, Deci 2000b), at skolebørn undertiden er villige til at gå på kompromis med deres autonomi, for derved at deltage i lærerstyrede lege, mens de andre gange fravælger deltagelse til fordel for større autonomi. Et studie af Erwin, Stellino et al. (2013) havde ligeledes til hensigt at undersøge betydningen af autonomi i forbindelse med forskellige undervisningsprincipper. Ved sammenligning af individuelt orienteret undervisning med høj autonomi og lærerdikteret undervisning med lav autonomi for 3-5. klasses skolebørn, udledte forskerne, at dette ikke influerede på skolebørnenes motivation for fysisk aktivitet (Erwin, Stellino et al. 2013).

I tillæg hertil fremgår det endvidere af analysen, at indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet under idræt synes at være ubetinget, hvorvidt lærerne dikterer legenes forløb, eller om indskolingsbørnene blot leger på egen hånd. Til trods for, at Self-Determination Theory fremhæver oplevelsen af autonomi som værende almengyldig for indre motivation for fysisk aktivitet (Ryan, Deci 2000a, Ryan, Deci 2000b), indiker analysen og fremsøgt litteratur, at indskolingsbørnenes behov for autonomi muligvis ikke

er af samme betydning, sammenholdt med eksempelvis ældre skolebørn. Denne sammenfatning vil være af betydning i et forandringsperspektiv, da dette eksempelvis giver begrundelse for, at opstille tiltag der ikke siddestiller tilhørsforhold og autonomi.

Foruden motivationsfaktorer relateret til autonomi og tilhørsforhold, synes andre faktorer også at have betydning for indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet. Betydningen af skolegårdens faciliteter blev undersøgt i studiet af Engelen, Bundy et al. (2013). Ved brug af et kontrolleret randomiseret studiedesign blev 12 forskellige skoler benyttet, hvoraf seks af disse fungerede som interventionsskoler, mens den resterende del var kontrolskoler. I modsætning til kontrolskolerne fik interventionsskolerne tilført forskellige legeremedier. Resultatet viser, at skolebørnene på interventionsskolerne var signifikant mere aktive, omend forskellen var lille. På interventionsskolerne var skolebørnene gennemsnitligt 1.8 minutter mere aktive, af moderat til hård intensitet ($p = 0.006$) sammenholdt med kontrolskolen. Ligeledes havde interventionsgruppen mindre stillesiddende aktivitet, svarende til 2.1 minutter ($p = 0.01$) (Engelen, Bundy et al. 2013). Et lignende fund bliver gjort af Ridgers, Stratton et. al (2007) som undersøger, hvorvidt renovering af 11 skolegårde, herunder tilførsel af nye faciliteter, influerer på mængden af fysisk aktivitet blandt skolebørnene. Studiet udleder, at børn som var tilknyttet skoler med nye faciliteter blev signifikant mere aktive (Ridgers, Stratton et al. 2007).

Et studie af Cardon, Labarque et al. (2009) benytter ligeledes et kontrolleret studiedesign, men finder i modsætning til Engelen, Bundy et al. (2013) og Ridgers, Stratton et. al (2007), at faciliteterne ikke har betydning for børnenes fysiske aktivitetsniveau. Studierne af Engelen, Bundy et al. (2013) og Ridgers, Stratton et. al (2007) fremstår endvidere modstridende med analysen i nærværende speciale, idet denne udleder, at faciliteterne ikke synes at være af betydning. Det bagvedliggende rationale for denne analytiske dragelse er, at specialegruppen observerer, hvorledes indskolingsbørnene blot påbegynder et andet gøremål med et andet remedie, såfremt deres foretrukne remedie er optaget. I relation til litteraturstudiet og analysen fremstår betydningen af faciliteter i skolegården for børnenes indre motivation for fysisk aktivitet således som værende divergerende. En forklaring på de modstridende fund kan være, at de respektive studier benytter skoler som alle er forskellige. Eksempelvis vil tilførsel af nye remedier i en skolegård, som allerede har flere remedier, muligvis ikke være medvirkende til at børnene bliver mere aktive.

Omvendt kan tilførsel af nye remedier til en skolegård, som i forvejen kun har begrænsede remedier, muligvis afstedkomme øget aktivitetsniveau hos børnene. Således er faciliteternes betydning for børnenes aktivitetsniveau ikke en entydig faktor, men afhænger derimod af den givne kontekst skolebørnene befinder sig i.

Foruden faciliteternes betydning for indskolingsbørnenes indre motivation for fysisk aktivitet, gør specialegruppen sig endvidere nogle erfaringer i relation til, hvorvidt de strukturelle rammer muliggør, at indskolingsbørnene kunne være fysisk aktive. I problemanalysen bliver det fremhævet, at *Styrelsen for Sundhed og Forebyggelse* i Grønland har udarbejdet et idékatalog, hvori forskellige aktivitetsfremmende strategier forelægges. Herunder nævnes blandt andet løbeture rundt om skolen, fysiske øvelser i undervisningen samt skridttælle-konkurrencer klasserne imellem (Styrelsen for Sundhed og Forebyggelse 2015). Gennem den fokuserede etnografi blev specialegruppen imidlertid bekendt med andre forandringsmuligheder, hvilke ikke fremgår af idékataloget. Eksempelvis beskrives det i analysen, at tidsrummet hvor indskolingsbørnene reelt har idræt begrænser sig til cirka 30-60 minutter. Dette til trods for, at der er skemalagt 1 time og 30 minutter, hvilket antyder, at tiden muligvis kan disponeres mere hensigtsmæssigt til fordel for mere fysisk aktivitet i hallen. Endvidere fremgår det af analysen, at indskolingsbørnene ikke kan tilbydes idræt hver uge, da hallen er optaget, hvorfor de i stedet benytter sig af udeliv. Faget udeliv fremstår som et hensigtsmæssigt alternativ i relation til forebyggelse af overvægt, da børnene givetvis er mere aktive i udeliv sammenholdt med de boglige fag. Som tidligere beskrevet forløber udeliv typisk med gåture til forskellige destinationer i naturen, hvorfor faget muligvis ikke rummer fysisk aktivitet jævnfør specialets definition i kapitel 5. Af samme årsag kan der sættes spørgsmålstejn ved, i hvilket omfang faget udeliv afføder sundhedsfremmende effekter i relation til forebyggelse af overvægt, da fysisk aktivitet med henblik på forebyggelse af overvægt, givetvis ikke er genstand for større fokus i faget udeliv. I så fald rummer faget udeliv måske netop en mulighed for, at kunne kombinere indskolingsbørnenes færden i naturen med mere fysisk aktivitet, for herved at kompensere for begrænset brug af idrætshallen.

11. METODEDISKUSSION

Nedenstående diskussion indbefatter en kritisk forholde til de anvendte metoder i forbindelse med udarbejdelsen af specialets kvalitative undersøgelse samt tilknyttede litteraturstudie og teori.

11.1 Systematisk litteratursøgning

I specialeafhandlingen blev der foretaget en litteratursøgning i databaserne PubMed, Sociological Abstracts, Cinahl og PsycInfo. Ved anvendelse af flere databaser er det hensigten, at afdække genstandsfeltet bedst muligt samt minimere mulig bias. Ifølge Jørgen Folkersen (2002) findes der to kilder til bias i en litteratursøgning, hvilke der benævnes publikations- og referencebias. I specialets systematiske litteratursøgning er der fundet både positive, negative samt manglende effekter af forskellige faktorer, eksempelvis ved effekten af størrelsen på skolegården jf. diskussionsafsnit 10.4. Hermed synes nærværende litteratursøgning ikke at være underlagt publikationsbias, da der foreligger divergerende litteratur (Folkersen 2002). Referencebias er en systematisk fejl som kan opstå, når forskere refererer til andre artikler, som udelukkende understøtter deres egne fund og hypoteser, for at styrke fremtoningen af egne fund (Folkersen 2002). I nærværende speciale er denne type bias forsøgt undgået, ved at inddrage litteratur, som både tilsvare og modsvarer egne empiriske fund. I diskussionsafsnit 10.5 finder et studie af Cardon, Labarque et al. (2009), at løse legeremedier ikke har en indflydelse på børnenes aktivitetsniveau, hvilket der er divergerende med nærværende empiriske fund. Hertil benævnes sammenligning og refleksion over ligheder og forskelle mellem egne fund og eksisterende litteratur som god forskningspraksis (Tjørnhøj-Thomsen, Whyte 2011). For at imødekomme dette, er det valgt at inddrage disse fremsøgte studier i diskussionen, uagtet om disse studier tilsvare eller modstrider egne empiriske fund. Det er dermed ikke forsøgt at styrke egne empiriske fund, men i stedet at nuancere disse med fund fra eksisterende litteratur, og derved være tro mod den eksplorative tilgang jf. specialets metodologiske tilgang kapitel 6.

I den systematiske litteratursøgning er der ikke gjort brug af trunkering på alle thesaurustermer, hvilket kunne have bidraget med en bredere søgning med flere relevante hits. Litteratursøgningen har imidlertid resulteret i 11 hits, der er fundet relevante i forhold til specialets diskussion af de empiriske fund. Dette antal er dog ikke

ensbetydende med at den systematiske litteratursøgning er fyldestgørende, hvorfor brug af trunkering muligvis kunne medføre yderligere litteratur til diskussionen af egne empiriske fund. Litteratursøgningen indeholder imidlertid studier med divergerende fund, hvorfor den manglende trunkering ikke udelukkende har medført studier med identiske eller tilsvarende fund.

Da nærværende speciale omhandler en specifik grønlandsk kontekst, er studierne oprindelsessted tillagt betydning. Med dette in mente er der inkluderet studier fra både Europæiske lande og lande uden for Europa, velvidende at disse kan rumme skolemæssige og kulturelle forskelle. Dette er valgt, da der foreligger begrænset viden om cirkumpolare indskolingsbørns motivation for fysisk aktivitet, hvorfor fund fra litteraturen kan være underlagt forbehold for kulturelle forskelle. Analysen i nærværende speciale er datastyret, hvorfor fund herfra ikke har været under indflydelse af litteraturen. Dermed er litteraturen tillagt en nuancerende rolle, og er dermed ikke styrende for fund i nærværende speciale.

Den systematiske litteratursøgning blev foretaget inden udarbejdelse af analysen af den indsamlede empiri, hvilket kan betragtes som uhensigtsmæssigt, da den empiriske analyse således kan blive påvirket af litteraturstudiet. Der er derfor lagt stor vægt på at lade fundene fra empirien træde tydeligt frem i analysen, for på den måde at være tro mod en datastyret tilgang. Af samme grund er det valgt først at inddrage fundene fra litteraturstudiet i diskussionen, således disse ikke bliver styrende. Eftersom den systematiske litteratursøgning ledte til 415 hits blev den første vurdering af disse baseret på overskrift og abstract. Såfremt den systematiske litteratursøgning i stedet blev foretaget efter analysen af de empiriske fund, kunne dette, foruden sikkerhed for en datastyret analyse, muligvis have medført flere brugbare studier. Dette kunne eksempelvis forekomme som resultat af tilføjelsen af yderligere én søgefacet såsom fællesskab, hvilket formentlig vil lede til færre hits, hvorfor en dybere gennemgang af studierne ville være mulig. Dertil kunne tilpassede søgetermer muligvis lede til flere anvendelige studier, eftersom søgningen vil være tilpasset de empiriske fund fra analysen. Der vil imidlertid foreligge en mulighed for, at en tilpasset søgning ikke vil foranledige fund, som ikke tilsvarende egne observations- og interviewdata.

11.2 Den kvalitative undersøgelse

Kvalitetskriterierne vil i denne kvalitative undersøgelse vurderes ud fra kriterier, der tilsvarende kvalitative metoder (Tanggaard, Brinkmann 2015b). Diskussionen af specialets metode tager derfor udgangspunkt i Tjørnhøj-Thomsen og Whytes (2011) kriterier om etnografisk gyldighed og pålidelighed, samt Antoft og Salomonsens kriterier for analytisk generaliserbarhed (Antoft, Salomonsen 2007).

Kriterierne for etnografisk intern gyldighed omhandler, hvorvidt undersøgelsens konklusioner er baseret på den empiriske virkelighed, og kortlægger det fænomen som det ønskes at undersøge, og dermed metodisk er egnet til at undersøge det ønskede (Tjørnhøj-Thomsen, Whyte 2011, Christensen, Nielsen et al. 2011). I nærværende speciale ønskes det at undersøge fænomenet: grønlandske indskolingsbørns motivation for fysisk aktivitet.

11.2.1 Forskningsdesign

Ved at benytte fokuseret etnografi som forskningsmetode, vurderer Spradley (1980), at det ikke er muligt at få et komplet billede af den fulde kontekst, da man ikke får et indblik i alle de kulturelle elementer som kan forekomme uden for skolens rammer. Eftersom det ikke er specialets formål at undersøge de omkringliggende faktorer, vurderes det, at den valgte forskningsmetode og indsamlede kvalitative fund formår at danne et nuanceret billede af den specifikke kontekst, hvorfor gyldigheden anses tilfredsstillende i relation til undersøgelsens formål.

Spradley (1980) anbefaler at benytte billeder og video som dataindsamlingsværktøj ved observationer. Denne anbefaling ses ligeledes hos Knoblauch (2005), som pointerer, at brugen af billeder og video kan tilføje en ekstra dimension i dataindsamlingen, og dermed være behjælpeligt ved kort tid i felten. Billeder og videoer er dog ikke benyttet i nærværende speciale, da de respektive skoler ikke gav tilladelse hertil såfremt skolebørnene indgik i dem. Skoleinspektørerne forsøgte at få tilladelse af forældrene ved at tage kontakt til dem gennem deres intranet, hvor enkelte afviste. Da specialegruppen ikke har beskæftiget sig med observation som forskningsmetode før, og dermed ikke er rutinerede observatører, er det muligt, at billeder og video kunne have bidraget med flere nuancer og derved højne den interne gyldighed.

Nærværende speciale var oprindeligt tiltænkt som et parallelt mixed methods studie, hvor både en kvantitativ og en kvalitativ delundersøgelse skulle indgå, for at skabe en komplementær og kompleks eksplorativ diskussion af børns motivation, overvægt, fysisk aktivitet samt et forandringsperspektivsperspektiv (Frederiksen 2015). Den kvantitative delundersøgelse skulle ved brug af en tværsnitsundersøgelse bidrage med at kortlægge prævalensen af overvægt og svær overvægt blandt grønlandske indskolingsbørn efter 2013, da denne på nuværende tidspunkt er ukendt. En viden om denne udvikling kunne muligvis bidrage med en interessant vinkel på diskussionen, hvad end prævalensen er steget, faldet, stagneret eller forekomsten af overvægt af faldet mens svær overvægt er steget og omvendt. For at kunne belyse dette, var der indledt et samarbejde med Departementet for Sundhed i Grønland om at få tildelt data fra skoleundersøgelser af alle skolebørn født i Grønland siden 1970 og fremefter. Det udleverede data var imidlertid ikke i overensstemmelse med det forventede, og ville derfor ikke kunne klarlægge prævalensen af overvægt blandt indskolingsbørn født efter 2005. Som resultat heraf blev mixed methods som design fravalgt, hvorfor fokus blev rettet udelukkende mod en kvalitativ undersøgelse. Til trods herfor, har denne kvalitative undersøgelse stadig bidraget med en dybdegående analyse af de underliggende motiver der influerer på indskolingsbørnenes fysiske aktivitetsniveau.

11.2.2 Udvalgelse af informanter

Eftersom udvælgelsen af informanter beroede på gatekeepere, kan det have medført et forvrænget billede af den virkelighed og det fænomen som ønskes undersøgt, og dermed forringet den interne gyldighed (Tjørnhøj-Thomsen, Whyte 2011). Dette skyldes, at skoleinspektørerne på de respektive skoler har haft mulighed for at etableret kontakt til de mest fysisk aktive indskolingsklasser, samt de lærere der forventes at udtale sig mest i overensstemmelse med skolernes ønskede profiler ud ad til. Der foreligger desuden en mulighed for, at brugen af lege i de boglige fag ikke gør sig gældende i andre alderstilsvarende klassetrin, hvilket der kunne have indgået et spørgsmål om i interviewguiden.

Det fremgår dog af feltnotaterne, at både børn fra den observerede indskolingsklasse samt børn fra andre klasser var aktive i frikvarterene, hvorfor der ikke fremstod en umiddelbar forskel. Det ses ligeledes, at lærernes udtalelser ikke nødvendigvis er overensstemmende,

hvilket kan indikere at skoleinspektørerne ikke har foretaget en selektiv udvælgelse af respondenter.

11.2.3 Observation som forskningsmetode

Valget af observationstype i forskningsmetoden er forbundet med fordele og ulemper. Fortalere for den deskriptive observation mener, at den fokuserede observation ikke tager højde for den kulturelle sammenhæng som det udvalgte fænomen er en del af (Spradley 1980). Derimod argumenterer fortalere for den fokuserede observation for, at der kun opnås en overfladisk forståelse af et fænomen, hvis ikke der er udvalgt et fokus (Spradley 1980). I nærværende speciale benyttes begge observationstyper i forsøget på at nuancere den skolekulturelle sammenhæng som indskolingsbørnene færdes i, samt frembringe en dybere forståelse af fænomenet motivation, hvilket var det ønskede med specialet. Der er dog primært anvendt fokuserede observationer, hvorfor yderligere deskriptive observationer over flere dage muligvis kunne berige forståelsen af kulturen.

Specialegruppen valgte at have én observatør på hver folkeskole, med henblik på at indsamle mere empiri, hvilket muligvis ikke gjorde sig gældende. Ved at benytte to observatører på den samme skole, kunne den samme mængde empiri muligvis være indsamlet, dog med den forskel at der ville være to perspektiver på indskolingsbørnenes ageren i den samme kontekst. Denne tilgang kunne antageligt have været mere velegnet, da specialegruppen ikke har beskæftiget sig med observationer som forskningsmetode før, hvorfor intern gyldigheden muligvis kunne højnes. Ifølge de personlige journaler fra observationsforløbet jf. 6.3.1.4, fremgår der frustrationer over manglende overblik i frikvartererne, grundet antallet af børn og skolegårdens opbygning. Notaterne fra journalerne illustrerer: *"det har været frustrerende at ikke at kunne følge alle børnene og i alt tumulten har man mistet overblikket"*. Journalnotater viser, at observatøren har haft svært ved observationer som forskningsmetode, og muligvis ikke har været i stand til at nå omkring alle aktiviteter. Dette kunne brugen af enten to observatører eller billeder og video muligvis kunne have afhjulpet.

Brugen af én observatør blev yderligere valgt ud fra ønsket om at være mindre fremtrædende, hvilket er foreneligt med nærværende speciales mål om passiv deltagelse og åbne observationer, jf. afsnit 6.3.1.1. Det viste sig imidlertid, at observatørerne i et

eller andet omfang påvirkede børnenes ageren, hvilket Bettina fra Skovbjerg Skole påpegede i et uformelt interview: (U: Bettina): “(...) at børnene havde været ekstra urolige i dag på grund af mig [observatør]”. Feltnoterne viser i relation hertil, at indskolingsbørnene gerne ville i kontakt med observatørerne: (F1): “(...) pauser bliver brugt på at flere af børnene kom over til mig [observatør] for at snakke, og spørge både til hvem jeg var, hvor jeg kom fra, hvor gammel jeg er og hvad jeg skrev i min notesblok (...).” og det samme blev noteret i en idrætsundervisning, hvor nogle børn kommer over til: (F3): “(...) mig [observatør], så de kan vise deres egenskaber frem”. Empirien viser dermed, at børnene var bekendte med observatørens tilstedeværelse i deres sociale virkelighed, hvilket der kan have ledt til Hawthorne-effekten, hvor forskningen i sig selv har en effekt på aktørerne. De observerede aktører kan opleve sig selv som noget særligt ved at blive udvalgt og få opmærksomhed (Franke, Kaul 1978). Hvorvidt dette har gjort sig gældende, og påvirket børnenes ageren og motivationen for fysisk aktivitet vides ikke, omend dette ikke kan udelukkes. Det er dermed ikke lykkedes at opretholde en distanceret passiv deltagelse, hvorfor observationernes intern gyldighed derfor muligvis kan være forringet. Såfremt dette brud på distancen havde foranlediget kontakt med børnene, som afstedkom nyttig information i relation til nærværende problemformulering, kunne denne periodevist manglende distance anvendes konstruktivt i analysen. Dette gjorde sig dog ikke gældende. Ligeledes forekom der ikke situationer i frikvartererne, hvor børnene forsøgte at etablere kontakt, hvorfor observatørernes tilstedeværelse muligvis ikke har påvirket børnenes ageren i frikvarterene.

11.2.4 Interviews som forskningsmetode

Der blev i nærværende speciale både benyttet formelle og uformelle interviews, samt observation som dataindsamlingsværktøjer. Disse interviews blev valgt, med henblik på at opnå en mere dybdegående og konkret indsigt i informanternes oplevelser og erfaringer i forhold til børnenes ageren skolekonteksten (Spradley 1979). Foruden disse individuelle interviews kunne fokusgruppeinterviews af lærerne muligvis have bidraget med yderligere nuancer. Brugen af et fokusgruppeinterview kunne muligvis få informanterne til at supplere hinanden, således samspillet kunne skabe en større refleksion (Halkier 2015). Dette kunne have været relevant, idet to lærere fra samme skole ytrer forskellige udlægninger til samme spørgsmål. Således kan lærerne gennem samspillet i fokusgruppen producere viden om indskolingsbørnenes motivation for fysisk

aktivitet, der anses som et komplekst emne. Ifølge Halkier (2015) kan gruppeprocessen netop indfange det komplekse ved en betydningsdannelse, hvilket der findes anvendeligt, da der kan være forskel på hvilken betydning en lærer og en pædagog tillægger motivation i forhold til fysisk aktivitet.

Det kan endvidere diskuteres om specialegruppen foruden observationer, samt uformelle og formelle interviews med skolelærerne, burde have inkluderet indskolingsbørnene i interviews. Fravalget af dette var grundet studier, der viser at børn under 8 år ikke besidder de fornødne kognitive færdigheder det kræves at adskille forskellige motiverende faktorer (Pannekoek, Piek et al. 2013). Dertil kræves informeret samtykke af den der besidder barnets forældremyndighed (Kyvik 2011). På trods af dette studies fund, kan det ikke udelukkes at interviews med indskolingsbørnene kunne supplere med andre nuancer og perspektiver i forsøget på at opnå en forståelse af deres livsverden.

11.2.5 Forståelsen af begrebet fysisk aktivitet

Der blev i nærværende speciale opstillet en definition af fysisk aktivitet jf. kapitel 5, med henblik på at kunne klarlægge aktiviteter som værende fysisk eller ikke værende fysisk aktive. Specialegruppens definition på fysisk aktivitet blev dog ikke præsenteret eller diskuteret med informanterne, hvorfor der kan foreligge en mulighed for at informanterne og specialegruppen ikke har haft den samme forståelse af fysisk aktivitet. Dette kan muligvis påvirke den interne gyldighed, da der ikke foreligger en fælles forståelse af fænomenet, hvorfor informanternes udtalelser vedrørende fysisk aktivitet, muligvis ikke tilsvarende specialegruppens definerede forståelse af fysisk aktivitet.

I analysen fremgår det, at specialegruppen og informanterne har forskellige perspektiver på fysisk aktivitet som begreb og dets sammenhold til sundhed. I henhold til problemformuleringen, fremgår det at det ønskes at udvikle et forandringsperspektiv der skal forebygge overvægt, hvilket ifølge Wackerhausen (1994) kan forstås som et sundhedsfundamentalistisk syn, da forståelsen af overvægt udgøres i BMI som er et objektivt, tidsløst og absolut fænomen. Imidlertid tillægger informanterne sig af et sundhedsrelativistisk syn, hvilket ifølge Wackerhausens (1994) forståelsesramme betegnes som et socialt konstrueret kultur, historisk, tids, og geografisk afhængigt fænomen, hvor den enkeltes subjektive værdier og holdninger til sundhed er i fokus. Dette ses ved at lærerne har et mere holistisk syn på sundhed, da de refererer til

indskolingsbørnenes sociale og personlige dannelse gennem fysisk aktivitet, fremfor en forebyggende effekt på overvægt.

11.2.6 Pålidelighed

Pålidelighed inden for det etnografiske feltarbejde vurderes ud fra i hvilken grad projektresultaterne er konsistente og troværdige (Kvale, Brinkmann 2009). Det er dermed essentielt at de udvalgte og anvendte udsagn og feltnoter er egnede og logiske til anvendelse i en analyse (Christensen, Nielsen et al. 2011). Konsistens og troværdighed opnås ved at redegøre og argumentere for de enkelte dele i forskningsprocessen. Denne åbne tilgang til fremgangsmåden betegnes også som transparens (Dahlgager, Fredslund 2011), som gør det muligt for læseren at forstå rationalet bag forskningsprocessen. Det er forsøgt at skabe denne transparens ved at transskribere den kvalitative empiri ud fra konsistente regler, således læseren er bekendt med transskriberingsprocessen. Selv samme transparente proces er ligeledes forsøgt illustreret ved at vedlægge et kodetræ, som viser vejen fra koder til temaer. Dertil er det forsøgt at synliggøre konteksten for de respektive feltnoter, samt en oversigt over de interviewede lærere, således det er muligt at opnå en indsigt i konteksten for empirien der benyttes i analysen.

11.2.7. Analytisk generalisering

Analytisk generalisering er en velovervejet bedømmelse af, i hvilken grad resultaterne fra en undersøgelse kan være inspirerende og omsættelig for en anden kontekst (Kvale, Brinkmann 2009). Jævnfør *udvælgelse af kontekst*, kan analytisk generalisering opnås hvis empirien bliver fortolket ud fra en teori (Antoft, Salomonsen 2007). I nærværende speciale er den kvalitative empiri blevet fortolket ud fra teorien Self-Determination Theory (Deci, Ryan 2002), hvilken der har til hensigt at bidrage med en generel teoretisk vinkel på de empiriske fund. Teorien har dermed bidraget med et bredere perspektiv på de empiriske fund, og derved gjort det muligt at analysere og diskutere ved hjælp af en generel teori om motivation. Dermed kan betragtninger fra nærværende speciale som beror på Self-Determination ikke udelukkende relateres til denne specifikke kontekst, men også tjene som inspiration i andre kontekster, hvor lignende forhold skulle gøre sig gældende. Det vurderes at inddragelsen af Self-Determination Theory har fungeret hensigtsmæssigt, eftersom denne har muliggjort nogle brede perspektiver, som ikke er muligt udelukkende på baggrund af den kvalitative data.

12. FORANDRINGSPERSPEKTIV

Baseret på fund fra analyse og diskussion, vil følgende afsnit begrunde og diskutere forslag til et forandringsspektiv, der fremmer indskolingsbørnenes motivation til fysisk aktivitet, med henblik på at forebygge overvægt hos grønlandske indskolingsbørn. Relevante studier og Self-Determination Theory vil løbende inddrages med henblik på at nuancere egne empiriske fund, for hermed at identificere et konkret forandringsspektiv. Herefter diskuteres den praktisk implementering af dette forandringsspektiv med afsæt i planlægningsværktøjet *Precede-Proceed modellen* (Crosby, Noar 2011), samt ved inddragelse af fokuspunkter benævnt som ‘modstand mod forandringen’ fremført af Jacobsen & Thorsviks (2014).

12.1 Mulighed for forbedring

På baggrund af analysen, diskussionen og ovenstående refleksion er der identificeret tre fokusområder, hvilke rummer mulighed for forandring med henblik på at forebygge overvægt hos grønlandske indskolingsbørn. Nedenstående to punkter danner udgangspunkt for de efterfølgende opstillede konkrete tiltag:

1. Udeliv er identificeret som et muligt forbedringspotentiale, da aktivitetsniveauet synes højere til idræt sammenholdt med udeliv. Årsagen til dette synes at skyldes, at indskolingsbørnene foretrækker at have idræt fremfor udeliv, eftersom at børnene kan gøre brug af forskellige remedier. Ligeledes beretter lærerne, at aktiviteterne i udeliv typisk foregår i gang, hvilket ikke stemmer overens med specialets definition på fysisk aktivitet, som er udarbejdet på baggrund af anbefalinger fra eksisterende litteratur ((Klarlund Pedersen, Andersen et al. 2011, Sundhedsstyrelsen 2013). Derfor synes der at være mulighed for et forandringsspektiv.
2. Idrætsundervisningen synes ligeledes at være et uudnyttet forandringsspektiv, da der bliver brugt mellem 30 til 60 minutter af den afsatte tid på 90 minutter. Dette skyldes, at der inden for de 90 minutter også skal bruges tid på at gå til og fra hallen, omklædning og spisning. Herved foreligger der mulighed for, at benytte de 90 minutter mere hensigtsmæssigt med henblik på at

indskolingsbørnene for mest mulig tid til fysisk aktivitet i hallen eftersom indskolingsbørnene finder idræt motiverende.

12.2 De grønlandske indskolingsbørns motivation for fysisk aktivitet

På baggrund af analysen og diskussionen er fællesskab identificeret som et gennemgående omdrejningspunkt, og fremgår ligeledes som et komplekst fænomen. Fællesskaber synes således både at omhandle gode relationer mellem børnene (Lopez-Dicastillo, Grande et al. 2013), tryghed, tillid og samhørighed. Af litteraturstudiet fremgår det endvidere, at fravalg af fysisk aktivitet i frikvartererne ofte begrundes med manglende legekammerater (Stanley, Boshoff et al. 2012), og at det kan være svært at komme ind i et allerede etableret fællesskab, da børnene har præferencer for hvem de ønsker at lege med (Lopez-Dicastillo, Grande et al. 2013). Således kan 'ensomme' og overvægtige børn have svært ved at danne nye sociale relationer, hvorfor de kan være særligt hæmmede i henhold til at være motiverede for fysisk aktivitet. På baggrund af dette, vurderes det essentielt at skabe et forandringsperspektiv med fokus på at fremme disse fællesskaber, med henblik på at fremme den indre motivation til fysisk aktivitet.

Foruden fællesskaber fremgår lærernes didaktiske overvejelser ligeledes som et gennemgående omdrejningspunkt, da lærerne synes at associere fysisk aktivitet med børnenes sociale og personlige dannelse, mens forebyggelse af overvægt synes at være genstand for et mindre fokus. Dét at lærerne betoner vigtigheden, af fællesskaber synes indirekte at fremme indskolingsbørnenes indre motivation til fysisk aktivitet. Ligeledes påpeger Griffin, Meaney et al. (2013) vigtigheden af, at lærerne har et individuelt fokus på skolebørnenes progression fremfor sociale sammenligninger, da det har betydning for skolebørns motivation til fysisk aktivitet. Med udgangspunkt i dette synes lærerens didaktiske overvejelser at være af betydning i et forandringsperspektiv med fokus på at fremme indskolingsbørns indre motivation.

12.3 Konkrete tiltag

Som nævnt ovenfor afføder den nuværende struktur for idrætstimerne, at det reelt set er 30-60 minutter af de afsatte 90 minutter der benyttes på fysisk aktivitet. Dette forhold gør sig specielt gældende for Skovbjerg Skole, hvor børnene mødes i deres klasselokale til navneopråd, forud for en fælles afgang til den tilknyttede minihal. Det fremgår imidlertid

af analysen og diskussionen, at strukturen forholder sig anderledes på Grøndal Skole, da skolebørnene mødes i deres gymnastiksal, hvilket resulterer i at børnene kan være fysisk aktive i længere tid. Som resultat heraf kan det anbefales, at skolebørnene mødes hvor idrætsundervisningen skal finde sted, således navneopråb kan foregå sideløbende med omklædning, hvilket der kan forlænge tiden til selve idrætsundervisningen. Foruden denne mulighed for at øge tiden til fysisk aktivitet på Skovbjerg Skole, ses der ligeledes en mulighed for at fremme tiden til fysisk aktivitet på både Skovbjerg og Grøndal Skole. Dette skyldes at idrætstimerne på både Skovbjerg og Grøndal Skole er placeret i tidsrummet 08:00 - 09:30. Da det ønskes at børnene skal have mulighed for at spise inden det efterfølgende frikvarters start, forlader børnene minihallen og gymnastiksalen 09:00, således der er afsat 15 minutter til bad og omklædning, samt 15 minutter til at spise forud for frikvarteret. Såfremt disse idrætstimer i stedet placeres sidst på dagen, således der ikke er et efterfølgende frikvarter hvorinden der skal afsættes tid til spisning, vil dette potentielt kunne afføde yderligere 15 minutter til fysisk aktivitet.

I analysen og diskussionen fremgår det endvidere, at det på Skovbjerg Skole ikke er muligt at benytte minihallen hver uge, da der er for mange der skal deles om tiden i minihallen. Ud fra Skovbjerg Skoles hjemmeside fremgår det imidlertid, at den tilknyttede minihal ikke benyttes i tidsrummet 12:45 - 15:15 om torsdagen. På dette tidspunkt er indskolingsbørnene taget hjem fra skole, hvorfor det virker oplagt at placere en af de ældre klassers idrætstime her, i stedet for om formiddagen, da de alligevel er at finde på skolen beskæftiget med boglige fag.

Som resultat af mangel på disse tider i minihallen blev rotationsordningen med udeliv oprettet. Indskolingsbørnene fremstår imidlertid ikke tilsvarende motiverede for udeliv som idræt, og det forlyder deslige fra de interviewede lærere, at timerne i udeliv bedrives i gang, hvilket ikke kan defineres som fysisk aktivitet jf. nærværende speciales definition af fysisk aktivitet, kapitel 5. Det anses derfor muligt at øge det fysiske aktivitetsniveau i udeliv, hvilket understøttes af fundene fra analysen og diskussionen. I forbindelse med udformningen af aktiviteter tiltænkt at fremme det fysiske aktivitetsniveau i udeliv, findes undertiden betydeligt at indtænke fællesskaber i udarbejdelse. Dette skyldes, at fællesskab gennemgående fremstår som en faktor der påvirker børnenes indre motivation, hvortil tilgangen til netop fællesskaber kan være problematisk for overvægtige børn.

Det fremgår af analysen og diskussionen, at legeremedier kan være medvirkende til at øge børnenes motivation til fysisk aktivitet, da dette anvendes som begrundelse for

børnenes større interesse i idræt end udeliv. Såfremt det er muligt at medtage allerede erhvervede remedier fra idræt eller erhverve yderligere remedier, synes disse ligeledes anvendelige i faget udeliv. Disse remedier kunne således indgå i aktiviteterne i udeliv, hvorfor børnenes indre motivation for fysisk aktivitet muligvis kan højnes.

12.4 Implementering og evaluering af nyt tiltag med inspiration fra Precede-Proceed modellen

Det er valgt at drage inspiration fra Precede-Proceed modellen, som er en planlægningsmodel der opdeler planlægningen af, hvorledes en sundhedsintervention kan udvikles eller forbedres i ni punkter fordelt over planlægnings- og evalueringsfasen. Dermed skal denne model bidrage til grundlæggende guidelines for beslutningstagningen af specialets konkrete tiltag. Samtidig er modellen holistisk, da den er opbygget efter en økologisk tilgang, eftersom den ikke kun inddrager de proksimale årsager til en sygdom, men medtænker ligeledes de distale faktorer, såsom strukturelle forholds betydning for det givne sundhedsproblem. Dermed inddrager modellen alle aspekter hos et individ som et potentiel interventionsmål, ligesåvel som individets egen adfærd (Crosby, Noar 2011). I dette tilfælde vil der sættes fokus på proksimale faktorer, da det ønskes at forebygge overvægt blandt grønlandske indskolingsbørn, med henblik på at sænke risikoen for følgesygdomme (Vallgård, Diderichsen et al. 2014). Dertil vil forandringsperspektivet, som resultat af nærværende speciales definerede kontekst, i stedet for Precede-Proceed modellens makroperspektiv (Crosby, Noar 2011), bero sig på et mikroperspektiv tilsvarende den undersøgte kontekst.

12.4.1 Planlægningsfasen

Med inspiration fra Precede-Proceed modellen er første punkt at klarlægge den aktuelle genstand for forbedring, med henblik på at fremme livskvaliteten hos en specifik gruppe (Crosby, Noar 2011). Sat i relation til nærværende speciale, ønskes det er forebygge forekomsten af overvægt blandt grønlandske indskolingsbørn, da overvægt jævnfør problemanalysen kan foranledige en række fysiske og psykiske følgesygdomme (Mølgaard, Dela et al. 2007, Kjølner, Juel et al. 2007, NOEIE Panel 1998, WHO 2016a). Når identifikationen af målet for forandringen er opfyldt, anbefales det at opsætte succeskriterier, der gør det muligt at vurdere hvorvidt forandringen har været succesfuld (Crosby, Noar 2011). I nærværende speciale findes det relevant at undersøge, hvorvidt

forandringen har foranlediget et øget fysisk aktivitetsniveau. Det er valgt at fokusere på det fysiske aktivitetsniveau som succeskriterie, da prævalensen af overvægt kan påvirkes af andre faktorer, såsom kost (Parillo, Riccardi 2004), både inde og uden for den aktuelle skolekontekst. En sådan måling af det fysiske aktivitetsniveau kan foregå ved hjælp af skridttællere eller pulsmålere, som placeres på en gruppe indskolingsbørn, hvor målinger skal finde sted både før og efter forandringen. Foruden disse kvantitative målinger findes det ligeledes interessant at foretage en kvalitativ vurdering af indskolingsbørnenes motivation til faget udeliv ved at forhøre lærerne om, hvorvidt børnene synes at være mere motiverede efter forandringen. Desuden findes det også interessant, at høre børnenes subjektive oplevelse før og efter forandringen, for derved at bedømme om motivationen er faldet eller øget.

Når dette er gjort, ønskes det at undersøge, hvorledes det fysiske aktivitetsniveau påvirkes af omkringliggende faktorer. Nærværende speciale har haft fokus på disse faktorer, hvilket der har ledt til fund der tyder på, at det fysiske aktivitetsniveau i skolekonteksten er under påvirkelse af børnenes oplevelse af tilhørsforhold og skolens strukturering af idræt og udeliv, hvilket der kan have en effekt på forebyggelsen af overvægt.

For at tiltaget kan indfries, ønskes det at tilegne lærerne en øget forståelse af de faktorer der influerer positivt på børnenes motivation for fysisk aktivitet (Crosby, Noar 2011). Med udgangspunkt i dette speciale, kan dette opnås ved at give lærerne en øget viden om de negative kort- og langsigtede følgevirkninger som kan forekomme i forbindelse med overvægt, samt hvorledes fysisk aktivitet kan påvirke dette (Mølgaard, Dela et al. 2007, Kjølner, Juel et al. 2007, NOEIE Panel 1998, WHO 2016a). Derudover kunne lærerne præsenteres for nærværende speciales resultater, for derved at gøre dem bevidste om at inkorporere fællesskab i deres didaktiske overvejelser om aktiviteterne, da fællesskab synes at fremme skolebørnenes indre motivation for fysisk aktivitet. Dermed tilegnes lærerne en sundhedsforståelse og viden om fællesskabers evne til at øge aktivitetsniveauet, som i sidste instans kan være medvirkende til at forebygge overvægt.

Foruden at tilegne lærerne yderligere viden, er det ligeledes fordelagtigt, at tilskynde de fungerende sociale normer som eksisterer i nærværende kontekst (Crosby, Noar 2011). Det er derfor afgørende at benytte ros og anerkendelse til løbende at opretholde lærernes engagement for at øge børnenes aktivitetsniveau i udeliv. Endvidere er det afgørende at medtænke, hvilke nødvendige betingelser der skal være til stede, for fremme

sandsynligheden for at lærerne lykkedes med forandringsperspektivet (Crosby, Noar 2011). Dette kan imødekommes ved at indføre remedier i udeliv, da det ifølge specialets analyse og diskussion synes at være af betydning for indskolingsbørnenes indre motivation for fysisk aktivitet.

Forinden selve implementeringsfasen ønskes en vurdering af de evner og ressourcer som skolen og lærerne besidder, med henblik på at kunne identificere omfanget af de manglende evner og ressourcer. Lærerne som anses som aktørerne for varetagelsen af udeliv varetager ligeledes idrætsundervisningen, hvorfor disse lærere allerede på nuværende tidspunkt har erfaringer med at varetage en fysisk aktiv undervisning. Derfor er der muligvis ikke yderligere ressourcer forbundet med lærernes tilegnelse af disse. Det er undertiden nødvendigt at afsætte tid til at informere lærerne om selve forandringen, fællesskab som motiv for fysisk aktivitet, samt de gavnlige effekter af fysisk aktivitet. Der er ligeledes en udgift forbundet med erhvervelsen af remedier, såfremt det ønskes at benytte remedier i aktiviteterne, eftersom de synes at være fremmende for børnenes indre motivation til fysisk aktivitet.

12.4.2 Implementering og håndtering af modstand mod forandringen

Når det ovenstående har fundet sted, udgør implementeringen næste fase. Forud for selve implementeringen er det imidlertid væsentligt at overveje hvorledes lærerne vil tage imod den forestående forandring. Ifølge Jacobsen & Thorsvik (2014) er det et kendt scenarie, at forandringer kan blive mødt af modstand. I denne forbindelse opstiller Jacobsen & Thorsvik (2014) ti årsager til modstand mod forandring. Disse ti årsager vil ikke alle blive belyst, da tre af disse årsager står stærkere frem i relation til denne kontekst end de resterende syv. Den første af disse, årsag 1, vedrører den generelle risiko for at frygten for det ukendte kan afføde modstand mod forandringen (Jacobsen & Thorsvik, 2014). Dette scenarie synes plausibelt, eftersom forandringen af faget udeliv kan være forbundet med noget ukendt og usikkert. Foruden denne årsag ses ligeledes årsag 6 omhandlende krav om nye investeringer (Jacobsen & Thorsvik (2014). Disse krav vil i denne forandring relatere sig til, at lærerne som aktører for varetagelsen af faget udeliv, vil blive sat til at tilegne sig nye kompetencer, relateret til didaktiske overvejelser om fællesskaber blandt børnene. Det anses dog ikke som værende en længerevarende proces, da lærerne i forvejen er bekendte med varetagelsen af idræt. Dog vil selv den formodede korte proces kræve en periode med dobbeltarbejde, hvilket der af Jacobsen & Thorsvik (2014) er

anført som den 7 årsag til modstand. Dette dobbeltarbejde vil antageligt foregå enten samtidig med varetagelsen af den normale skolegang, eller i ferier eller weekender hvilket der kan lede til modstand. I relation til dette fremgår det af Saras udtalelse, at: *”(...) der er nogen der synes at det er for meget forlangt (...), at skolen skal varetage de forskellige opgaver (...) noget ekstra arbejde kan man sige”*. Ud fra ovenstående fremgår det, at modstand mod denne forandring er en reel mulighed. Det er derfor valgt at opstille yderligere fokuspunkter, rettet mod at håndtere eventuel modstand mod forandringen, med henblik på at forandringen bliver vellykket. Jacobsen & Thorsvik (2014) pointerer i denne forbindelse at en klar formidling af ræsonnementet opbygget af saglige oplysninger kan være af afgørende betydning. I denne forbindelse fremgår der studier af nærværende problemanalyse, som både pointerer udviklingen i prævalensen af overvægt og svær overvægt i Grønland (Schnohr, Sørensen et al. 2005, Rex, Larsen et al. 2014, Young, Bjerregaard et al. 2007, Bjerregaard, Jørgensen 2013, Bjerregaard, Aidt 2010), samt mulige negative følgevirkninger (NOEIE Panel 1998, Kjølner, Juel et al. 2007, WHO 2016a). At opstille en klar strategi og en klar målsætning med forandringen kan ligeledes bevirke en vellykket forandring (Jacobsen, Thorsvik 2014), hvorfor det findes relevant at italesætte målsætningen fra ovenstående afsnit 12.4.1 omhandlende planlægningsfasen. Dette gøres med hensigten at sikre en kollektiv forståelse af formålet med forandringen. Da selve målsætningen med forandringen er et slutmål, kan det yderligere gavne forandringen at opstille kortsigtede realistiske mål, således der opnås en følelse af at målsætningen er opnåelig. Slutteligt pointerer Jacobsen & Thorsvik (2014), at positive relationer til forandringens initiativtager kan være afgørende betydning for lærernes indstilling. Slutteligt anbefales det derfor at initiativtageren tilrettelægger et oplæg, hvor ovenstående punkter indgår i oplægget, således der opbygges en fælles forståelse af både ræsonnementet og målsætningen med forandringen, samtidig med at initiativtageren synliggøres for aktørerne.

12.4.3 Evalueringsfasen

Slutteligt i Precede-Proceed modellen forekommer evalueringsfasen. Her anbefales det at gøre brug af procesevaluering. I procesevalueringen skal det vurderes om foreskrifterne for indsatsen egentligt blev fulgt i praksis, da det er relevant at vide, i hvilken grad forandringen er fuldført og om den nåede den ønskede målgruppe (Crosby, Noar 2011, Vallgård, Diderichsen et al. 2014). Derfor flyttes fokus fra at have omhandlet, hvilke

ting der blev gjort under planlægningsfasen af forandringsperspektivet til at forholde sig kritisk til, hvorvidt forandringen har fungeret efter hensigten og hvilke reaktioner det har affødt. For nærværende forandringen er det essentielt at foretage en opfølgning på om skolen formår at omstrukturere idrætsundervisningen for samtlige klasser på skolerne, så indskolingsbørnenes idrætsundervisning bliver flyttet til sidst på dagen, så lærerne har mulighed for at udnytte den afsatte tid mere optimalt. Endvidere kan der planlægges en processuel midtvejsevaluering med lærerne, der giver mulighed for at vurdere om motivationen og aktivitetsniveauet hos indskolingsbørnene er øget i udeliv. Samtidig skal det vurderes, hvorvidt det for lærerne har været muligt at gøre brug af didaktiske overvejelser i forhold til fællesskab og om det har haft en gavnlig effekt på indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet. På baggrund af denne processuelle midtvejsevaluering er det relevant at vurdere, om det er nødvendigt at forandre nogle ting i selve processen undervejs, for at tilpasse og drage mere fordel af forandringen.

Herefter skal det vurderes, hvorvidt forandringsperspektivets endelige mål og succeskriterier fra planlægningsfasen er opnået. For at evaluere effekten af tiltaget, findes det relevant at gøre brug af effektevaluering (Crosby, Noar 2011, Vallgård, Diderichsen et al. 2014). Derfor findes det anvendeligt at sammenholde resultater før og efter forandringen på en gruppe af lærer og indskolingsbørnene. Det kan forløbe sig ved at gøre brug af skridttællere eller pulsmålere på indskolingsbørnene før og efter forandringen i udeliv og idrætsundervisningen, for at måle om deres aktivitetsniveau er øget. Ydermere findes det relevant at foretage en kvalitativ vurdering af indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet både i henhold til udeliv og idræt før og efter forandringen. Dette opnås ved både at spørge om lærernes og indskolingsbørnenes subjektive mening om, hvorvidt motivationen er faldet, stagneret eller øget.

12.5 Etiske betragtninger på forandringen

Vallgård, Diderichsen et al. (2014) opstiller tre retninger inden for forebyggelsesetik, herunder liberalisme, paternalisme og liberalistisk paternalisme. Liberalismen og paternalismen udgør to yderpunkter, hvorimellem liberalistisk paternalisme er placeret. Et primært omdrejningspunkt for disse tre retninger er autonomi og frihed, som omhandler hvorvidt det er etisk korrekt eller ukorrekt, at bestemme hvorledes mennesker skal leve deres liv (Vallgård, Diderichsen et al. 2014). I relation til dette er liberalismen

og paternalismens grundtanke modstridende, da liberalismen ikke mener det er korrekt at indskrænke menneskets frihed og autonomi, mens paternalismen finder det ansvarligt at bestemme over mennesker så længe det er med henblik på at gavne dem (Vallgård, Diderichsen et al. 2014). Det fremstår imidlertid forsvarligt og korrekt inden for både liberalismen og paternalismen at handle på vegne af børn (Vallgård, Diderichsen et al. 2014). Da forsøget på at fremme fysiske aktivitet hos indskolingsbørn, med henblik på forebygge overvægt og derigennem følgesygdomme, anses som forsvarligt i både paternalismen og liberalismen, anses det ikke som etisk uforsvarligt at udføre ovenstående forandringsperspektiv. Dertil vil den primære forandring for børnene betyde, at de vil blive involveret i yderligere fysisk aktivitet i skoletiden. Dette anses dog ikke som et brud på børnenes interesse, da de ifølge specialets fund fremstår motiverede for idræt. Endvidere er det essentielt, at lærernes nuværende fokus på social og personlig udvikling hos børnene ikke tilsidesættes som resultat af denne forandring.

Til trods for at indskolingsbørnene udgør målgruppen, er det imidlertid ikke den eneste gruppe der vil blive berørt af forandringen. Dette skyldes at lærerne der varetager faget udeliv vil agere som aktører for faget hvori forandringen finder sted. Som beskrevet i afsnit 12.4.2, er det i forbindelse med implementeringen af forandringsperspektivet anbefalet, at informere lærerne om de potentielt negative følgevirkninger af overvægt. Denne informering er udelukkende tiltænkt lærerne, hvorfor børnene i denne sammenhæng ikke er involverede. Af samme årsager vil de etiske betragtninger i denne sammenhæng tage udgangspunkt i lærerne. Den førømtalte informeringssamtale med lærerne, kan undertiden afføde nogle etiske problematikker relateret til de involverede lærere. Denne informering besidder en underlagt risiko for at overvægtige lærere kan blive underlagt en bekymringsskabelse (Holtug, Sundhedsstyrelsen 2009). Bekymringsskabelse opstår typisk når personer oplever sig selv som skyldige, hvilket der kan anses som *"victim blaming"*, og dermed kan opleve dårlig samvittighed over egen vægt (Holtug, Sundhedsstyrelsen 2009). Bekymringsskabelse kan i gralder tilfælde lede til sygeliggørelse, hvor mennesker opnår en selvopfattelse af at være syg (Holtug, Sundhedsstyrelsen 2009). I forbindelse med informeringen om følgevirkninger ved overvægt, er det derfor essentielt at understrege at overvægt ikke er en sygdom, men blot en risikogruppe. Foruden bekymringsskabelse og sygeliggørelse kan negativ omtale af overvægt lede til både stigmatisering og selvstigmatisering (Holtug, Sundhedsstyrelsen

2009, Goffman 2009). Hvor selvstigmatisering i denne forbindelse kan relateres til sygeliggørelse, relaterer stigmatisering sig til risikoen for at den stigmatiserede kan blive underlagt en ofte ubevidst diskrimination (Goffman 2009). Dette kan i yderste instans resultere i, at forsøget på at øge livskvaliteten hos børnene, utilsigtet medfører forringet livskvalitet hos nogle lærere. Derfor understreges endnu engang vigtigheden af at have dette in mente hvis ovenstående forandringsperspektiv implementeres.

13. KONKLUSION

Med hensigten at forstå indskolingsbørnenes motiver for fysisk aktivitet, tager nærværende speciale udgangspunkt i den fænomenologiske forskningsmetode. Således gør specialegruppen brug af fokuseret etnografi, hvilket blev anvendt på to folkeskoler i Nuuk, Grønland. Ved passiv deltagende observation blev indskolingsbørn i alderen 5-9 år fulgt til undervisning i klassen, under frikvartererne i skolegården samt ved idræt i den tilknyttede hal. I tillæg hertil blev formelle interviews af tre indskolingslærere, samt et uformelt interview af en skolelærer ansvarlig for legepatruljen, foretaget med henblik på at nuancere indskolingsbørnenes livsverden, samt analysere skolens overordnede struktur og rammer. Med hensigten at udfolde det empiriske materiale blev behandlingen af data foretaget ved en datastyret tilgang. Data blev slutteligt analyseret og diskuteret med henblik på at besvare nærværende problemformulering:

Problemformulering: *Hvordan hæmmes og fremmes motivationen for fysisk aktivitet hos grønlandske indskolingsbørn, og hvorledes kan denne viden benyttes til at udvikle en aktivitetsfremmende forandring rettet mod at forebygge overvægt i den grønlandske folkeskole?*

Motiverede indskolingsbørn: Indskolingsbørnene fremstår gennemgående som motiverede for fysisk aktivitet, både på egen hånd i frikvartererne og ved lærerstyrede aktiviteter.

Fællesskaber: Uagtet hvilken kontekst indskolingsbørnene færdes i, synes de fortrinsvist at være fysisk aktive i fællesskaber. Af litteraturstudiet fremgår det entydigt, at skolebørns interaktion i fællesskaber udgør en fremmende motivationsfaktor for fysisk aktivitet. Fællesskaber fremstår undertiden som et komplekst fænomen, hvor både tryghed, tillid og samhørighed kan være af betydning. Relateret til begrebet tilhørsforhold fra Self-Determination Theory, foranlediger disse tilhørsforhold, at indskolingsbørnene er indre motiverede for fysisk aktivitet. På baggrund heraf fremstår fællesskaber som fremmende for indskolingsbørnenes motivation til fysisk aktivitet.

Didaktik: Skolelærernes didaktiske overvejelser i relation til fysisk aktivitet omhandler fortrinsvist sociale og psykologiske aspekter, herunder fællesskaber. Ifølge

litteraturstudiet synes reduktion af sociale sammenligninger, at være af betydning for indskolingsbørnenes indre motivation for fysisk aktivitet. Lærernes didaktiske fokus synes med baggrund i ovenstående at fremme indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet.

Skolegården og faciliteter: Indskolingsbørnene beskæftiger sig med et andet remedie eller andetsteds, såfremt et areal eller et remedie er optaget af et andet barn. Således fremstår skolegårdens areal og faciliteter som værende af mindre betydning for indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet. Litteraturen fremfører divergerende fund i relation hertil. Dette kan muligvis forklares med Self-Determination Theory, da en lille skolegård kan hæmme oplevelsen af autonomi. Omvendt vil en større skolegård med flere faciliteter muligvis afstedkomme den modsatte effekt. Skolegårdens størrelse og tilhørende faciliteter synes i nærværende speciale ikke at hæmme børnenes motivation for fysisk aktivitet.

Autonomi: Indskolingsbørnene fremstår aktive i skolegården når de færdes på egen hånd, mens de andre gange, uden større egenrådige bemærkninger, deltager i lærerstyrede leg. Af motivationsteorien Self-Determination Theory fremgår autonomi almentydigt. I nærværende speciale fremstår autonomi undertiden som værende fremmende for børnenes motivation for fysisk aktivitet, mens autonomi andre gange fremstår som værende uden betydning for deres motivation.

Specialegruppen har identificeret to fokusområder, Udeliv og Idræt, hvilke synes at rumme potentiale for et forandringsperspektiv med henblik på øge det fysiske aktivitetsniveau og derigennem forebyggelse af overvægt hos indskolingsbørn. I henhold til idræt anbefales en omstrukturering, hvormed en større del af de afsatte 90 minutter benyttes til fysisk aktivitet. I relation til faget udeliv anbefales det at initiere aktiviteter der forløber ved et aktivitetsniveau tilsvarende nærværende speciales definition af fysisk aktivitet. Når lærerne beskæftiger sig med Udeliv og Idræt vil det være hensigtsmæssigt, med henblik på at fremme indskolingsbørnenes motivation for fysisk aktivitet, at gøre brug af aktiviteter som indebærer at indskolingsbørnen færdes i fællesskaber, da dette synes at fremme deres motivation for fysisk aktivitet.

14. PERSPEKTIVERING

I Grønland har Ernærings- og Motionsrådet, med henblik på forebyggelse af overvægt, forelagt ambitionen om, at grønlandske skolebørn skal være aktive af mindst en times varighed i skolen. Som bekendt har nærværende speciale ikke haft i sigte, at kvantificere varigheden af fysisk aktivitet indskolingsbørnene tilvejebringer gennem deres skoledag. Dog antyder et simpelt regnestykke, at indskolingsbørnene under de nuværende rammer i skolen, ikke kan opfylde anbefalingerne om en times fysisk aktivitet. Af feltnoterne i nærværende speciale fremgår det, at fysisk aktivitet, jævnfør specialets definition, hovedsageligt forløber i frikvartererne og i idrætstimerne. Opsummeres varigheden af frikvarterer samt idrætstimer udgør dette omtrent 45 minutter dagligt. Præmissen for regnestykket er dog, at indskolingsbørnene er konstant fysisk aktive i den totale tid af frikvartererne og idrætstimerne. Som beskrevet i feltnoterne synes dette ikke at være gældende, da idrætstimen blandt andet forløber ved, at indskolingsbørnene går fra og til hallen. Af samme årsag er den faktiske tid, indskolingsbørnene er fysisk aktive i skolen, givetvis lavere end anførte 45 minutter.

Såfremt ambitionen om en times fysisk aktivitet for indskolingsbørn skal opfyldes, kalder dette på større strukturelle ændringer af det nuværende skolesystem. I denne sammenhæng har den danske folkeskole i 2014 netop undergået en større forandring, blandt andet med formålet, at inddrage mere fysisk aktivitet i skoleskemaet. I den danske undersøgelse, *Ny skole i bevægelse fremhæves* det, at mere idræt i skoleskemaet var medvirkende til, at lærerne ikke følte sig klædt på til at håndtere denne opgave. Det synes i denne sammenhæng muligt, at strukturelle ændringer af den grønlandske folkeskole, ligeså vil indebære visse udfordringer for de involverede parter. Til trods herfor, kan man i Grønland imidlertid glædes over, at den grønlandske folkeskole tilsyneladende rummer en stor ressource i form af motiverede indskolingsbørn.

15. REFERENCELISTE

ALEXANDER, S.A., FROHLICH, K.L. and FUSCO, C., 2014. Problematizing "play-for-health" discourses through children's photo-elicited narratives. *Qualitative health research*, 24(10), pp. 1329-1341.

ANNESI, J.J., 2005. Correlations of depression and total mood disturbance with physical activity and self-concept in preadolescents enrolled in an after-school exercise program 1. *Psychological reports*, 96(3c), pp. 891-898.

ANTOFT, R. and SALOMONSEN, H.H., 2007. Det kvalitative casestudium - introduktion til en forskningsstrategi. *Håndværk & horisonter : tradition og nytænkning i kvalitativ metode*. 2. oplag edn. Odense: Syddansk Universitetsforlag, pp. 29-57.

B OWEN, K., SMITH, J., LUBANS, D.R., NG, J.Y.Y. and LONSDALE, C., 2014. Self-determined motivation and physical activity in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. *Preventive medicine*, 67, pp. 270-270-279.

BJERREGAARD, P. and JØRGENSEN, M.E., 2013. Prevalence of obesity among Inuit in Greenland and temporal trend by social position. *American Journal of Human Biology*, 25(3), pp. 335-340.

BJERREGAARD, P. and AIDT, E.C., 2010. *Levevilkår, livsstil og helbred : befolkningsundersøgelsen i Grønland 2005-2009 = Atugassarititat, inooriaaseq peqqinnerlu*. Kbh.; Nuuk: Statens Institut for Folkesundhed; Naalakkersuisut.

BOREHAM, C. and RIDDOCH, C., 2001. The physical activity, fitness and health of children. *Journal of sports sciences*, 19(12), pp. 915-915-929.

BRINKMANN, S., 2015. Etik i en kvalitativ verden. In: S. BRINKMANN and L. TANGGAARD, eds, *Kvalitative metoder : en grundbog*. 2 edn. Kbh.: Hans Reitzel, pp. 463-480.

BUGGE, A., 2015. *Rapport for "Forsøg med Læring i Bevægelse"*. Odense: Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet.

CARDON, G., LABARQUE, V., SMITS, D. and DE BOURDEAUDHUIJ, I., 2009. Promoting physical activity at the pre-school playground: the effects of providing markings and play equipment. *Preventive medicine*, 48(4), pp. 335-340.

CHEN, W., 2014. Psychological needs satisfaction, motivational regulations and physical activity intention among elementary school students. *Educational Psychology*, 34(4), pp. 495-511.

CHRISTENSEN, E., 2015-last update, Bevægelse på gyngende grund. Available: <https://www.folkeskolen.dk/557916/bevaegelse-paa-gyngende-grund> [10/02, 2016].

CHRISTENSEN, U., NIELSEN, A. and SCHMIDT, L., 2011. Det kvalitative forskningsinterview. In: S. VALLGÅRDA and L. KOCH, eds, *Forskningsmetoder i folkesundhedsvidenskab*. 4 edn. Kbh.: Munksgaard Danmark, pp. 61-89.

CHRISTIANA, R.W., DAVIS, M., WILSON, M.G., MCCARTY, F.A. and GREEN, G.T., 2014. Factors related to rural young adolescents' participation in outdoor, noncompetitive physical activity. *Research quarterly for exercise and sport*, 85(4), pp. 509-509-518.

COX, A. and WILLIAMS, L., 2008. The roles of perceived teacher support, motivational climate, and psychological need satisfaction in students' physical education motivation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30(2), pp. 222.

CROSBY, R. and NOAR, S.M., 2011. What is a planning model? An introduction to PRECEDE-PROCEED. *Journal of public health dentistry*, 71(s1), pp. S7-S15.

CRUZ, E.V., 2013. The use of focused ethnography in nursing research. *Nurse Researcher*, 20(4), pp. 36.

DAHLAGER, L. and FREDSLUND, H., 2011. Hermeneutisk analyse. In: S. VALLGÅRDA and L. KOCH, eds, *Forskningsmetoder i folkesundhedsvidenskab*. 4 edn. Kbh.: Munksgaard Danmark, pp. 157-181.

DANSK SKOLEIDRÆT, 2016-last update, Legepatruljen. Available: <http://www.legepatruljen.dk/> [03/11, 2016].

DANSK SKOLEIDRÆT, 2014-last update, Lærere efterlyser redskaber til mere bevægelse i skolen. Available: <http://www.skoleidraet.dk/nyheder/2014/11/laerere-efterlyser-redskaber-til-mere-bevaegelse-i-skolen.aspx> [21/02, 2016].

DE GREEFF, J.W., HARTMAN, E., MULLENDER-WIJNSMA, M.J., BOSKER, R.J., DOOLAARD, S. and VISSCHER, C., 2016. Effect of Physically Active Academic Lessons on Body Mass Index and Physical Fitness in Primary School Children. *Journal of School Health*, 86(5), pp. 346-352.

DECI, E.L. and RYAN, R.M., 2002. *Handbook of self-determination research*. University Rochester Press.

EKELAND, E., HEIAN, F., HAGEN, K.B., ABBOTT, J. and NORDHEIM, L., 2004. Exercise to improve self-esteem in children and young people. *Cochrane Database Syst Rev*, 1.

EKELUND, U., LUAN, J., SHERAR, L.B., ESLIGER, D.W., GRIEW, P. and COOPER, A., 2012. Moderate to vigorous physical activity and sedentary time and cardiometabolic risk factors in children and adolescents. *JAMA: the Journal of the American Medical Association*, 307(7), pp. 704-704-712.

ENGELN, L., BUNDY, A.C., NAUGHTON, G., SIMPSON, J.M., BAUMAN, A., RAGEN, J., BAUR, L., WYVER, S., TRANTER, P. and NIEHUES, A., 2013. Increasing

physical activity in young primary school children—it's child's play: A cluster randomised controlled trial. *Preventive medicine*, 56(5), pp. 319-325.

ERICSSON, I. and KARLSSON, M., 2014. Motor skills and school performance in children with daily physical education in school—a 9-year intervention study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(2), pp. 273-278.

ERWIN, H.E., STELLINO, M.B., BEETS, M.W., BEIGHLE, A. and JOHNSON, C.E., 2013. Physical education lesson content and teacher style and elementary students' motivation and physical activity levels. *Journal of Teaching in Physical Education*, 32(3),.

FEDEWA, A.L. and AHN, S., 2011. The effects of physical activity and physical fitness on children's achievement and cognitive outcomes: a meta-analysis. *Research quarterly for exercise and sport*, 82(3), pp. 521-535.

FOLKERSEN, J., 2002. *Litteratursøgning og evidensvurdering - en kort vejledning*. Version 3 edn. Hvidovre: MTV-enheden, Hvidovre Hospital.

FORRESTER-KNAUSS, C. and STUTZ, E.Z., 2012. Gender differences in disordered eating and weight dissatisfaction in Swiss adults: Which factors matter? *BMC Public Health*, 12(1), pp. 1.

FRANKE, R.H. and KAUL, J.D., 1978. The Hawthorne experiments: First statistical interpretation. *American Sociological Review*, , pp. 623-643.

FREDERIKSEN, M., 2015. Mixed methods-forskning. In: S. BRINKMANN and L. TANGGAARD, eds, *Kvalitative metoder : en grundbog*. 2 edn. Kbh.: Hans Reitzel, pp. 197-214.

GOFFMAN, E., 2009. *Stigma : om afvigerens sociale identitet*. 2 edn. Frederiksberg: Samfundslitteratur.

GONZALEZ-SUAREZ, C., WORLEY, A., GRIMMER-SOMERS, K. and DONES, V., 2009. School-based interventions on childhood obesity: a meta-analysis. *American Journal of Preventive Medicine*, 37(5), pp. 418-427.

GRIFFIN, K., MEANEY, K. and HART, M., 2013. The Impact of a Mastery Motivational Climate on Obese and Overweight Children's Commitment to and Enjoyment of Physical Activity: A Pilot Study. *American journal of health education*, 44(1), pp. 1-8.

HALKIER, B., 2015. Fokusgrupper. In: S. BRINKMANN and L. TANGGAARD, eds, *Kvalitative metoder : en grundbog*. 2 edn. Kbh.: Hans Reitzel, pp. 137-152.

HARRIS, K.C., KURAMOTO, L.K., SCHULZER, M. and RETALLACK, J.E., 2009. Effect of school-based physical activity interventions on body mass index in children: a meta-analysis. *CMAJ : Canadian Medical Association journal = journal de l'Association medicale canadienne*, 180(7), pp. 719-726.

HARTNETT, M., 2016. Motivation in Online Education.

HARTNETT, M., 2009. Factors undermining motivation in place-based blended learning, *Proceedings of ASCILITE 2009*, pp. 443-449.

HOLTUG, N. and SUNDHEDSSTYRELSEN, 2009. *Etik i forebyggelse og sundhedsfremme*. Kbh.: Sundhedsstyrelsen; eksp. Rosendahl-Schultz Distribution.

INSTITUT FOR LÆRING, I., 2015. *Studieordningen for den centrale bacheloruddannelse 2014*. Grønland: Ilisimatusarfik, Grønlands Universitet.

JACOBSEN, D.I. and THORSVIK, J., 2014. *Hvordan organisationer fungerer : en indføring i organisation og ledelse*. 3 edn. Kbh.: Hans Reitzel.

JANSSEN, I., KATZMARZYK, P.T., BOYCE, W.F., VEREECKEN, C., MULVIHILL, C., ROBERTS, C., CURRIE, C., PICKETT, W. and THE HEALTH BEHAVIOUR IN SCHOOL-AGED CHILDREN OBESITY WORKING GROUP, 2005. Comparison of overweight and obesity prevalence in school-aged youth from 34 countries and their relationships with physical activity and dietary patterns. *Obesity Reviews*, 6(2), pp. 123-132.

JANSSEN, I. and LEBLANC, A.G., 2010. Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, 7, pp. 40-40-40.

JOHANSEN, A., 2009. *Mad- og måltidspolitik i skoler og fritidshjem - et pilotprojekt under Inuuneritta*. PAARISA.

KIRBY, J., LEVIN, K.A. and INCHLEY, J., 2012. Associations between the school environment and adolescent girls' physical activity. *Health education research*, 27(1), pp. 101-114.

KJØLLER, M., JUEL, K., KAMPER-JØRGENSEN, F. and STATENS INSTITUT FOR FOLKESUNDHED, 2007. *Folkesundhedsrapporten Danmark 2007 : 2004, 2005, 2006*. Kbh.: Statens Institut for Folkesundhed.

KLARLUND PEDERSEN, B., ANDERSEN, L.B., f.1950 and SUNDHEDSSTYRELSEN, 2011. *Fysisk aktivitet : håndbog om forebyggelse og behandling*. Version: 3.1, revideret edn. Kbh.: Sundhedsstyrelsen; eksp. Rosendahls-Schultz Distribution.

KNOBLAUCH, H., 2005. Focused ethnography, *Forum Qualitative Sozialforschung/Forum: Qualitative Social Research* 2005.

KOPCAKOVA, J., VESELSKA, Z.D., GECKOVA, A.M., KALMAN, M., VAN DIJK, J.P. and REIJNEVELD, S.A., 2015. Do Motives to Undertake Physical Activity Relate to Physical Activity in Adolescent Boys and Girls? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(7), pp. 7656-7656-7666.

KRISTENSEN, D.B., 2011. Fænomenologi. Filosofi, metode og analytisk værktøj. In: S. VALLGÅRDA and L. KOCH, eds, *Forskningsmetoder i folkesundhedsvidenskab*. 4 edn. Kbh.: Munksgaard Danmark, pp. 182-204.

KVALE, S. and BRINKMANN, S., 2009. *Interview : introduktion til et håndværk*. 2 edn. Kbh.: Hans Reitzel.

KYVIK, K.O., 2011. Udvalgte love og regler for forskning med mennesker. In: S. VALLGÅRDA and L. KOCH, eds, *Forskningsmetoder i folkesundhedsvidenskab*. 4 edn. Kbh.: Munksgaard Danmark, pp. 330-348.

LAUNSØ, L., RIEPER, O. and OLSEN, L., 1963, 2011. *Forskning om og med mennesker : forskningstyper og forskningsmetoder i samfundsforskning*. 6 edn. Kbh.: Nyt Nordisk Forlag.

LAZAAR, N., AUCOUTURIER, J., RATEL, S., RANCE, M., MEYER, M. and DUCHÉ, P., 2007. Effect of physical activity intervention on body composition in young children: influence of body mass index status and gender. *Acta Paediatrica*, 96(9), pp. 1321-1325.

LEE, I., SHIROMA, E.J., LOBELO, F., PUSKA, P., BLAIR, S.N., KATZMARZYK, P.T. and LANCET PHYSICAL ACTIVITY SERIES WORKING GROUP, 2012. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *The lancet*, 380(9838), pp. 219-229.

LLEWELLYN, A., SIMMONDS, M., OWEN, C. and WOOLACOTT, N., 2016. Childhood obesity as a predictor of morbidity in adulthood: a systematic review and meta-analysis. *Obesity Reviews*, 17(1), pp. 56-67.

LOPEZ-DICASTILLO, O., GRANDE, G. and CALLERY, P., 2013. School children's own views, roles and contribution to choices regarding diet and activity in Spain. *Child: care, health and development*, 39(1), pp. 109-117.

MACDONALD-WALLIS, K., JAGO, R. and STERNE, J.A., 2012. Social network analysis of childhood and youth physical activity: a systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, 43(6), pp. 636-642.

MADSEN, M. and STRANDBERG-LARSEN, K., 2011. Den epidemiologiske forskningsmetode. In: S. VALLGÅRDA and L. KOCH, eds, *Forskningsmetoder i folkesundhedsvidenskab*. 4 edn. Kbh.: Munksgaard Danmark, pp. 243-282.

MØLGAARD, C., DELA, F., FROBERG, K., HEITMANN, B.L., HOLM, L., HOLSTEIN, B., MADSEN, S.A., RICHELSEN, B. and TETENS, I., 2007. *Forebyggelse af overvægt blandt børn og unge - oplæg til strategi : en rapport fra Motions- og Ernæringsrådet*. Søborg: Motions- og Ernæringsrådet.

MULVAD, G., 2014-last update, Ernærings- og Motionsrådet. Available: http://naalakkersuisut.gl/da/Naalakkersuisut/Departementer/Sundhed/Raad/Ernaerings_Motions_Raadet [02/14, 2016].

NAALAKKERSUISUT, 2015. *Idekatalog - inspiration til fremme af fysisk aktivitet*. Naalakkersuisut.

NICLASSEN, B.V., PETZOLD, M.G. and SCHNOHR, C., 2007. Overweight and obesity at school entry as predictor of overweight in adolescence in an Arctic child population. *European journal of public health*, 17(1), pp. 17-20.

NICLASSEN, B., 2015. *Trivsel og sundhed blandt folkeskoleelever i Grønland - resultater fra skolebørnsundersøgelsen HBSC Greenland i 2014*. SIF's Grønlandsskrifter nr. 27 edn. Statens Institut for Folkesundhed; Naalakkersuisut.

NOEIE PANEL, 1998. *Clinical guidelines on the identification, evaluation, and treatment of overweight and obesity in adults : the evidence report*. No. 98-4083 edn. Baton Rouge, LA: North American Association for the Study of Obesity (NAASO).

PANNEKOEK, L., PIEK, J.P. and HAGGER, M.S., 2013. Motivation for physical activity in children: a moving matter in need for study. *Human Movement Science*, 32(5), pp. 1097-1097-1115.

PARILLO, M. and RICCARDI, G., 2004. Diet composition and the risk of type 2 diabetes: epidemiological and clinical evidence. *British Journal of Nutrition*, 92(01), pp. 7-19.

PIJL, S.J., FROSTAD, P. and MJAAVATN, P., 2011. Segregation in the classroom: What does it take to be accepted as a friend? *Social Psychology of Education*, 14(1), pp. 41-55.

PIKE, K.L., 1967. Etic and emic standpoints for the description of behavior.

REX, K.F., LARSEN, N.H., REX, H., NICLASSEN, B. and PEDERSEN, M.L., 2014. A national study on weight classes among children in Greenland at school entry. *International journal of circumpolar health*, 73, pp. 10.3402/ijch.v73.25537. eCollection 2014.

RIDGERS, N.D., STRATTON, G., FAIRCLOUGH, S.J. and TWISK, J.W., 2007. Long-term effects of a playground markings and physical structures on children's recess physical activity levels. *Preventive medicine*, 44(5), pp. 393-397.

RIEPER, O., FOSS HANSEN, H. and AKF, 2007. *Metodedebatten om evidens*. Kbh.: AKF.

RYAN, R.M. and DECI, E.L., 2000a. Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary educational psychology*, 25(1), pp. 54-67.

RYAN, R.M. and DECI, E.L., 2000b. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), pp. 68.

SANDERS, G.J., 2012. *A friend versus a group of friends effect on physical activity behavior in 6-10 year old children*, .

SCHNOHR, C., PEDERSEN, J., ALCÓN, M., CURTIS, T. and BJERREGAARD, P., 2004. Trends in the dietary patterns and prevalence of obesity among Greenlandic school children. *International journal of circumpolar health*, 63.

SCHNOHR, C.W., PETERSEN, J.H. and NICLASSEN, B.V., 2008. Onset of overweight in Nuuk, Greenland: a retrospective cohort study of children from 1973 to 1992. *Obesity*, 16(12), pp. 2734-2738.

SCHNOHR, C., SØRENSEN, T.I. and NICLASSEN, B.V., 2005. Changes since 1980 in body mass index and the prevalence of overweight among inschooling children in Nuuk, Greenland. *International journal of circumpolar health*, 64(2),.

SPRADLEY, J.P., 1980. *Participant observation*. Fort Worth: Harcourt Brace College Publishers.

SPRADLEY, J.P., 1979. *The ethnographic interview*. Belmont, Calif.: Wadsworth Group/Thomson Learning.

STANLEY, R.M., BOSHOFF, K. and DOLLMAN, J., 2012. Voices in the playground: a qualitative exploration of the barriers and facilitators of lunchtime play. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 15(1), pp. 44-51.

STELLINO, M.B. and SINCLAIR, C.D., 2013. Psychological predictors of children's recess physical activity motivation and behavior. *Research quarterly for exercise and sport*, 84(2), pp. 167-167-176.

STYRELSEN FOR SUNDHED OG FOREBYGGELSE, 2015. *Nationale handleplan for fysisk aktivitet 2015-2019*. Departementet for Sundhed.

SUNDHEDSSTYRELSEN, 2013. *Forebyggelsespakke – fysisk aktivitet*. Kbh.: .

SVENDSEN, M., BRIKVAL, C.S., HOLSTEIN, B.E. and STYREGRUPPEN FOR DATABASEN BØRNS SUNDHED, 2013. *Vægtstatus i første leveår og overvægt i indskolingsalderen : temarapport om børn indskolingsundersøgt i skoleåret 2011-2012*. Statens Institut for Folkesundhed.

TANGGAARD, L. and BRINKMANN, S., 2015a. Interviewet : Samtalen som forskningsmetode. In: S. BRINKMANN and L. TANGGAARD, eds, *Kvalitative metoder : en grundbog*. 2 edn. Kbh.: Hans Reitzel, pp. 29-54.

TANGGAARD, L. and BRINKMANN, S., 2015b. Kvalitet i kvalitative studier. In: S. BRINKMANN and L. TANGGAARD, eds, *Kvalitative metoder : en grundbog*. 2 edn. Kbh.: Hans Reitzel, pp. 521-532.

TJØRNHØJ-THOMSEN, T. and WHYTE, S.R., 2011. Feltarbejde og deltagerobservation. In: S. VALLGÅRDA and L. KOCH, eds, *Forskningsmetoder i folkesundhedsvidenskab*. 4 edn. Kbh.: Munksgaard Danmark, pp. 90-118.

VALLGÅRDA, S., DIDERICHSEN, F. and JØRGENSEN, T., 1946, 2014. *Sygdomsforebyggelse*. Kbh.: Munksgaard.

VINDFELD, S., SCHNOHR, C. and NICLASSEN, B., 2009. Trends in physical activity in Greenlandic schoolchildren, 1994-2006. *International journal of circumpolar health*, 68(1),.

WACKERHAUSEN, S., 1994. Et åbent sundhedsbegreb - mellem fundamentalisme og relativisme. In: U. JUUL JENSEN and P. FUUR ANDERSEN, eds, *Sundhedsbegreber - filosofi og praksis*. Århus: Philosophia, pp. 43-72.

WHO, 2016a-last update, Physical activity. Available: http://www.who.int/topics/physical_activity/en/ [03/15, 2016].

WHO, 2016b-last update, Physical activity and young people. Available: http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_young_people/en/ [02/09, 2016].

XIANG, P., BRUENE, A. and MCBRIDE, R.E., 2004. Using achievement goal theory to assess an elementary physical education running program. *The Journal of school health*, 74(6), pp. 220.

YOUNG, T.K., BJERREGAARD, P., DEWAILLY, E., RISICA, P.M., JØRGENSEN, M.E. and EBBESSON, S.E., 2007. Prevalence of obesity and its metabolic correlates among the circumpolar Inuit in 3 countries. *American Journal of Public Health*, 97(4), pp. 691-695.

YOUNG, T.K. and BJERREGAARD, P., M.D., 2008. *Health transitions in Arctic populations*. Toronto; Buffalo: University of Toronto Press.

BILAGSFORTEGNELSE

Bilag 1:	Søgebilag
Bilag 2:	Screenshots af systematisk litteratursøgning
Bilag 3:	Egne estimerede konfidensintervaller
Bilag 4:	Interviewguide
Bilag 5:	Rangeringsskema
Bilag 6:	Information til Skovbjerg Skole og Grøndal Skole
Bilag 7:	Samtykkeerklæring
Bilag 8:	Drejebog for transkribering
Bilag 9:	Kodetræ
Bilag 10:	Litteraturvurdering
Bilag 11:	Fotografier af skolegårdene

BILAG 1: SØGEBILAG

I følgende afsnit præsenteres den anvendte søgestrategi til den systematiske litteratursøgning, samt overvejelser for valg af databaser. Derudover vil resultaterne af søgningen samt kriterierne for udvælgelsen af relevante studier blive illustreret.

1. Problemformulering

Hvordan hæmmes og fremmes motivationen for fysisk aktivitet hos grønlandske indskolingsbørn, og hvorledes kan denne viden benyttes til at udvikle en aktivitetsfremmende forandring rettet mod at forebygge overvægt i den grønlandske indskoling?

2. Søgestrategi

Med udgangspunkt i problemformuleringen er der opstillet fire forskellige facetter. Heraf udgør *child* og *school* en facet hver, mens *physical activity* og *motivation* er opdelt inden for den samme kategori/facet, da det, inspireret af problemanalysen, ønskes at undersøge grønlandske indskolingsbørns motivation for fysisk aktivitet, da dette område er ukendt. Derfor ønskes det ikke at foretage to separate systematiske søgninger af disse to facetter, men at de skal indgå samlet:

Facet 1 (Population): Child

Facet 2 (Phenomena of Interest a): Motivation

Facet 3 (Phenomena of Interest b): Physical activity

Facet 4 (Context): School

Formålet med facetterne er, at kunne strukturere søgningen samt specificere søgningen i forhold til problemformuleringen. Bloksøgningen er inspireret af PICO modellen, da nærværende speciale har til hensigt at belyse et kvalitativt fænomen. De anvendte søgetermer inden for samme søgefacet er kombineret med den boolske operator OR, for at udvide søgningen. Søgefacetterne er kombineret med den boolske operator AND, for at indsnævre søgningen.

Anvendte søgetermer

Kriterierne for de valgte søgetermer er, at de er brede, præcise og dækkende for de enkelte facetter, som er dannet ud fra specialets nærværende problemformulering. De relevante søgetermer er valgt med afsæt i keywords identificeret i den eksisterende litteratur, samt ved gennemgang af thesaurusfunktionen i de valgte databaser. Hermed er thesaurustermerne valgt ud fra at være så

dækkende som muligt, eksempelvis er thesaurustermet *child* brugt i PubMed, da det er dækkende for mange andre mulige thesaurusterner.

I PubMed betegnes thesaurus som MeSH, i Cinahl som headings, i Sociological Abstracts som thesaurus og PsycInfo som TERM. Søgningen med thesaurusternerne blev suppleret med frittekstsøgning hvis det vurderedes, at der enten ikke fandtes et thesaurusterm dækkende for søgefacetten. Dette er gjort med henblik på at ensarte litteratursøgningen på tværs af de anvendte databaser. Desuden er der gjort brug af frittekstsøgning på alle de valgte thesaurusterner, for at finde studier der endnu ikke er tildelt et thesaurusterm. I det følgende uddybes overvejelserne for de valgte søgefacetter.

Facet 1: Child

Da målgruppen for nærværende speciale er indskolingsbørn, søgefacetten *child* valgt. Specialegruppen har ikke fundet et søgeterm der har været dækkende for indskolingsbørn i de anvendte databaser, hvorfor der er valgt at gøre brug af søgetermer der er bredere og som stadig inkluderer indskolingsbørn i aldersgruppen 5-9 år. Denne fremgangsmåde har været mulig, da der ligeledes i søgestrategien er søgt på konteksten, hvilket har specificeret søgningen af søgetermene *child* i konteksten *school*. Der er identificeret og anvendt thesaurus i databaserne, i det omfang det var muligt, og ellers er det kombineret med frittekstsøgning.

Facet 2: Motivation

Følgende facet skal belyse de motivationsfaktorer som måtte være gældende for skolebørn i henhold til at dyrke fysisk aktivitet i et skoleregi. Denne facet er primært bygget op af thesaurustermene *motivation*, da det i alle de anvendte databaser var muligt at bruge dette term. Derudover var termene dækkende for indre og ydre motivation, som den valgte teori Self-Determination Theory differentierer imellem, hvormed søgningen muliggjorde at dække disse aspekter.

Facet 3: Physical activity

Det andet fokus som er relevant at undersøge for nærværende speciale er fysisk aktivitet, da det findes nødvendigt at børnenes motivation retter sig mod fysisk aktivitet. Det var ikke muligt at specificere søgefacetten til at rumme specialets definition af fysisk aktivitet, hvorfor de anvendte valgte søgetermer er så brede og så dækkende som muligt.

Facet 4: School

Denne facet udgør konteksten som specialets undersøgelse er foretaget i, og det er forsøgt at indsnævre søgningen til folkeskolen ved at anvende relevante søgetermer der dækker dette område. Eksempelvis ved brug af tesaurustermet *elementary school*.

Tabel 1: Anvendte søgetermer

AND					
O R	Databaser	Facet 1: Child	Facet 2: Motivation	Facet 3: Physical activity	Facet 4: School
	PubMed	Child* (MeSH)	Motivation* (MeSH)	Motor activity* (MeSH) Activity* Motor*	School* (MeSH)
	Cinahl	Child* (MeSH) Students* (MeSH)	Motivation* (MeSH)	Motor activity* (MeSH) Physical activity* (MeSH) Physical education and training* (MeSH)	Elementary school* (MeSH) School* (MeSH)
	PsycInfo	Primary school	Motivation* (MeSH)	Physical activity*	-

		students* (MeSH) Elementary school students* (MeSH)		(MeSH) Activity level* (MeSH)	
	Sociological Abstracts	Children* (MeSH)	Motivation* (MeSH)	Physical fitness* (MeSH) Physical education* (MeSH)	Elementary school students* (MeSH) Schools* (MeSH)
* Angiver at der ligeledes er lavet fritekstsøgning på det anvendte søgeterm					

Valgte databaser

Nedenstående tabel 2 viser begrundelsen for de anvendte databaser, da problemfeltet omhandlende skolebørns motivation for fysisk aktivitet udgør et komplekst fænomen, der både indbefatter psykologiske, socialkonstruktivistiske og biomedicinske aspekter.

Tabel 2: Oversigt over de anvendte databaser i nærværende speciale og begrundelserne herfor.

Database	Begrundelse for anvendelse
PubMed	Denne database er valgt, da det er en af verdens største databaser, som indeholder alle områder inden for medicin, herunder adfærdsvidenskab og dækker således det sundhedsfaglige område i relation til motivation for fysisk aktivitet.
Cinahl	Cinahl er ligeledes valgt, da den er en af de største databaser inden for sundhedsområdet og dækker områderne inden for motivation og fysisk aktivitet.
PsycInfo	Denne database er valgt da den har et psykologisk, adfærds-, sundheds og sociologisk fokus, hvilket findes relevant i forhold til nærværende speciales problemfelt, hvor aspektet motivation vurderes som værende et

	psykologisk element og hvordan indskolingsbørn agerer ud fra dette.
Sociological Abstracts	Denne database er valgt da den indeholder et sociologisk aspekt, som ligeledes findes relevant, da indskolingsbørns motivation for fysisk aktivitet vurderes som værende sociologiske fænomener, hvilket udspiller sig på en folkeskole.

Afgrænsning

Nedenstående tabel 3 viser hvilke afgrænsninger der er foretaget i de anvendte databaser.

Tabel 3: Oversigt over de afgrænsninger der er gjort brug af i limit-funktionen på de anvendte databaser

Database	Afgrænsning
PubMed	Ingen afgrænsninger
Cinahl	Aldersgruppe 6-12 år
PscyInfo	Ingen afgrænsninger
Sociological Abstracts	Ingen afgrænsninger

3. Resultater af søgning

Tabel 4: Oversigt over hvor mange hits de forskellige facetter fik i de respektive anvendte databaser.

Kombination af facetter	PubMed	Cinahl	PsycInfo	Sociological Abstracts
1	1.895.069 hits	220.967 hits	63.747 hits	99.588 hits
2	170.920 hits	3.694 hits	134.899 hits	17.820 hits
3	267.165 hits	6.215 hits	142.396 hits	6.887 hits
4	141.962 hits	25.218 hits	-	26.561 hits
1 AND 2 AND 3 AND 4	109 hits (3)	130 hits (4)	168 hits (3)	8 hits <1> (0)
<i>() angiver antal relevante og anvendte studier fundet efter en kritisk gennemlæsning i forhold til specialets nærværende problemformulering</i> <i><> angiver et studie fundet ved kædesøgning</i>				

Der er taget højde for hvorvidt der forekom dupletter i de endelig udvalgte studier, men der blev ikke identificeret nogen.

Den endelige søgning fremstår ikke som værende af høj præcision, da der er fundet mange hits efter at hvae kombineret de fire forskellige facetter. Alligevel synes de fundne studier at være relevante i henhold til specialets problemformulering.

4. Kriterier for udvælgelse af relevant information

Der forløb flere forskellige faser i udvælgelsen af litteratursøgningens studier ved at benytte inklusions- og eksklusionskriterier. Eftersom alle søgningerne i de anvendte databaser medførte mange hits, foregik den første udvælgelse med udgangspunkt i studierne titler. Ud fra dette blev de resterende studiers abstract gennemlæst. Slutteligt blev litteraturen gennemlæst og vurderet med inspiration og udgangspunkt i STROBE-tjeklisten og CASP-tjeklisten, hvor STROBE er brugt til de kvantitative studier og CASP til de kvalitative studier.

Et inklusionskriterie som findes relevant er at studierne er foretaget i den korrekte kontekst, hvilket indfries ved at studierne omhandler indskolingsbørns ageren i en skolekontekst, så det var i overensstemmelse med specialets problemfelt. Et andet inklusionskriterie er aldersgruppen. Studierne skal omhandle børn i indskolingen, og eftersom dette begreb ikke er internationalt anvendt, var det forsøgt at specificere aldersgruppen 5-9 år enten ved brug af limitfunktionen i databaserne eller ved gennemlæsning af studierne i henhold til aldersgruppen. Trods ovenstående inklusionskriterie blev der indraget studier, hvor informanterne var ældre end 9 år. Dette blev eksempelvis vurderet relevant i tilfælde af, at studiet gjorde brug af informanter som både var ældre og yngre end ni år. Det kunne i denne sammenhæng være relevant at afgrænse litteraturstudiet til at omhandle børn i aldersgruppen 5-9 år, hvilket imidlertid ville være medvirkende til, at antallet af studier reduceres. Dette ensbetydende med, at specialets empirisk fund ikke kan diskuteres i samme omfang som ved brug af den valgte tilgang. Derudover var der et inklusionskriterie der tog afsæt i køn. Studier der differentierer mellem piger og drenge, eller udelukkende forholder sig til det ene køn er ligeledes ikke inkluderet, da specialet ikke ønsker at undersøge forskellen af motivationsfaktorer der måtte være mellem kønnene, men betragter motivation som en fælles betegnelse. Desuden har det været afgørende, at studierne er eksplicitte om at undersøge motivation i forhold til fysisk aktivitet, så det ikke har været motivation på baggrund af en anden parametre. Ligeledes er det valgt at inkludere studier fra alle lande, velvidende at studier initieret i andre lande kan have kulturelle forskelle sammenlignet med en grønlandsk kontekst.

Relevans/gylldighed

Vurderingen af litteraturen er foretaget ud fra anvendelsen af evidensstypologi, derved vægtes og vurderes evidensen med udgangspunkt i, hvorvidt den anvendte undersøgelsesdesign og målpopulation i studierne er sammenlignelig med specialets forskningsproces og undersøgte målgruppe. Dog med det

forbehold, at der kan forekomme væsentlige kulturelle såvel som kontekstuelle forskelle mellem vestlige studier sammenholdt med den grønlandske kultur og kontekst. Derved bruges evidens typologien til at vurdere de fundne studiers kvalitet ved at tage afsæt i deres studiedesign og om dets anvendelse stemmer overens med deres formål og dens pågældende kontekst.

Til gennemgang af de kvantitative studier har specialegruppen ladet sig inspirere af STROBE-tjeklisten, hvormed de fundne studiers metodiske styrker og svagheder er anskueliggjort. Således er studierne blevet vurderet i forhold til potentielle bias, justering af confoundere samt redegørelse af missing data. Endelig er studiernes relevans vurderet med henblik på anvendelighed i nærværende speciale ved om de er egnede til at nuancere og perspektivere de empiriske fund i relation til specialets problemformulering.

5. Dato og identifikation

Søgningen er udført i perioden 01.04.16 – 15.04.16 og foretaget af Pelle Mortensen, Sebastian Breddam Mosegaard og Jens Laurs Brøndum Kærsgaard.

Genskabt søgning

Den 23.05.16 blev ovenstående systematiske søgning genskabt, og der fremkom ingen nye resultater.

BILAG 2: SCREENSHOTS AF SYSTEMATISK LITTERATURSØGNING

PUBMED

History

[Download history](#) [Clear history](#)

Search	Add to builder	Query	Items found	Time
#26	Add	Search (((("child"[MeSH Terms] OR "child"[All Fields])) AND ("schools"[MeSH Terms] OR "schools"[All Fields])) AND ("motivation"[MeSH Terms] OR "motivation"[All Fields])) AND ("motor activity"[MeSH Terms] OR ("motor"[All Fields] AND "activity"[All Fields]) OR "motor activity"[All Fields])	109	16:16:11
#25	Add	Search "motor activity"[MeSH Terms] OR ("motor"[All Fields] AND "activity"[All Fields]) OR "motor activity"[All Fields]	267165	16:15:53
#24	Add	Search motor activity	267165	16:15:48
#23	Add	Search "motivation"[MeSH Terms] OR "motivation"[All Fields]	170920	16:15:34
#22	Add	Search motivation	170920	16:15:29
#21	Add	Search "schools"[MeSH Terms] OR "schools"[All Fields]	141962	16:15:14
#20	Add	Search schools	141962	16:15:10
#19	Add	Search "child"[MeSH Terms] OR "child"[All Fields]	1895069	16:14:40
#18	Add	Search child	1895069	16:14:35

CINAHL

Select / deselect all

Search with AND

Search with OR

Delete Searches

Refresh Search Results

	Search On	Search Terms	Search Options	Actions
☐	S21	S S17 AND S18 AND S19 AND S20	Search modes - Boolean Phrase	View Results (100) View Details Edit
☐	S20	S S13 OR S14	Search modes - Boolean Phrase	View Results (2,954) View Details Edit
☐	S19	S S7 OR S8 OR S9 OR S10 OR S11 OR S12	Search modes - Boolean Phrase	View Results (8,216) View Details Edit
☐	S18	S S3 OR S8 OR S18 OR S19	Search modes - Boolean Phrase	View Results (220,867) View Details Edit
☐	S17	S S1 OR S2 OR S3 OR S4	Search modes - Boolean Phrase	View Results (25,218) View Details Edit
☐	S16	S child	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (220,867) View Details Edit
☐	S15	S (MH+ "Child")	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (220,867) View Details Edit
☐	S14	S motivation	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (1,432) View Details Edit
☐	S13	S (MH+ "Motivation")	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (3,347) View Details Edit
☐	S12	S physical education and training	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (853) View Details Edit
☐	S11	S (MH+ "Physical Education and Trainings")	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (848) View Details Edit
☐	S10	S motor activity	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (858) View Details Edit
☐	S9	S (MH+ "Motor Activity")	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (763) View Details Edit
☐	S8	S physical activity	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (5,278) View Details Edit
☐	S7	S (MH+ "Physical Activity")	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (3,938) View Details Edit
☐	S6	S students	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (10,886) View Details Edit
☐	S5	S (MH+ "Students")	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (5,908) View Details Edit
☐	S4	S school	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (25,051) View Details Edit
☐	S3	S (MH+ "Schools")	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (5,908) View Details Edit
☐	S2	S elementary school	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (3,218) View Details Edit
☐	S1	S (MH+ "Schools, Elementary")	Limiters - Age Groups: Child: 6-12 years Search modes - Boolean Phrase	View Results (500) View Details Edit

PSYCINFO

1. ☐	((Index Terms:("Motivation")) OR Any Field: (Motivation)) AND (((Index Terms:("Activity Level")) OR Any Field:(Activity Level)) OR ((Index Terms:("Physical Education")) OR Any Field:(Physical Education)) OR ((Index Terms:("Physical Activity")) OR Any Field: (Physical Activity))) AND (((Index Terms:("Primary School Students")) OR Any Field:(Primary School Students)) OR ((Index Terms:("Elementary School Students")) OR Any Field:(Elementary School Students))))	PsycTESTS , PsycARTICLES , PsycTHERAPY , PsycINFO , PsycCRITIQUES	168	Run Save Delete Set Alert Get RSS Feed Get Permalink
2. ☐	Index Terms: {Motivation} OR Any Field: Motivation	PsycTESTS , PsycARTICLES , PsycTHERAPY , PsycINFO , PsycCRITIQUES	134,899	Edit Run Save Delete Set Alert Get RSS Feed Get Permalink
3. ☐	((Index Terms:("Activity Level")) OR Any Field:(Activity Level)) OR ((Index Terms:("Physical Education")) OR Any Field:(Physical Education)) OR ((Index Terms: ("Physical Activity")) OR Any Field:(Physical Activity))	PsycTESTS , PsycARTICLES , PsycTHERAPY , PsycINFO , PsycCRITIQUES	142,396	Run Save Delete Set Alert Get RSS Feed Get Permalink
4. ☐	Index Terms: {Activity Level} OR Any Field: Activity Level	PsycTESTS , PsycARTICLES , PsycTHERAPY , PsycINFO , PsycCRITIQUES	43,494	Edit Run Save Delete Set Alert Get RSS Feed Get Permalink
5. ☐	Index Terms: {Physical Education} OR Any Field: Physical Education	PsycTESTS , PsycARTICLES , PsycTHERAPY , PsycINFO , PsycCRITIQUES	65,558	Edit Run Save Delete Set Alert Get RSS Feed Get Permalink
6. ☐	Index Terms: {Physical Activity} OR Any Field: Physical Activity	PsycTESTS , PsycARTICLES , PsycTHERAPY , PsycINFO , PsycCRITIQUES	56,166	Edit Run Save Delete Set Alert Get RSS Feed Get Permalink
7. ☐	((Index Terms:("Primary School Students")) OR Any Field:(Primary School Students)) OR ((Index Terms: ("Elementary School Students")) OR Any Field: (Elementary School Students))	PsycTESTS , PsycARTICLES , PsycTHERAPY , PsycINFO , PsycCRITIQUES	63,747	Run Save Delete Set Alert Get RSS Feed Get Permalink

SOCIOLOGICAL ABSTRACTS

☐	Set ▼	Search	Databases	Results	Actions
☐	S5	S4 AND S3 AND S2 AND S1	Sociological Abstracts	8°	Actions ▼
☐	S4	SU.EXACT("Elementary School Students") OR SU.EXACT("Black Colleges" OR "Colleges" OR "Community Colleges" OR "Elementary Schools" OR "Graduate Schools" OR "High Schools" OR "Junior High Schools" OR "Medical Schools" OR "Polytechnic Schools" OR "Private Schools" OR "Public Schools" OR "Schools" OR "Secondary Schools" OR "Universities")	Sociological Abstracts	26,561°	Actions ▼
☐	S3	(Physical Education) OR SU.EXACT("Physical Education") OR (SU.EXACT("Physical Fitness") OR Physical Fitness)	Sociological Abstracts	6,887°	Actions ▼
☐	S2	Motivation OR SU.EXACT("Motivation")	Sociological Abstracts	17,820°	Actions ▼
☐	S1	children OR SU.EXACT("Adopted Children" OR "Adult Children" OR "Children" OR "Foster Children" OR "Grandchildren" OR "Infants" OR "Only Children" OR "Premature Infants" OR "Preschool Children")	Sociological Abstracts	99,588°	Actions ▼

BILAG 3: EGNE ESTIMEREDE KONFIDENSINTERVALLER

I nærværende speciale er der gentagende gange benyttet selvestimerede konfidensintervaller. Til at beregne disse, er nedenstående formel benyttet:

$$p \pm z \sqrt{\frac{p(100-p)}{n}}$$

Betydningen af de respektive bogstaver fra formelen er:

p: andelens størrelse

z: konfidensniveauet (ved 95% er z-scoren = 1,96)

n: stikprøvens størrelse

Følgende eksempel tager udgangspunkt i den første fodnote i specialets initierende problem, hvor efterfølgende selvestimerede konfidensintervaller har undergået samme beregning. I artiklen ”*Changes since 1980 in body mass index and the prevalence of overweight among inschooling children in Nuuk, Greenland*” af Schnohr, Sørensen et al. (2005), kortlægges prævalensen af overvægt blandt grønlandske indskolingsbørn blandt andet i perioden 1980-1984, hvor 6,6% af 454 børn kategoriseres overvægtige, dog uden konfidensinterval. Intervallet er derfor estimeret af specialegruppen ud fra ovenstående formel, hvorfor værdierne for p, z, og n i dette eksempel er:

$$p = 6,6$$

$$z = 1,96$$

$$n = 454$$

Ved at indsætte disse værdier i formelen kan 95% konfidensintervallet beregnes:

$$6,6 \pm 1,96 * \sqrt{\frac{6,6 * (100-6,6)}{454}} = \quad [95\% \text{ CI: } 4,3 - 8,9]$$

BILAG 4: INTERVIEWGUIDE

Interviewguide

Individuelle interviews med lærere ansat på grønlandsk folkeskole; deres oplevelser af de faktorer der virker hæmmende og fremmende på indskolingsbørns motivation til fysisk aktivitet.

Introduktion

Information til deltager (3 min.)

Præsentation af os

Formål med projekt: *At undersøge hvilke faktorer der influere hæmmende og fremmende på grønlandske indskolingsbørns motivation til fysisk aktivitet?*

Formål med interview: Vi er interesserede i dine erfaringer, oplevelser og fortællinger.

Retningslinjer for interviewet:

- Varighed (ca. 20 minutter)
- Anonymitet - Selvom vi har din underskrifter på samtykkeerklæringen, er det kun os der ved hvem du er, det vil ikke fremgå i projektet.
- Moderator (undertegnede) - stiller spørgsmålene og “styrer” tiden. Det vil sige, at jeg kan finde på at stoppe dig, hvis tiden overskrides - dette er ikke fordi vi ikke vil høre hvad du siger, men fordi vi har en mængde spørgsmål vi skal nå igennem.
- Observatør - vil som udgangspunkt tage noter, men kan også finde på at stille supplerende spørgsmål, eller gå i dialog med interviewer. Sidstnævnte skal deltagerne ikke tage sig af.
- Optagelse af samtalen - Vigtigt at tale tydeligt, da det bliver optaget.
- Ingen rigtige eller forkerte svar.

Præsentationsrunde af deltager?

Navn og alder?

Hvor mange år har du været lærer?

Hvilke fag underviser du i? Hvilken klasse underviser du?

Hvor mange år har du været ansat på denne skole?

Emne	Interviewspørgsmål	Supplerende spørgsmål
Typisk frikvarter (4 min.)	Hvad laver børnene i et typisk frikvarter? Hvordan oplever I børnenes reaktion er på frikvartere?	Hvorfor er det valgt at børnene skal være ude? På baggrund af dine erfaringer, hvorfor tror du så at det er disse lege børnene leger? Hvad er det for nogle lege de typisk leger, kan du give et par eksempler? Glæder de sig til frikvarter? Er der nogen der hellere vil være indendøre?
Hvad opleves mest og mindst attraktivt for børnene i frikvarterne (4 min.)	Vi har medbragt dette ark, hvorpå vi har nedskrevet nogle forskellige aktiviteter i frikvarterne. Kan du rangere disse, hvor 3 af aktiviteterne er de du oplever børnene laver mest / helst vil lave og 3 aktiviteter som børnene laver mindst / har mindst lyst til at lave? Er det din oplevelse, at der er "noget" i skoledagen som har betydning for, om børnene er fysisk aktive eller ikke?	Hvorfor tror du at det er denne børnene laver mest / finder mest interessant? Kan du prøve at forklare hvorfor du tror at det er denne børnene laver mindst / finder mindst interessant? Hvilke faktorer finder børnene motiverende for at være fysisk aktive? Hvilke faktorer finder børnene ikke-motiverende for at være fysisk aktive?
Typisk idrætstime	Hvad laver børnene i en typisk idrætstime?	På baggrund af dine erfaringer, hvorfor tror du

(4 min.)	Hvad er det for nogle aktiviteter de typisk udfører, kan du give et par eksempler? Hvordan oplever I børnenes reaktion er på idrætstimer? Er det din oplevelse, at der er "noget" i skoledagen som har betydning for, om børnene er fysisk aktive eller ikke?	så at det er disse lege børnene leger? Kan du prøve at forklare hvorfor det netop er disse aktiviteter der er valgt i idrætstimerne? Glæder børnene sig til idrætstimerne? Tror du hellere de vil have andre timer? Hvorfor er der nogen der synes det er sjovt - Er det af betydning om skolebørnene er særligt glade for idræt (eller er særligt fagligt dygtige)? Hvilke faktorer finder børnene motiverende for at være fysisk aktive? Hvilke faktorer finder børnene ikke-motiverende for at være fysisk aktive?
Hvad opleves mest og mindst attraktivt for børnene i idrætstimerne (4 min.)	Vi har medbragt dette ark, hvorpå vi har nedskrevet nogle forskellige aktiviteter i idrætstimerne. Kan du rangere disse, hvor 3 af aktiviteterne er de du oplever børnene laver mest / helst vil lave og 3 aktiviteter som børnene laver mindst / har mindst lyst til at lave?	Hvorfor tror du at det er denne børnene laver mest / finder mest interessant? Kan du prøve at forklare hvorfor du tror at det er denne børnene laver mindst / finder mindst interessant?

		Hvis nu børnene selv fik lov til at bestemme, hvilke aktiviteter tror du så de vil vælge?
Kendskab til legepatrulje (4 min.)	Kender børnene til ordningen 'Legepatrulje'?	Hvis ja - Ved I om børnene tager til ordningen? → hvorfor/hvorfor ikke?
Muligheder for et fremtidigt perspektiv der fremmer fysisk aktivitet (4 min.)	Nu har vi snakket lidt om hvad børnene laver i idrætstimerne og frikvarterene. Hvis du skal se på disse som en helhed, tror du så der er mulighed for at få børnene til at være mere fysisk aktive i skolen?	Hvis ja - Hvordan tror du at man kan gøre børnene mere fysisk aktive i skoletiden? Hvis nej - Hvorfor tror du ikke at det er muligt at gøre børnene mere fysisk aktive i skoletiden? Ser du nogen grund til, at skolebørn skulle være mere fysisk aktive?" Hvorfor?

BILAG 5: RANGERINGSSKEMA

Rangeringsskema - Frikvarter

- Socialt samvær
- Afslapning
- Klatre - f.eks. på klatrestativet
- Løbe
- Aktive lege
- Stille/Ikke-aktive lege
- Glide/skøjte/rutsje på is og/eller sne
- Tumle/bryde
- Sne/sneboldkamp
- Boldspil
- Vandpytter
- Overliggere/barer
- Klipper/fjelde
- Gå
- At være alene
- Andet?

Rangeringsskema - Idrætstimer

- Fodbold
- Basketball
- Høvdingebold
- Andet boldspil
- Løbe
- Aktive lege
- Stille/Ikke-aktive lege
- Dans
- Ikke deltage
- Udstrækning
- Gymnastik
- Styrkeøvelser
- Stafet
- Socialt samvær
- At være alene
- Andet?

BILAG 6: INFORMATION TIL SKOVBJERG SKOLE OG GRØNDAL SKOLE

Der blev sendt den samme mail rundt til samtlige offentlige folkeskoler i Nuuk, for at skabe et samarbejde. Heraf responderede alle folkeskoler, hvoraf to af dem tillod specialegruppen, at

Kære Atuarfik Samuel Kleinschmidt

Vi er en gruppe studerende fra Danmark som er kommet til Nuuk i forbindelse med vores specialeafhandling. I samarbejde med Departementet for Sundhed er vi blevet bekendt med, at overvægt blandt elever i folkeskolen er en stigende udfordring.

Derfor er vi interesseret i at komme ud på Jeres skole, for at følge en skoleklasse i undervisning, frikvarterer og idrætstimer. Observationerne vil alene være rettet mod, hvor meget børnene bevæger sig og derfor ikke lærernes ageren.

Praktisk information:

- Følge én eller flere klasser i indskoling (1-2-3 klasse) på Jeres skole
- Periode er fra 1 til 5 skoledage, hvis muligt.
- Observationer vil forgå fra start April

Vi kommer gerne ud på skolen for at uddybe specialet. Ligeledes kan vi sende en uddybende beskrivelse pr. mail, eller tage telefonisk kontakt.

Såfremt vi ikke hører fra jer (vi ved i har travlt med AWG m.v.), så vil vi tillade os at tage telefonisk kontakt.

Venlig hilsen,

Sebastian Mosegaard Tlf.: +45 31 33 02 88, mail: smoseg11@student.aau.dk

Pelle Mortensen Tlf.: 3024 4724, mail: pmorte@student.aau.dk

Jens Kærsgaard Tlf.: +45 29 89 35 73, mail: jkarsg11@student.aau.dk

BILAG 7: SAMTYKKEERKLÆRING

Informeret samtykke til deltagelse i et sundhedsvidenskabeligt forskningsprojekt.

Forskningsprojektets titel: *Grønlandske indskolingsbørns motivation til fysisk aktivitet*

DELTAGELSE I DETTE FORSKNINGSPROJEKT ER FULDT ANONYMT, OG DIT NAVN OG IDENTITET, SAMT SKOLEN VIL IKKE KOMME TIL AT FREMGÅ.

Erklæring fra deltageren:

Jeg har fået skriftlig og mundtlig information og jeg ved nok om formålet, metode, fordele og ulemper ved at sige ja til at deltage.

Jeg ved, at det er frivilligt at deltage, og at jeg altid kan trække mit samtykke tilbage.

Jeg giver samtykke til, at deltage i forskningsprojektet:

Deltagerens navn: _____

Dato: _____ Underskrift: _____

Ønsker du at blive informeret om forskningsprojektets resultat?:

Ja _____ (sæt x) Nej _____ (sæt x)

Erklæring fra den, der afgiver information:

Jeg erklærer, at deltageren har modtaget mundtlig og skriftlig information om projektet.

Efter min overbevisning er der givet tilstrækkelig information til, at der kan træffes beslutning om deltagelse i projektet.

Navnet på den, der har afgivet information: _____

Dato: _____ Underskrift: _____

BILAG 8: DREJEBOG FOR TRANSSKRIBERING

Talesproget bliver transskriberet ordret, mens kropssprog, toneleje, host, øh og latter som udgangspunkt blev undladt. Fremgangsmåden indbefattede imidlertid et forbehold i tilfælde af, at tonelejet samt andet bliver vurderet af essentielt for betydningen af det sagte, hvorfor det i såfald medtages i transskriberingen. Følgende drejebog for transskriberingen er inspireret af Kvale og Brinkmann (2009):

... betyder reflekterede tænkepause hos informanten

Understregning betyder betoning gennem volumen og tonehøjde

(...) betyder at der er et stykke på båndet som ikke kan høres – båndet er utydeligt.

(bånd utydeligt) betyder at vi skriver det, som vi tror vi hører.

(kropssprog eller smil) Hvis informanten udtrykker sig gennem kropssprog eller grin/smil.

M for moderator

I for informant

BILAG 9: KODETRÆER

Tre kodetræer for de respektive temaer. I kolonnen kategorier er I symbol for de koder der er identificeret i de uformelle og formelle interviews, og O for de koder som er identificeret i observationerne.

Tabel over vejen fra koder til temaet ”Skolernes politik og rammer”				
Koder	Kategorier	Subtemaer	Temaer	
Lærerne er bevidste om at børnene skal bevæge sig	I: Skolepolitik	Frisk luft og fysisk aktivitet	SkolernesS politik og rammer	
Frisk luft				
Årsag til at børnene skal være ude i frikvarteret				
Effekten af at børnene ikke har været ude i frikvarteret				
Fysisk aktivitets effekt på koncentrationen				
Fælles retningslinjer				
Fysisk aktivitet er ikke i fokus på skolen				
Ud i frikvarteret	O: Skolepolitik om at de skal være ude i frikvarteret			
Multihallen som arena	O: Legepatruljen	Betydningen af internt og tværfagligt arbejde		
Legepatruljen				
Legepatruljen	I: Legepatruljen			
Legepatruljen				
Frikvarter vs. legepatruljen				
Manglende støtte fra lærerstaben				
Lærerstaben føler sig mangelfuld				
Samarbejdspartnere	I: Samarbejdspartnere			
Eksterne aktører				
Variation				
Flere idrætstimer		I: Mere idræt		Idræt og udeliv
Flere idrætstimer				
Flere idrætstimer				
Idrætsdag / temadag				
Flere idrætsdage				
Idræt vs. udeliv				
Skolegården som arena	O: Faciliteterne i skolegården	Skolegårdens betydning		
Udstyr				
Forholdene / faciliteterne i skolegården				
Legepladsen	I: Brug af omgivelser			
Leg på klipper og i sne				
Sne				
Klipper				
Glide på is				
Vandpytter				
Klatring				
Klatring				
Remedier				I: Remedier
Remedier/redskaber				I: Brug af klatrestativet
Klatre				
Klatrestativet				
Brug af faciliteter	O: Boldspil			
Fodbold				
Boldspil				
Børnenes brug af faciliteter				
Naturens faciliteter	I: Brug af naturen			
Brug af naturen				
Lege i sne				
Sneaktiviteter				
Gør ikke brug af skolegårdens faciliteter				
Klatre	O: Klatrestativ			
Klatring				
Klatring				
Børnenes brug af faciliteter				

Tabel over vejen fra koder til temaet ”Fysisk aktivitet og fællesskab i skoledagen”			
Koder	Kategorier	Subtemaer	Temaer
Bevægelse	O: Leg i undervisningen	Fysisk aktivitet og fællesskab	Fysisk aktivitet og fællesskab i skoledagen
Lege			
Lege i timerne			
Leg i undervisningen			
Små lege i timerne			
Bevægelse / lege	I: Bevægelse i de boglige fag		
Bevægelse i boglige fag			
Effekten af bevægelse på koncentrationen i boglige fag			
Bruge bevægelse i undervisningen			
Børnenes holdning til bevægelse i undervisningen	I: Børnenes attitude til fysisk aktivitet i timen		
Konkurrence			
Børnenes reaktion på bevægelse i boglige fag			
Berøringsangst			
Kommunikation			
Trivsel i klassen har indflydelse på aktivitetsniveauet			
Konkurrence	O: Konkurrence		
Konkurrence			
Socialt samvær	I: Socialt samvær		
Berøringsangst			
Socialt samvær	O: Socialt samvær		
Socialt samvær			
Fællesskab	O: Fællesskab		
Sociale relationer			
Sociale relationer	O: Sociale relationer		
Socialt samvær			
Socialt samvær	I: Socialt samvær		
Socialt samvær			
Socialt samvær			
Legemakkere – børnenes reaktion på ordningen	O: Indskolingsbørn vs. ældre skolebørn		
Ældre skolebørn			
Indskolingsbørn vs. ældre skolebørn			
Grupperinger – alder og køn	O: Indskolingsbørn vs. ældre skolebørn		
Problem med ældre skolebørn			
Indskolingsbørn vs. ældre skolebørn			
Opdeling – have første prioritet	I: Børnenes attitude		
Være udenfor			
Børn vil gerne være ude			
Børnenes holdning til at være ude i frikvarteret			
Årsag til at børn ikke vil være ude			
Børnene er glade for at komme ud			
Børnenes reaktion på frikvarter			
Børnenes holdning til at have ét eller to frikvarter	O: Vejrforhold		
Vejret			
Vejrforhold			
Vejrforholdene			
Vandpytter	O: Teknologi		
Børnenes reaktion på vejret			
Teknologi	O: Børnenes attitude før og under frikvarter		
Computer i frikvartererne			
Grin og smil			
Børnenes reaktion på at have frikvarter	O: Børnene sveder efter de har haft frikvarter		
Børnene sveder efter de har haft frikvarter			
Initiativ	O: Initiativ		
Ikke fysisk aktive			
Basketball	O: Boldspil		
Fodbold			
Fysisk aktive	I: Remedier		
Redskaber og remedier			

Vejen fra koder til temaet "Didaktiske overvejelser i relation til fysisk aktivitet"			
Koder	Kategorier	Subtemaer	Temaer
Flere kurser	I: Kurser	Lærernes didaktiske overvejelser i relation til fysisk aktivitet	Didaktiske overvejelser i relation til fysisk aktivitet
Manglende støtte / engagement fra lærerstaben			
Læreren bestemmer			
Undervisning, pædagogik (induktiv / deduktiv)	O: Pædagogik		
Medbestemmelse			
Manglende opfordring fra lærer			
Ekstra arbejde	I: Merarbejde		
Merarbejde			
Fokus på fysisk aktivitet	I: Hvorfor fysisk aktivitet		
Hvorfor fysisk aktivitet fra skolens side			
Samarbejdspartnere iht. at fremme fysisk aktivitet			
Ansvar for fysisk aktivitet			
Ingen medbestemmelse	I: Pædagogik		
Lærernes deltagelse			
Overvejelser iht. overvægtigt skolebarn			
Kommunikation			
Kompetence / niveauforskel	O: Kompetence / niveauforskel		
Konkurrence	O: Konkurrence		
Konkurrence			
Læreren tager hensyn til kompetenceniveau	I: Hensyn		
Kompetenceniveauet			
Drenge vs. piger			
Kønsforskel	I: Skolens rolle		
Skolen har ikke ansvaret for at børnene dyrker fysisk aktivitet			
Ekstra arbejde / merarbejde			
Lærernes holdning til aktivitetsniveauet på skolen			

BILAG 10: LITTERATURVURDERING

Tabel 5: Litteraturvurderinger af primærlitteraturen anvendt i specialet.

Litteraturvurdering af primærlitteratur	
Titel: Physical Education Lesson Content and Teacher Style and Elementary Students' Motivation and Physical Activity Levels Forfatter: Heather E. Erwin, Megan Babkes Stellino, Michael W. Beets, Aaron Beighle, and Christine E. Johnson. Publiceringsår: 2013 Land: USA Studiedesign: Et longitudinelt studie Database: PsycInfo Keywords: children, choice, teaching style, pedagogy	Hypotese og formål: At undersøge hvordan forskellig undervisningsform (individuel vs. lærefokuseret undervisning) og forskellige sport (individuel sport vs. hold-sport) påvirker graden af skolebørnenes motivation og mængden af fysisk aktivitet som tilvejebringes af skolebørnene. Metode: Over en 4 ugers periode oplevede alle skolebørnene fire forskellige undervisningsformer; (a) team choice, (b) team no choice, (c) individual choice og (d) individuel no choice. Team choice (TC) undervisningen fokuserede på at øve færdigheder relateret til en holdsport, eksempelvis fodbold. Skolebørnene bestemte selv, hvilken specifikke færdighed de ville øve. Team no choice (TNC) fokuserede på, at skolebørnene skulle øve en holdsport, men ved denne undervisning var det alene lærerne som dikterede, hvilke færdigheder skolebørnene skulle øve. Individuel choice (IC) fokuserede på en individuel sport (eks. tennis). Skolebørnene fik mulighed for selv at bestemme, hvordan spillet skulle øves. Individuel no choice (INC) fokuserede på en individuel sport, gennemført ved vanlig undervisningsprocedure. Skolebørnenes respektive fysisk aktivitetsniveau blev kvantificeret ved brug af nedenstående målemetoder. a) Antallet af skridt og tiden hvor i børnene var fysisk aktive blev monitoreret ved brug af forskellige Walk4Life LS 2500 pedometers. b) Actigraph accelerometer blev anvendt til at monitorerer det fysiske aktivitetsniveau. Motivation: To forskellige metoder blev benyttet til at bestemme en Self-Determination Theory resultat. a) Den kontekstuelle motivation blev målt ved brug af en valideret Sport Motivation Scale. Målingerne blev foretaget før monitoreringen af fysisk aktivitet blev påbegyndt. Sport Motivation Scale består af 16 spørgsmål omhandlende fire faktorer af motivation; Intrinsic motivation (Indre motivation),

	identified regulation (Indre motivation med ydre påvirkning), external regulation (ydre påvirkning for motivation), og amotivation (ingen motivation). En Self-Determination index score (SDI) blev slutteligt udregnet ved brug af en algoritme. Jo højere SDI-scoren var, jo højere var skolebarnets indre motivation for fysisk aktivitet. b) Efter hvert undervisningsforløb udfyldte skolebørnene tilmed et spørgeskema kaldet Situational Intrinsic Motivation Scale (SIMS). Spørgeskemaet består af 14 spørgsmål som besvares på en Likert scale med 7 muligheder. Spørgeskemaet blev tilmed benyttet med formålet at bestemme en samlet Self-Determination Theory score. Respondenter: Alle 3-5 klasses skolebørn fra to offentlig folkeskoler i USA blev inviteret til at deltage. Skolerne blev udvalgt da disse var motiveret for at deltage samt benyttede de samme undervisningsmetoder. Dynamic Physical Education blev anvendt som undervisningsprogram af samtlige skoler. Af total 928 adspurgte 3-5 klasses skolebørn, så valgte 313 at deltage i undersøgelsen. Grundet forskellige problematikker, herunder fejl ved brug af accelerometer, så blev yderligere 21 frasortet. Afslutningsvis deltog 292 børn (51% piger), alder 9–13 år. Resultat: De færreste antal skridt blev registreret for hver idrætstime ved undervisningsformen INC (normal undervisningsform), sammenholdt med de andre tre undervisningsformer. Det højeste antal skridt blev monitoreret ved TNC (team-sport uden valgmuligheder for skolebørnene) og TC (Team-sport, hvor skolebørnene selv kunne vælge) sammenholdt med INC (individuel sport med ingen valgmulighed) og IC (individuel sport med valgmulighed). Dette var dog ikke signifikant. En større procentdel af idrætstimerne blev benyttet under moderat til høj aktivitet for undervisningen TNC og IC, sammenholdt med undervisningen INC og TC. Efter hver idrætstime blev skolebørnenes motivations score (SDT) målt ved brug af SIMS spørgeskemaet. Resultaterne viste, at der ikke var forskel på børnenes motivations-score til trods for, at de har modtaget forskellig undervisning. Undervisningsformen og valg af sports-aktivitet havde således ingen indflydelse på skolebørnenes motivation.
--	---

	Kvalitetsvurdering: Af studiets resultater fremgik det, at hverken undervisningstypen eller typen af aktivitet havde indflydelse på motivationen hos skolebørnene. Ifølge studiet kan dette skyldes flere forhold. Først og fremmest viste spørgeskemaerne initieret før selve undersøgelsen, at motivationen hos alle skolebørnene generelt var høj. Dette kunne netop være en årsag til at typen af undervisning ikke havde indflydelse på motivationen som allerede var høj. Grundet den relative lave sample-size, så var det ikke forskerne muligt at justere for demografi og antallet af overvægtige i klasserne. Af artiklen fremgik det, at det var alle skolebørn som blev "udsat" for de fire forskellige undervisningstyper. Således synes det at være mindre relevant, hvorvidt klasserne afveg fra hinanden iht. antallet af eksempelvis overvægtige. Med udgangspunkt i, at studiet omhandle Self-Determination Theory, så må det antages, at resultaterne i en vis grad kan generaliseres til andre populationer, da de målte motivationsparametre ifølge Self-Determination Theory er universelle for alle mennesker. Imidlertid kan det problematiseres, at de forskellige undervisningsformer afprøvet i studiet ikke nødvendigvis tilsvare de anvendte i eksempelvis en grønlandske kontekst. Trods enkelte metodiske problematikker fremstår studiets fund som værende anvendelige i nærværende speciale.
Titel: Psychological needs satisfaction, motivational regulations and physical activity intention among elementary school students Forfatter: Weiyun Chen Publiceringsår: 2014 Land: USA Studiedesign: Tværsnitsstudie Database: PsycInfo	Hypotese og formål: Studiet havde til formål at belyse, hvorvidt skolebørnenes følelse af autonomi, kompetence og tilhørsforhold kunne associeres med henholdsvis en indre eller ydre motivation. Ydermere havde studiet til hensigt at undersøge, hvorvidt indre eller ydre motivation kunne associeres med skolebørnenes intensjonen om at være fysisk aktiv. Metode: Tre forskellige spørgeskemaer blev benyttet: 1) Autonomi, kompetence og tilhørsforhold. Skolebørnene blev spurgt ind til deres følelse af autonomi, tilhørsforhold og kompetence ved i alt 9 forskellige spørgsmål, hvilke blev besvaret på en 5-punkt Likert skala. I henhold til autonomi blev der eksempelvis spurgt om følgende: (a) 'I feel that my PE teacher (idrætslærer) gives us

Keywords: self-determination theory, innate psychological needs, motivational Regulation, intention	choices', (b) 'I have time to choose who will be my partner' and (c) 'I have time to choose which activities I want to practice'. Spørgeskemaet skulle således indikerer, i hvilket omfang børnene følte at deres psykologiske behov blev opfyldt i idrætstimerne. 2) En spørgeskemaundersøgelse bestående af 4 spørgsmål havde til formål at kortlægge motiverne for, at skolebørnene var fysisk aktive. Der blev benyttet en 5-punkt Likert skala. Spørgsmålene startede som følgende; "I participate in physical education because..." Spørgsmålene var relateret til forskellige former for indre motivation og ydre motivation. 3) Intension. Et spørgeskema bestående af 3 spørgsmål blev benyttet for at belyse, hvorvidt børnene intenderede at deltage i fysisk aktivitet i fremtiden. Spørgsmålene blev besvaret med brug af en 5 punkt Likert skala. Respondenter: I alt deltog 291 skolebørn fra 3-6 klasse. Skolebørnene havde deres skolegang på to forskellige folkeskoler. Af de 291 skolebørn var 38 (13.1%) 3-klasses skolebørn, 86 (29.6%) 4-klasses skolebørn, 138 (47.4%) 5-klasses skolebørn og 29 (10%) var 6 klasses skolebørn. Skolebørnenes alder rangerede fra 8 til 12 år (M = 9.96 år, SD = .936) Resultat: Deskriptiv statistik viste, at den gennemsnitlige score for følelsen af, at de psykologiske behov var opfyldt, var (4.45 ud af 5) for kompetence, tilhørsforhold (3.9 ud af 5) og autonomi (3.83 ud af 5). Således havde hovedparten af skolebørnene en følelse af, at de var kompetente i undervisningen og havde et godt tilhørsforhold til de andre skolebørn. Følelsen af autonomi var tilmed høj, men mindre end de andre behov. I henhold til at belyse de bagvedliggende årsager til fysisk aktivitet blev det fundet, at indre motivation havde den højeste gennemsnitlige score (4.48 og 4.41 ud af 5) som årsag til fysisk aktivitet. Dette mens årsager til fysisk aktivitet tilvejebragt ved ydre motivation udledte en score på (2.41 ud af 5). En faktor analyse havde til formål at belyse, hvorledes skolebørnenes score af autonomi, kompetence og tilhørsforhold var positivt eller negativt associeret med forskellige motiver for fysisk aktivitet, samt deres intention
---	---

	om at være fysisk aktive. En stor følelse af autonomi var positivt korreleret med indre motivation. Scoredeskolebarnet således højt på spørgsmålene omhandlende følelsen om autonomi i idrætsundervisningen, så var dette statistisk associeret med, at skolebarnet også var indre motiveret for fysisk aktivitet. Ligeledes var en høj score af kompetence tilmed associeret med indre motivation. Det samme mønstre var gældende for tilhørsforhold, da en høj score af dette behov var positivt associeret med indre motivation. Ydermere viste studiet, at indre motivation var positivt associeret med intentionen om at dyrke meget fysisk aktivitet i fremtiden. Dette mens ydre motivation var associeret med en forventning om, at dyrke mindre fysisk aktivitet i fremtiden. Studiet indikerer således, at en styrkelse af skolebørnenes følelse af autonomi, kompetence og tilhørsforhold vil stimulere skolebørnene føler sig mere indre motiveret for fysisk aktivitet. Hvis følelsen af indre motivation styrkes vil dette fremme intentionerne om fysisk aktivitet i fremtiden. Kvalitetsvurdering: Studiet er baseret på tværsnitsdata, hvorfor det ikke er muligt at redegøre for mulige årsagssammenhænge. Eksempelvis er det muligt, at en høj følelse af kompetence ikke føre til indre motivation, hvilket ellers postuleres med udgangspunkt i studiets resultater. Årsagsforklaringen kan også være omvendt; at stor indre motivation foranlediger at individet føler sig kompetent. I så fald vil det ikke (nødvendigvis) være ”profitabelt” at øge følelsen af kompetence i henhold til motivation. For at kunne bestemme nævnte årsagssammenhænge er det relevant at initiere longitudinelle studier. I henhold til generaliserbarhed synes det muligt, at nævnte resultater kan overføres til en grønlandsk kontekst. Dette med udgangspunkt i, at nævnte psykologiske forhold (autonomi, kompetence og tilhørsforhold), ifølge teorien er universelle menneskelige behov. Af samme årsag synes det at være af mindre betydning, at aldersgruppen i studiet er en anelse ældre end indskolingsskolebørnene i nærværende speciale.

Titel: The Roles of Perceived Teacher Support, Motivational Climate, and Psychological Need Satisfaction in Students' Physical Education Motivation Forfatter: Anne Cox og Lavon Williams Publiceringsår: 2008 Land: USA Studiedesign: Tværsnitsundersøgelse Database: PsycInfo Keywords: relatedness, belonging, autonomy, competence, self-determination theory	Hypotese og formål: Studiet har til formål at undersøge, hvorvidt skolebørnenes motivation i henhold til Self-Determination Theory, medieres gennem lærernes støtte og det omgivende miljø/klima i klassen. Metode: Forskellige spørgeskema blev anvendt i henhold til at bestemme autonomi, kompetence, tilhørsforhold, det dominerende læringsklima/miljø samt om skolebarnet følt sig støttet af læreren. 1) Dominerende klima. Spørgeskemaet, "Perception of Motivational Climate Scale" (PMCS), blev anvendt til at belyse om skolebarnet følte at læringsmiljøet enten var "mastery" eller "performance". "Mastery" henviser til, at skolebarnet føler at indsatsen bliver værdsat af læreren. Dette uanset om præstationen er bedre end de andre skolebørns. "Performance" henviser til, at skolebarnet føler at læringsmiljøet/klimaet kun anerkender de bedste præstationer. 2) En følelse af tilhørsforhold og lærernes support. Deltagerne udfyldte et spørgeskema kaldet Psychological Sense of School Membership Scale (PSSMS). Spørgeskemaet indeholdte 18 spørgsmål og indbefattede en 5-punkt likert skala. Spørgeskemaet indbefattede spørgsmål såsom; "I am included in lots of activities" "I am included in lots of activities". Spørgeskemaet havde grundlæggende til hensigt at angive, i hvilken grad skolebarnet følte sig støttet af læreren. 3) Følelse af kompetence. Spørgeskemaet "Harter's" (1985) blev anvendt for at bestemme, i hvilken grad skolebarnet følte sig kompetent til sport og andre fysiske aktiviteter. Spørgeskemaet består af 6 spørgsmål, hvoraf respondenterne skal angive, hvilket af forskellige udsagn som beskriver skolebarnet bedst. 4) Følelse af autonomi Fem spørgsmål med tilhørende Likert skala blev benyttet til at bestemme skolebørnenes følelse af autonomi i idrætstimerne. Til spørgsmålene kunne skolebørnene eksempelvis besvare "I can decide which activities I want to practice" and "I have a say regarding what physical activities I want to do." 5) Motivation. The Academic Self-Regulation Questionnaire blev benyttet til at bestemme skolebørnenes motivation i idrætstimerne. Et
---	---

	spørgsmål kunne eksempelvis forlyde som følgende; “Why do I participate in the physical activities in PE (idræt)?”, “Why do I try hard in PE (idræt)?”. I alt indeholdte spørgeskemaet 24 spørgsmål med en 4-punkt likert skala. Spørgeskemaet havde til hensigt at afspejle, om skolebørnene var indre motiveret eller ydre motiveret for fysisk aktivitet. Svarene fra de forskellige spørgsmål blev regnet til en samlet score, hvilken angav i hvilken grad skolebarnet var self-determinant (selvbestemmende). Respondenter: I alt deltog 508 skolebørn fra 5-6 klassetrin i undersøgelsen. Gennemsnitsalderen var 11.38 år. Resultat: Data blev bearbejdet ved ”structural equation modeling”, hvormed de forskellige svar fra de respektive spørgeskemaundersøgelser blev ”loaded” på hinanden, for herigennem at udlede potentielle signifikante associationer. Resultaterne viste, at når skolebørnene følte at de havde lærers støtte og indgik i et trygt miljø, så var dette positivt associeret med at score højt på en self-determination skala (autonomi, kompetence og tilhørsforhold). Resultatet indikerer således, at den sociale relation til lærer og konteksten (miljøet) skolebarnet befinder sig i, kan mediere skolebarnets følelse af motivation i henhold til Self-Determination Theory. Kvalitetsvurdering: Studiet er baseret på tværsnitsdata, hvorfor det ikke er muligt at udlede egentlige årsagssammenhænge. Eksempelvis er det uvist om det er lærers støtte som er medvirkende til at motivationen for fysisk aktivitet højnes hos skolebarnet, eller om det ”blot” er skolebørnene som har den højeste motivation, som tilmed har den bedste relation til læreren. Begge årsagssammenhænge synes at være mulige.
Titel: The Impact of a Mastery Motivational Climate on Obese and Overweight Children's Commitment to and Enjoyment of Physical Activity: A Pilot Study	Hypotese og formål: Formålet med dette studie var at undersøge, hvorvidt anvendelsen af et program (SAFE-program), rettet i mod at styrke Mastery Motivational Climate (et opgaveorienteret undervisningsmiljø), ville højne skolebørnenes følelse af

Forfatter: Kent Griffin, Karen Meaney & Melanie Hart Publiceringsår: 2013 Land: USA Studiedesign: Longitudinelt studiedesign Database: CINAHL Keywords: -	engagement og glæde for fysisk aktive. Respondenter: I studiet deltog sammenlagt 43 skolebørn fra henholdsvis 3 klasse (n10), 4 klasse (n15) og fra 5 klasse (n18). Gennemsnitsalderen var 10 år. Tilmed havde skolebørnene en BMI som var placeret over den 85'ene percentil, gældende for deres køn og alder. Studiepopulationen var gennemgående skolebørn fra familier med en lavere socio-økonomiske status. Metode: Skolebørnene blev hvervet i forbindelse med et sommerskole omhandlende fysisk aktivitet og kost. I skolen blev skolebørnene undervist ud fra et program kaldet SAFE. Programmet var designet til at styrke et undervisningsklima kaldet Mastery Motivational Climate (MMC), hvilket (ifølge teorien) understøtter skolebørnenes følelse af engagement og glæde ved fysisk aktivitet. Mastery Motivational Climate (MMC) (opgaveorienteret undervisning) minimerer sociale sammenligninger, anerkender den individuelle progression, roser skolebarnets indsats og giver skolebørnene valgmuligheder. SAFE programmet blev gennemført fra mandag til fredag i 3 uger. I alt blev 15 seancer afholdt, hver af minimums 2 timers varighed. Det anvendte spørgeskema i studiet benævnes Commitment to Physical Activity Scale (CPAS). Dog er skemaet udarbejdet til voksne, hvorfor dette blev modificeret til børn. Spørgeskemaet havde til hensigt at belyse skolebørnenes følelse af engagement og glæde i henhold til fysisk aktivitet. Skemaet blev udleveret før SAFE-programmet blev påbegyndt, og efter alle programmerne var gennemført. Målingerne fra før og efter blev herefter sammenholdt for at belyse mulige forskellige. Studiet havde ydermere til hensigt at belyse, om skolebørnene var mere aktive under SAFE-programmet, sammenholdt med deres vanlige idrætsundervisning i skolen. Til formålet benyttede de i studiet et accelerometer. Den monitorerede aktivitet blev kategoriseres i henholdsvis siddende aktivitet,
---	--

	let, moderat og hård aktivitet. Resultat: Ved anvendelse af parret t-test blev det undersøgt, hvorvidt der var forskel på skolebørnenes engagement og glæde for fysisk aktivitet, før de påbegyndte programmet og efter. Målingerne fra spørgeskemaet viste signifikant forskel, idet børnene engagement og glæde for fysisk aktivitet var steget ($P < .001$). I henhold til målingerne af fysisk aktivitet ved brug af et accelerometer viste resultaterne, at børnene var mere aktive af moderat til hård intensitet, ved SAFE-programmet, sammenholdt med den traditionelle undervisningsform. Kvalitetsvurdering: I modsætning til nærværende projekt omhandler dette studie alene overvægtige børn. Det er uvist, hvorvidt en gruppe af alene overvægtige børn og en gruppe af børn med blandet vægtklasser motiveres af de samme forhold. Det forekommer sandsynligt, at der er stor forskel en sommerskole med hovedfokus på vægttab og fysisk aktivitet, sammenholdt med en almindelig skole som har idræt typisk en gang om ugen. Forskellen kan både komme til udtryk i, at børnene, deres forældre og underviserne er mere opsatte på, at fremme glæden for fysisk aktivitet, sammenholdt med hverdagen i skoledagen. Med vished om de væsentlige forskelle, mellem studiepopulationen i dette studie og studiepopulationen i nærværende speciale, må det udledes, at resultaterne herfra skal benyttes med varsomhed og væsentlige forbehold.
Titel: Using achievement goal theory to assess an elementary physical education running program Forfatter: Ping Xiang, April Buenea, Ron E. McBride Publiceringsår: 2004 Land: USA	Hypotese og formål: Studiet tager udgangspunkt i den teoretisk anskuelse, Achievement Goal Theory. Studiet undersøger hvorledes forskellige læringsmiljøer influerer skolebørnenes motivation for at deltage i et løbeprogram. Teorien kan opdeles i henholdsvis achievement goals og perceived motivational climate. Achievement goals referer til skolebarnets bagvedliggende årsag til at deltage i fysisk aktivitet. Denne kan opdeles i

Studiedesign: Longitudinelt studiedesign Database: CINAHL Keywords: -	følgende to tilgange: Mastery goals: Ved denne tilgang fokusere skolebarnet på at udvikle sine kompetencer via læring og opgave-mestring. Skolebørnene er ved denne tilgang motiveret og kan fastholde denne motivation over lang tid. Performance goals: Ved denne tilgang fokusere skolebarnet på, at deltage i fysisk aktivitet med formålet, at fremvise en overlegenhed i henhold til de andre skolebørn. Skolebarnet vil typisk være mindre motiveret og have svært ved at bevare sin motivation. Perceived motivational climate Refererer til det læringsmiljø skolebarnet befinder sig i. Miljøet er bestemt af den underviser, der varetager undervisningen, og hvilken rolle denne spiller i at skabe et positivt læringsmiljø, hvilket kan opdeles i to tilgange. Mastery climate Hvis læren har en mastery-fokuseret tilgang vil læringsmiljøet typisk indebære, at læreren vægter aktiviteter som er meningsfuldt for skolebørnene højt. Erkender den enkelte elevs progression, og evaluere skolebørnene med udgangspunkt i deres individuelle udvikling. Performance climate I et performance fokuseret læringsmiljø er opgavens meningsfuldhed for skolebørnene af mindre betydning. Skolebørnenes indsats vægtes op mod det gennemsnitlige (de andres) og vurderes derefter. Den individuelle udvikling er således af mindre betydning, medmindre, denne udvikling er på et højere niveau end de andres. Forskere har fundet at skolebørne entrerer klasseværelset i et kontinuum mellem at være orienteret mod mastery goals eller performance goals. Det valgte læringsmiljø læreren praktiserer i undervisningen kan påvirke skolebørnene til at være mere eller mindre orienteret mod mastery eller performance. Respondenter: I studiet deltog 116 børn. Børnene blev fulgt fra 4-klasse til de (omtrent) gik ud af folkeskolen.
---	---

	Metode: Med formålet at måle begrebet Achievement goals (Mastery goals vs. Performance goals) benyttede forskerne 12-punkts spørgeskemaet, Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ). Med formålet at måle begrebet Perceived motivational climate (Perceived motivational climate vs. Performance climate) benyttede forskerne spørgeskemaet Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire (PMCSQ). Spørgeskemaet bestod af 11 spørgsmål om mastery-fokuseret læringsmiljø og 13 performance fokuseret læringsmiljø. Persistence/effort Med formålet at måle skolebørnenes vedholdenhed og indsats blev deres løbeindsatser registreret som antallet af laps (omgange), den enkelte elev formåede at løbe på et år. Running performance Deltagerne fik tilmed målt deres hurtigste laps. Resultat: En multiple regressions analyse viste, at de skolebørn som var mastery goals orienteret, var positivt signifikant associeret med deres Persistence/effort. Det vil sige, jo mere de var Mastery orienteret, desto mere vedholdende var de i deres løbeprogram. Studiet viste en tendens til, at en mastery orientering i kombination med et Mastery climate var medvirkende til, at skolebørnene var mest fysisk aktive. Kvalitetsvurdering: Studiet omhandler børn som gennem deres skolegang er aktive med løbetræning. Nærværende speciale omhandler motivationsfaktorer for fysisk aktivitet i almindelighed, hvorfor studiets undersøgte fænomen og specialet undersøgte fænomen adskiller sig på visse områder. En uforbeholden generalisering af de fundet resultater fra studiet til nærværende speciale synes således at være problematisk. Studiet benytter data indsamlet fra et år. Med udgangspunkt i et spørgeskema definerer forskerne om skolebørnene enten er Mastery goals orienteret eller Performance goals orienteret. Dette prædikat kendetegner således skolebørnenes indsats gennem hele året. Der kan dog
--	--

	stilles spørgsmålstegn ved, om ikke motivation (mastery vs. performance) for løbetræning kan ændre sig gennem et år. I så fald vil resultaterne være misvisende. Gennemgående synes det at være tilfældet, at studiet på flere områder adskiller sig fra fænomenet undersøgt i nærværende speciale, hvorfor resultaterne heraf skal benyttes med forbehold.
Titel: Increasing physical activity in young primary school children — it's child's play: A cluster randomised controlled trial Forfatter: Lina Engelen, Anita C. Bundy a , Geraldine Naughton b , Judy M. Simpson, Adrian Bauman, Jo Ragen, Louise Baur, Shirley Wyver, Paul Tranter, Anita Niehues, Wendy Schiller, Gabrielle Perry, Glenda Jessup, Hidde P. van der Ploeg. Publiceringsår: 2013 Land: Australien Studiedesign: Randomiseret kontrolleret studie Database: CINAHL Keywords: Children, physical activity, primary schools	Hypotese og formål: At undersøge hvorvidt en skolegård med løse remedier kan være medvirkende til, at skolebørnene bliver mere fysisk aktive i skolegården i frikvarteret. Respondenter: I alt gennemført 206 børn undersøgelsen (control: n= 99, intervention: n=107). Gennemsnitlig alder ved baseline var 6 år (range 4.7–7.3 år) Metode: Forsøget forløb over 3 måneder på 12 forskellige folkeskoler (6 interventionsskoler, 6 kontrol skoler). Skolerne blev fordelt ved randomisering. Både lærer og skoler var blindet indtil baseline data var indhentet. Interventionen var opdelt i to dele: - En 13 ugers skolegårdsintervention - En 2 timers lærer-forældre intervention omhandlende fri leg. Interventionsskolerne fik tilhørt forskellige “lege genstande” imodsætning til kontrol skolerne. Aktivitets niveau: Børnenes aktivitetsniveau blev målt ved brug af Actigraph accelerometers. Ved at benytte forskellige cut-off points blev skolebørnenes adfærd, via datamaterialet, kategoriseret i siddende, let, moderat og hård intensitet. Da blev sorteret så data omhandlende adfærd i undervisningen blev sorteret fra.

	Skolegårdens størrelse pr elev Skolegårdens størrelse pr elev blev udregnet med udgangspunkt i arealets størrelse og antallet af skolebørn i skolen. Resultat: En multibel regression analyse fremviste en lille men signifikant forskel på interventionsgruppen og kontrolgruppen iht. Counts (enheder for fysisk aktivitet) (9.4 counts ($\times 1000$), 95% CI 3.5 to 15.2, $p = 0.002$). For minutter gjaldt det, at interventionsgruppen, var 1.8 min. længere aktiv, af moderat til hård intensitet (1.8 min, 95% CI 0.5 to 3.1, $p = 0.006$), og interventionsgruppen havde mindre siddende aktivitet, svarende til 2.1 minut (2.1 min, 95% CI 0.5 to 3.8, $p = 0.01$). Skolegårdens størrelse pr elev havde ingen signifikant betydning for, om skolebørnenes var mere eller mindre fysisk aktive. Kvalitetsvurdering Den metodiske kvalitet i studiet synes at være høj, da studiet bl.a. har en stor samle-size og har kunnet randomisere skolerne ved brug af en kontrolgruppe. Ligeledes har studiet forsøgt at kontrollere for potentielle bias, herunder eksempelvis arealet af de respektive skolegårde og socio-økonomiske forskelle skolerne imellem. Studiet har imidlertid ikke undersøgt om der er forskel på, hvem som benytter remedierne til leg. Hvis det eksempelvis hovedsageligt er normalvægtige børn, så vil interventionen ikke være rettet imod de overvægtige børn. Indsatsen ville isåfald ramme skævt.
Titel: School children's own views, roles and contribution to choices regarding diet and activity in Spain Forfatter: O. Lopez-Dicastillo, G. Grande og P. Callery Publiceringsår: 2013	Hypotese, Formål relevans: Formålet med denne undersøgelse var at belyse skolebørnenes egne perspektiver på fysisk aktivitet. Perspektiver der kan være medvirkende til at nuancere den eksisterende forskning om indsatser rettet mod øget fysisk aktivitet blandt børn. Respondenter: I alt deltog 48 børn i alderen 5-7 år fra en offentlig skole.

Land: Spanien Studiedesign: Kvalitativt Observationsstudie Database: CINAHL Keywords: child, diet, health behaviour, health promotion, physical activity	Metode: Denne undersøgelse bestod af metoderne feltarbejde (deltagende observation), udarbejdelse af dagbøger og interviews (gruppeinterview). Feltarbejdet forløb over et skoleår Observationerne fandt sted i frokostpausen og i frikvartererne for sammenlagt 80 dage, svarende til 170 timer. Dagbog. Skolebørnene fik besked på at udfylde en dagbog omhandlende deres tanker om fysisk aktivitet. Notater fra disse dagbøger blev senere anvendt som udgangspunkt for spørgsmål i interview. 48 Interviews blev foretaget i grupper af 2-3 skolebørne. Disse havde varighed af 30 minutter. Disse interviews blev transskriberet og kodet efter gennemgående holdninger og meninger. Resultat: De forskellige interview viste gennemgående, at børnene generelt var meget optaget af at tale om fysisk aktivitet. Børnene anså fysisk aktivitet som en måde at lære nye ting, mestre en aktivitet og socialisere sig. En motivationsfaktor for at være fysisk aktiv var, at børnene kunne være aktive med deres venner eller søskende. Gennemgående ville børnene ikke deltage i aktiviteter, som de anså som værende kedelige og typisk ensformigt. At have det sjovt og undgå kedsomhed var således nøgleord i henhold fysisk aktivitet. Kvalitetsvurdering: Da studiet blandt andet ikke vedlægger de anvendte spørgeskema forekommer det vanskeligt at vurdere den metodiske kvalitet hertil. I henhold til at studiet er et etnografisk studie og derved forsøger at forstå fænomenet fysisk aktivitet fra børnenes perspektiv, så er forekommer det som værende en styrke, at observationerne har forløbet over et skoleår. Ligeledes har studiet foretaget 48 interviews. Dette medvirkende til at give et solidt fundament af data, hvilket kan øge mulighederne for at forskerne kan få et fyldestgørende billede af børnenes livsverden. I henhold til nærværende speciale skal det tilmed påpeges, at
--	---

	studiets aldersgruppe (5-7 år) stemmer godt overens med næværende speciale.
Titel: Promoting physical activity at the pre-school playground: The effects of providing markings and play equipment Forfatter: Greet Cardon a, Valery Labarque, Dirk Smits, Ilse De Bourdeaudhuij Publiceringsår: 2009 Land: Belgien Studiedesign: Kontrolleret randomiseret studie Database: PubMed Keywords: Physical activity Pre-school children Outdoor play Accelerometer Play ground	Hypotese og formål: At undersøge om tilførsel af forskellige lege-remedier og tegninger på underlaget i legepladsen kan føre til øge aktivitetsniveauet. Respondenter: 40 offentlige skoler blev anvendt. Alle havde sammenlignelige skolegårde iht. Areal. Skoler som allerede havde lege-remedier blev ekskluderet. De 40 skoler blev randomiseret til én af følgende betingelser: 1) 10 skoler (150 børn blev evalueret) blev lege-remedier tilført. 2) I 10 skoler (161 børn blev evalueret) markeringer blev tegnet på underlaget i skolegården. 3) I 10 skoler (161 børn blev evalueret) lege-remedier og markeringer på underlaget blev tilført. 4) I 10 skoler (162 børn blev evalueret) blev anvendt som kontrolgruppe. På hver skole blev 12-20 børn udvalgt til monitorering. Ved baseline var 636 børn inkluderet, hvorefter 53 droppede ud, ligeligt for de respektive skoler. 583 børn deltog med en gennemsnitlig alder på 5.3 år, SD 0.4. Metode: Fysisk aktivitet blev kvantificeret ved brug af GT1M Actigraph uniaxial accelerometer. Markeringer i legegården blev tilført som tegninger (eksempelvis aktivitets stier) hvormed børnene muligvis blev nudget til at være aktive. Lege-remedierne var typisk bolde af forskellige typer, ringe, bønneposer m.v. Målingerne blev klassificeret i siddende adfærd, let aktivitet, moderat aktivitet og hård aktivitet. Resultat: Målingerne viste, at der ikke var forskel på børnenes gennemsnitlige aktivitetsniveau skolerne imellem. Procentdelen af skolebørnene som var engageret i moderat til hård intensitet var ikke forskellig skolerne imellem. Mængden

	af tid skolebørnene sad ned var ligeledes ikke forskellig skolerne imellem. I dette studier fremviste resultaterne således, at lege-remedier og tegninger i skolegården ikke havde nogen effekt på skolebørnenes aktivitets niveau. Kvalitetsvurdering Det synes at være problematisk, at det ikke var alle børnene som blev målt, samt at de børn som ikke indgik i målingerne, også have adgang til lege-remedierne. Således kan det ikke afvises, at hvis det havde været muligt at måle på alle børnene, eller hvis man kunne afskærme de børn som ikke indgik til ikke at lege med remedierne, så kunne resultatet have været anderledes. Dette specielt med tanke på, at det ikke var muligt at tilhøre skolerne legetøj til alle børnene. Styrken ved studiet var, at en relativ høj andel af børn deltog i forsøget. At der blev benyttet objektive måleredskaber. At aldersgruppen var tilsvarende den, undersøgt i nærværende speciale.
Titel: Long-term effects of a playground markings and physical structures on children's recess physical activity levels Forfatter: Nicola D. Ridgers, Gareth Stratton, Stuart J. Fairclough, Jos W.R. Twisk Publiceringsår: 2007 Land: England Studiedesign: Et longitudinelt studie. Database: PubMed Keywords: Children; School; Multilevel modeling; Recess	Hypotese og formål: 15 skoler modtog en donation med henblik på at renoverer deres skolegård. Ved brug af en kontrolgruppe (skoler som ikke fik renoveret deres skolegård) blev det undersøgt, hvorvidt dette havde betydning for deres fysisk aktivitetsniveau i skolegården. Respondenter: 15 skoler (156 skolebørn) deltog i undersøgelsen. Metode: Skolegårdene som blev renoveret blev opdelt i farve zoner; (a) et rødt sports areal (b) et blåt mult-fysisk aktivitets areal (c) En gul stille lege zone Herudover fik skolerne nye basketballkurve og fodboldmål. 11 skoler fungerede som kontrolskoler. Børnenes fysisk aktivitetsniveau blev kvantificeret ved brug af heart rate (HR) telemetry og et accelerometer. Herved blev børnenes aktivitetsniveau (moderat, højt og meget højt) monitoreret.

	Resultat: Skolebørn i skole med nye faciliteter var mere aktive svarende til 4% (moderat til hård fysisk aktivitet) og 2.4% (hård fysisk aktivitet), sammenholdt med skolen som ikke havde fået nye faciliteter. Kvalitetsvurdering: Studiets store styrke er, at antallet af interventionsskoler og kontrol skoler er høj, hvilket højne validiteten og generaliserbarheden. Det kan fremstå problematisk, at skolerne har modtaget et betydelig økonomisk støtte til at initiere nævnte renovering. For skoler som ikke tilbydes samme mulighed kan resultaterne fremstå mindre relevante.
Titel: Voices in the playground: A qualitative exploration of the barriers and facilitators of lunchtime play Forfatter: Rebecca M. Stanley, Kobie Boshoffb, James Dollmana Publiceringsår: 2012 Land: Australien Studiedesign: Kvalitativt observationsstudie Database: PubMed Keywords: Physical activity, Focus groups, Childre, Leisure activities, Facilitators, Barriers	Hypotese og formål: At undersøge børnenes oplevelse af, hvilke faktorer som hæmmer og fremmer fysisk aktivitet i spisepausen på en skole. Respondenter: Seks skoler blev udvalgt fra forskellige socioøkonomisk områder og geografisk beliggenheder. 54 børn i alderen 10-13 år deltog i undersøgelsen. Hver lærer udpegede ni mulige deltagere fra hvert køn, på tværs af klasserne 5, 6 og 7. Alder mellem 10-13 år. Metode: Dybdegående semistruktureret fokusgruppeinterviews blev anvendt til at udfolde skolebørnenes oplevelse. Interview blev gennemført under skoletiden. Interviewet havde længde af max 1 time og indbefattede 2 til 9 skolebørn. Opdelte pige- og drengegrupper blev praktiseret for, at sikre et trygt miljø. Materialet blev optaget og transskriberet. Analysen blev foretaget ved en induktiv tematisk tilgang, hvormed data blev kodet og kategoriseret i faciliterende og hæmmende barrierer for fysisk aktivitet. Resultat: Totalt blev 64 forskellige faktorer identificeret. Kun de vigtigste fremgår i artiklen. De vigtigste årsager som børnene italesatte, blev kategoriseret

	under følgende overskrifter: • Det fysiske miljø Lack of access to space, Size of space, number of people in space, Schools rules (where you are allowed to play), Weather • Intrapersonelle forhold Self-efficacy, Lack of motivation • Sociale miljø No-one to play with Kvalitetsvurdering: Studiet fremstår som værende af høj kvalitet, da relativt mange informanter indgår heri. Det fremstår i studiet, at forskerne har været meget bevidste om, ikke at “farve” skolebørnenes holdning. Således har spørgsmål og analysen af data været meget eksplorativ. Det kan betvivles, hvorvidt børn i 4 klasse kognitivt kan opliste forskellige hæmmende og fremmende faktorer. I så fald vil det givetvis være de mere konkrete faktorer som er blevet italesat, frem for mere rutinepræget/ubevidste mekanismer. Eksempelvis nævnes blandt andet vejret og manglende plads i skolegården som væsentlige årsager til begrænset fysisk aktivitet, hvilke er meget konkrete.
Titel: A friend versus a group of friends effect on physical activity behavior in 6-10 year old children Forfatter: Gabriel J. Sanders, Ashland University, Kent State University Publiceringsår: 2012 Land: USA Studiedesign: Eksperimenterende kontrolleret forsøg Database: Sociological Abstracts (kædesøgning)	Hypotese og relevans: Studiet havde til formål at undersøge omfanget og intensiteten af fysisk aktivitet i de 3 kontrollerede settings: Alene, med en ven eller som i en gruppe (4 børn). Respondenter: Respondenterne bestod af i alt 6 børn (n = 3 piger, n = 3 drenge) i aldergruppen 6-10 år. Metode: Børnene udpegede hinanden som venner. Alle deltog i de 3 forskellige settings, alene, med 1 ven og i en gruppe. Børnene fik fremvist forskellige muligheder for aktiviteter, hvilket både var af fysisk karakter såvel som stille siddende leg. Det fysiske aktivitetsniveau blev målt med et accelerometer

Keywords:	(Actigraph GT1M, Pensacola, FL). Når børnene sad ned blev dette monitoreret ved brug af et stopur. I 30 minutter fik børnene lov til at lege med det som de havde lyst til Resultat: En mixed-effekt model viste, at der var signifikant forskel på om børnene legede alene, med en ven eller i en gruppe. Accelerometer målingerne viste, at børnene var signifikant mere aktive når de legede med en ven ($p = .009$) eller i en gruppe ($p = .003$), sammenholdt med når de legede alene. Kvalitetsvurdering: Af studiet fremgår det uklart, hvor mange gange børnene deltog i de forskellige settings. Dette er givetvis relevant iht. validiteten af resultaterne, da få målinger indbefatter større usikkerhed mens mange målinger/gentagelser resultere i en større sikkerhed om det givne fund. I studiet deltog 6 børn. Det begrænsede antal kan være medvirkende til, at resultaterne skal fortolkes med forbehold for mulige bias. I denne undersøgelse har forskerne formået at gøre brug af et kontrolleret eksperimenterende design (gymnastiksalen og remedierne), hvormed årsagerne til mere/mindre fysisk aktivitet blandt børnene er anskueliggjort, hvilket synes at være en styrke i studiet.
-------------------------	--

BILAG 11: FOTOGRAFIER AF SKOLEGÅRDENE

Fotografier af Skovbjerg skolegård:









Fotografier af Grøndal skolegård:





