

KARTLÄGGNING
SKOLIDROTT

Ämnet idrott och hälsa för elever med en synnedsättning

PARASPORT
/SVERIGE

Innehåll

4. 1 Bakgrund
5. 1.1 Syfte och frågeställningar
5. 1.2 Disposition
6. 2 Metod
8. 3 Elevenkäten
9. 3.1 Översikt
11. 3.2 Två grupper
12. 3.2.1 Bakgrundsfaktorer uppdelat efter grupper
13. 3.3 Inkludering
15. 3.4 Under idrottslektionen
16. 3.5 Lärarkursen hos SPSM
16. 3.6 Skolidrottens inverkan på inställningen till fysisk aktivitet
18. 3.7 Övriga kommentarer
18. 4 Lärarenkäten
19. 4.1 Beskrivning av lärarkursen hos SPSM
23. 4.2 Bakgrundsfaktorer
23. 4.3 Lärarutbildning
24. 4.4 Kurs hos SPSM
24. 4.5 Behov och utmanande moment
25. 4.6 Övriga kommentarer
25. 5 Sammanfattning
26. 5.1 Resultat i korthet
28. 5.1.1 Sammanfattande punkter
29. 5.2 Avslutande reflektioner
34. 6 Källförteckning



1 Bakgrund

Den här undersökningen görs inom ramen för projekt Träningspasset, ett treårigt projekt inom Svenska Parasportförbundet med finansiering från Allmänna arvsfonden. Syftet med projektet är att sänka tröskeln in i idrott för personer med synnedsättning, med särskilt fokus på barn och unga. Detta görs dels genom stöd till idrottsrörelsen, dels genom tips, inspiration och forum för personer med synnedsättning själva och personer i deras närhet. Projektledare är Josefin Lindblom och kommunikatör för projektet är Malin Sipilä Fredriksson.

Projektet fick under sitt första år signaler om att barn med synnedsättning får en bristande introduktion till idrott, främst genom skolidrotten. Många menar att idrottslärare inte vet hur de ska inkludera elever med synnedsättning, och hellre hänvisar till särskilda aktiviteter än anpassar ordinarie undervisning så att den fungerar för alla. Många berättar att de fått sitta på en motionscykel eller ta en promenad, istället för att delta i den ordinarie idrottslektionen.

Därtill har barn med synnedsättning av naturliga skäl svårare än seende att på egen hand uppfatta vilken idrott som verkar rolig, upptäcka löpning, klättring eller bollspel, eller prova sig fram bland det som finns i ens närmiljö där rörelse blir naturligt och roligt. Synintryck är en viktig del i att lockas till rörelse, från det att vi lär oss att krypa och gå och genom hela livet. Men också i att känna sig trygg i att röra sig. När vi förlorar synintrycken behöver rörelsen komma till oss på andra sätt. Där har omgivningen en viktig roll, inte minst skolidrotten. Det är även i skolan som barn i allmänhet tar första steget in i fysisk aktivitet och hittar en idrott de tycker är kul.

1.1 Syfte och frågeställningar

I introduktionen av kursplanen för idrott och hälsa i läroplanen för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmen 2022 betonas att ”rörelse och hälsofrämjande levnadsvanor är grundläggande för människors välbefinnande”. Vidare påpekas att ”positiva upplevelser av idrott, rörelseaktiviteter och friluftsliv under uppväxtåren har stor betydelse för om vi blir fysiskt aktiva genom livet” (Skolverket 2022, s. 48). Under rubriken ”Syfte” står det, utöver en formulering om att ”Undervisningen ska vara utformad så att alla elever kontinuerligt kan delta i undervisningens aktiviteter”, att läsa både att skolidrotten ska främja elevernas intresse för att vara fysiskt aktiva och att den ska ge eleverna en tilltro till den egna fysiska förmågan (ibid.). Att det ska finnas en medvetenhet om att olika personer har olika förutsättningar när det gäller fysisk aktivitet går även att utläsa av att det under rubriken ”Centralt innehåll för årskurs 4–6” står att undervisningen ska beröra ”hur normer påverkar individers deltagande, till exempel normer kring kön och funktionalitet kopplade till olika rörelseaktiviteter” (ibid., 50).

Med andra ord finns kunskap om de hälsorelaterade fördelarna med fysisk aktivitet och en medvetenhet om att idrottsundervisningen kan ha en stor inverkan på vår relation till idrott utanför skolan. Vidare finns tydliga formuleringar om att alla elever, således även elever med synnedsättning, ska ges möjlighet att vara delaktiga i idrottsundervisningen utifrån sina egna förutsättningar för att främja välmående och tilltro till den egna fysiska förmågan.

Så, hur ser egentligen inkluderingen inom skolidrotten ut? Hur påverkar inkluderingen, eller frånvaron av densamma, elever med synnedsättning och deras inställning till fysisk aktivitet? Vilka eventuella utmaningar stöter undervisande lärare på och hur upplever de att det stöd som finns idag fungerar?

Projekt Träningspasset såg ett behov av ett tydligt och faktabaserat underlag om detta, för att bättre förstå hur barn med synnedsättning introduceras till idrott, och hur det påverkar målgruppens möjligheter och vilja att idrotta. Projektet arbetar inte med skolidrott i sig, däremot är det viktigt att få en bild av hur skolidrotten fungerar för att också förstå vad som krävs för att motivera och locka målgruppen in i idrott utanför och efter skolan.

En kartläggning av förutsättningarna gör det möjligt att utifrån det hitta och ta fram metoder och koncept som sänker trösklarna till fysisk aktivitet och som kan fungera som stöd för både idrottsrörelsen och målgruppen själv.

1.2 Disposition

I följande kapitel beskrivs den metod som använts för att samla in information både bland elever och lärare. Avsnittet innehåller även kortfattade reflektioner om den valda metoden, eventuella risker och hur dessa hanterats inom ramen för undersökningen. Därefter följer ett kapitel som enbart

fokuserar på den del av undersökningen som ägnats åt elevperspektivet. Avsnittet domineras av en redogörelse för resultaten indelad efter olikateman, men innehåller även reflektioner om såväl metod som begrepp. I nästa kapitel behandlas delen av undersökningen som kretsar kring lärarperspektivet.

Kapitlet inleds med ett avsnitt om den kurs som idrottslärare som undervisar, eller kommer att undervisa, en elev med synnedsättning har möjlighet att gå och som anordnas av Specialpedagogiska Skolmyndigheten (SPSM). Även i det här kapitlet är resultaten presenterade utifrån olika teman. Rapporten avslutas med en sammanfattning och ett reflekterande avsnitt.

2 Metod

För att få en förståelse för hur barn och unga med synnedsättning faktiskt upplever skolidrotten behövs en systematisk och konsekvent insamling av information, något som i det här fallet har gjorts genom en enkätundersökning.

För att få en djupare förståelse för vilka faktorer som är betydelsefulla för en fungerande idrottsundervisning hade intervjuer varit en gångbar metod. Idén till undersökningen kommer dock från början från ett behov av att få ett faktabaserat underlag som bekräftar eller dementerar bilden av att barn och unga med synnedsättning upplever att skolidrotten inte fungerar särskilt bra. Med anledning av det har fokus legat på att få in många, snarare än fördjupade, svar och för det ändamålet bedömdes en enkätundersökning vara mer passande. Att inte båda metoderna använts beror främst på att tiden varit en begränsande faktor.

Målet har varit att i största möjliga mån utforma en lättillgänglig enkät som inte ska ta allt för lång tid att besvara. För att få in så många och samtidigt



omfattande svar som möjligt har enkäten spridits i flera kanaler samt bestått av en blandning av öppna frågor och flervalsalternativ. Deltagarna fick svara på frågor om sin relation till idrott utanför skolan, om hur de känner att inkluderingen fungerar eller fungerade under idrottsundervisningen, om i fall de upplever att skolidrotten påverkar deras inställning till fysisk aktivitet i stort etc. Enkäten utformades av Louise Jannering och Josefin Lindblom på Svenska Parasportförbundet.

Nackdelen med det valda upplägget har framför allt varit uteblivna möjligheter att ställa följdfrågor för att exempelvis säkerställa att deltagarna uppfattat frågorna på samma sätt eller för att förtydliga eventuellt svårtolkade svar. Eftersom det har varit frivilligt att besvara enkäten har det även varit nödvändigt att begränsa antalet frågor, vilket i sin tur gjort att moment och perspektiv behövt uteslutas. Fördelen har å andra sidan varit att det möjliggjort ett påtagligt högre antal deltagare än vad som bedömdes vara genomförbart om undersökningen istället gjorts i intervjuform, något som stämmer väl överens med syftet med undersökningen.

Även om underlaget skulle behöva vara ännu mer omfattande för att det ska vara möjligt att dra statistiskt säkra slutsatser har det större antalet deltagare gjort det lättare att få en bild av faktorer som verkar samverka.

En risk med en enkätundersökning av det här slaget är även att svarsunderlaget antingen kommer bestå av respondenter som har mycket goda erfarenheter av skolidrotten, eller av personer som tvärtom har mycket dåliga erfarenheter, medan de som befinner sig någonstans där emellan av



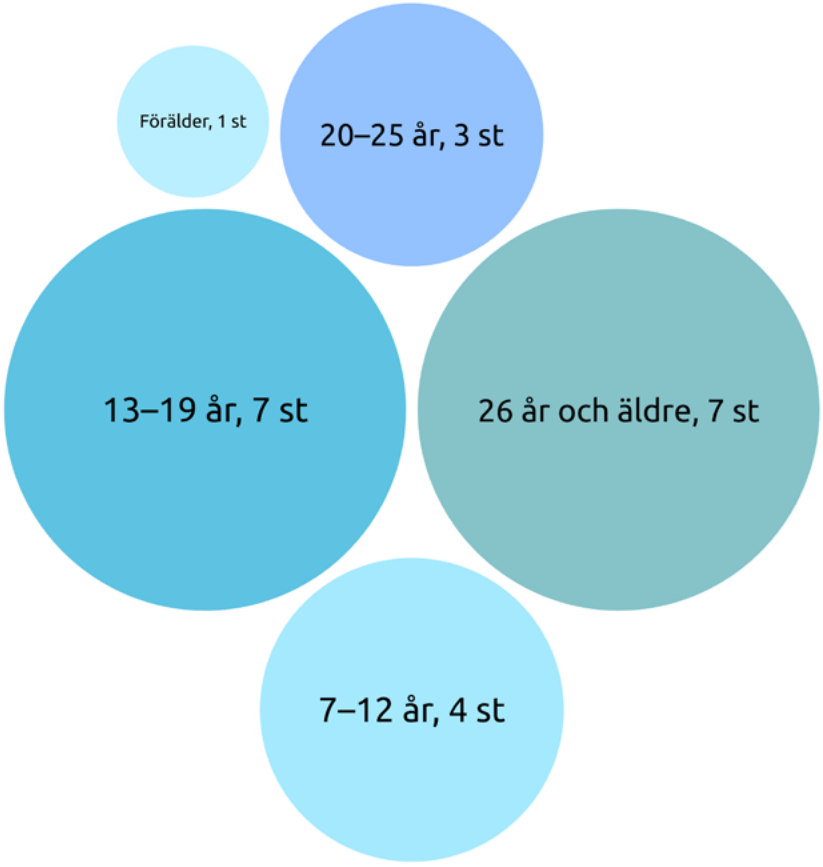
olika skäl inte har samma incitament att delta. Den farhågan har dock ur flera perspektiv visat sig vara obefogad. Svaren på många av frågorna befinner sig allt som oftast längs med hela skalan och ger därför en bild av att de olika områdena som enkäten ställer frågor om fungerar både väldigt bra, har tydliga brister och befinner sig någonstans där emellan.

Idrottsläraren sätt att bedriva en inkluderande undervisning är på många sätt betydelsefullt för elevens upplevelse av idrottsundervisningen. Därför har även lärare haft möjlighet att besvara en enkät.

Deltagarna här fick främst svara på frågor om i vilken utsträckning och på vilket sätt lärarutbildningen förberedde dem för att ta emot en elev med synnedsättning, samt om hur läraren upplevde kursen hos Specialpedagogiska Skolmyndigheten som är inriktad mot just undervisning av elever med nedsatt syn. Här har deltagarantalet varit betydligt lägre än för elevenkäten. Som en konsekvens består resultatredovisningen främst av en beskrivning av resultaten, snarare än av reflektioner kring samverkande faktorer. Spridningen när det gäller lärarnas uppfattning om förutsättningarna att undervisa en elev med synnedsättning är dock efter omständigheterna god.

3 Elevenkäten

Elevenkäten var öppen för svar mellan mars och juni 2024. Enkäten bestod av 14 huvudsakliga frågor, där respondenterna fått besvara ett varierat antal följdfrågor beroende på vilka svarsalternativ som fyllts i bland huvudfrågorna.



De allra flesta frågorna har varit flervalsfrågor där respondenten kunnat kryssa i endast ett svar. Här har dock nästan alltid funnits möjlighet att utöver det lägga till egna kommentarer i en fritextruta. Två av de 14 huvudsakliga frågorna har bestått av flervalsalternativ där det stått respondenterna fritt att välja fler alternativ utifrån egna preferenser. Enkäten har delats i en Facebookgrupp för personer med synnedsättning, i Svenska Parasportförbundets sociala medier samt med stöd av organisationer såsom Unga med Synnedsättning Stockholm och Punktfamiljer. Enkäten har även fått spridning av ett flertal enskilda som varit behjälpliga med att dela den via mejl och sociala medier.

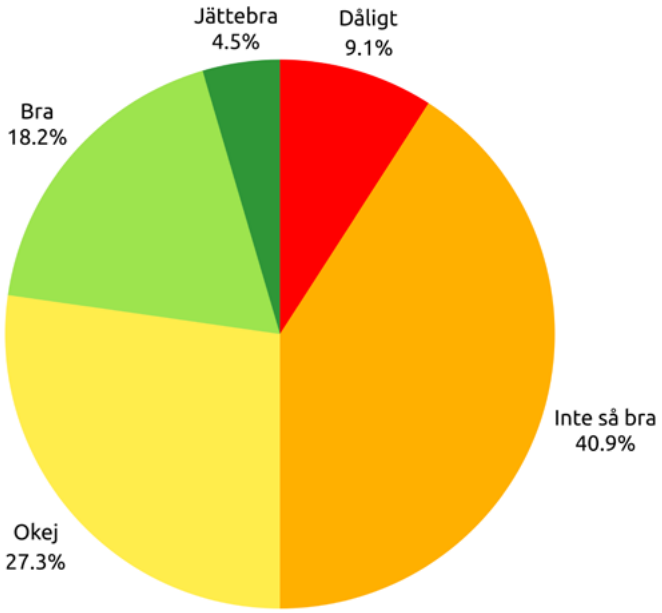
3.1 Översikt

Totalt 22 personer besvarade elevenkäten. Av dessa är fyra stycken 7–12 år gamla, sju stycken är 13–19 år, tre stycken är 20–25 år och sju stycken är 26 år eller äldre. En person angav att denne svarade som vårdnadshavare.

När det gäller bostadsort angav fem respondenter att de bor, eller när idrottsundervisningen var aktuell, bodde i eller strax utanför Stockholm, Göteborg eller Malmö. Två stycken svarade att de bor i en större stad, medan fem bor i en mindre stad. Sju respondenter svarade att de bor i en mindre ort och tre stycken bor på glesbygden.

När det gäller synstatus sträcker den sig från blind till drygt 10 % syn, alternativt smalt synfält eller förhållandevis bra syn på ena ögat, medan synen på det andra ögat är mycket begränsad.

Vilken är din helhetsbild av hur skolidrotten fungerar/fungerade för just dig?
Trots att nästan samtliga av de 22 deltagare som svarade på elevenkäten uppger att de är fysiskt aktiva utanför skolidrotten upplever hälften att idrottsundervisningen inte fungerar så bra eller inte fungerar alls. Ytterligare sex stycken menar att skolidrotten endast fungerar okej.



Respondenterna fick även svara på ett antal frågor om de var fysiskt aktiva på fritiden både innan de började skolan och på fritiden under skolåren. Här hade deltagarna möjlighet att fylla i valfritt antal alternativ. Åtta personer var fysiskt aktiva med familjen eller kompisar innan skolstart, varav en person även angav att denne deltog i en organiserad idrottsaktivitet under samma period. Två personer svarade att de inte varit fysiskt aktiva innan de började skolan och en persons svar är tvetydigt.

Trots att det alltså funnits möjlighet att kryssa i alternativet ”jag var inte fysiskt aktiv innan jag började skolan” är det endast elva, det vill säga hälften, av de 22 deltagarna som lämnat information om hur deras relation till fysisk aktivitet såg ut innan skolstart.

Under skoltiden angav 14 deltagare att de deltar på en eller flera organiserade idrottsaktiviteter utanför skolan, medan tolv stycken angav att de är fysiskt aktiva med familjen eller vänner utanför skolan.

Av dessa visar svaren att sju stycken är fysiskt aktiva utanför skoltid både genom att vara delaktiga i organiserade idrottsaktiviteter och genom att vara fysiskt aktiva med vänner eller familj. Fem är enbart fysiskt aktiva med vänner eller familj, samtidigt som sju stycken endast deltar på en eller flera organiserade idrottsaktiviteter. En person fyllde i att denne inte är fysiskt aktiv utanför skolan, men hade velat det och det här svaret är tvetydigt. Ingen av respondenterna fyllde i alternativet ”Vill inte hålla på med idrott utanför skolan”. Två personer har fyllt i ”annat”, där en av deltagarna beskriver att denne brukar gå promenader själv samt cykla och åka utförsåkning med syntolkning. När det gäller den här delen, d.v.s. relationen till fysisk aktivitet utanför skoltid, har alla deltagare förutom två lämnat information, vilket gör dessa resultat mer tillförlitliga än vad som är fallet när det gäller deltagarnas relation till fysisk aktivitet innan de började skolan. Noterbart är att det endast är de två deltagarna som inte lämnat någon information som möjligtvis inte är fysiskt aktiva utanför skoltid. Det ger en helhetsbild av att de som besvarat enkäten över lag är fysiskt aktiva i hög utsträckning även utanför skolidrotten.

Respondenterna som angav att de deltar på en organiserad idrott antingen innan skolstarten eller utanför skolan fick följdfrågan om de upplevde att

Grupp 1
Fungerar jättebra
Fungerar bra
Fungerar okej





Grupp 2
Fungerar inte så bra
Fungerar dåligt



det fungerade bättre eller sämre att delta på fritidsaktiviteten än under skolidrotten. Av de 14 elever som fick den här frågan svarade åtta stycken tydligt att idrottsaktiviteten utanför skoltid fungerar bättre än vad skolidrotten gör. Några av respondenterna svarade att de upplever att båda fungerar lika bra. Flera nämner att fördelen med idrottsaktiviteter på fritiden är att de haft möjlighet att välja vilka idrottsaktiviteter som fungerar bäst utifrån synnedsättningen, medan det under skolidrotten funnits aktiviteter som varit svåra att delta i. Här lyfts bollsporter upp som exempel av flera deltagare. Även hinderbanor och orientering nämns. En av deltagarna menar att huruvida det fungerar bra med ledsagaren eller inte spelar roll för hur bra respektive dåligt det fungerat i idrottssituationer både i skolan och utanför. En annan deltagare skriver att även om fritidsaktiviteter på ett annat sätt kan väljas utifrån ett tillgänglighetsperspektiv fyller skolidrotten en funktion på det sättet att den introducerar elever för olika idrotter.

Det pekas även på vikten av att som elev kommunicera med läraren för att bryta dennes normer kring vad en elev med synnedsättning klarar av och inte klarar av att göra. Här blir den enskilda elevens inställning viktig, menar personen. En annan respondent lyfter vikten av elevens inställning på samma sätt och pekar även på att föräldrars attityd till fysisk aktivitet spelar roll.

3.2 Två grupper

För att göra det lättare att systematisera svaren och göra jämförelser på ett mer konsekvent sätt har svaren även delats upp i två grupper. Undersökningens huvudsyfte är att få en bild av hur elever med synnedsättning upplever skolidrotten och till grund för uppdelningen ligger därför frågan ”Vilken är din helhetsbild av hur skolidrotten fungerar/fungerat för just dig?” Detta eftersom det är en övergripande fråga som svarar bra mot huvudsyftet med undersökningen. Här fick respondenterna fem svarsalternativ: ”fungerar jättebra”, ”fungerar bra”, ”fungerar okej”, ”fungerar

inte så bra" och "fungerar dåligt".
I den ena gruppen, som hädanefter kallas för grupp 1, finns svaren från de elever som svarat att idrotten fungerar jättebra, bra eller okej. I den här gruppen har endast en elev angett att denne upplever att skolidrotten fungerar jättebra, fyra stycken har fyllt i att idrotten fungerar bra och sex stycken menar att den fungerar okej.

I den andra gruppen, som hädanefter kallas för grupp 2, återfinns svar från de elever som upplever att skolidrotten inte fungerar så bra eller fungerar dåligt. Här har nio elever angett att skolidrotten inte fungerar så bra, medan två elever menar att den fungerar dåligt. Även om "okej" innebär att skolidrotten är långt ifrån optimal har indelningen gjorts på det här sättet eftersom okej tyder på att eleven upplever att det finns delar av idrottsundervisningen som fungerar. I och med den här uppdelningen blir grupperna även lika stora, med elva respondenter i varje grupp.

3.2.1 Bakgrundsfaktorer uppdelat efter grupper

Grupperna skiljer sig ganska mycket åt när det gäller åldersfördelning. I grupp 1 består den största åldersgruppen av respondenter som är 26 år eller äldre. Hela fem stycken av gruppens elva respondenter tillhör den här kategorin. I de andra åldersgrupperna ingår en eller två respondenter. I grupp 2 ser det annorlunda ut. Här är fem respondenter mellan 13 och 19 år gamla, tre respondenter är äldre än så och tre är yngre.

När det kommer till skillnader i bostadsort är den inte lika påtaglig. Det går att se en viss övervikt för grupp 2 när det gäller glesbygd och mindre ort, men samtidigt är spridningen i grupp 1 ganska stor.

Skillnaden är ännu mindre när det kommer till synstatus. Här framgår det inte alltid exakt hur mycket respondenterna ser. I grupp 1 beskriver sex personer att de antingen är blinda, endast ser ljus och mörker eller ser 1 % eller mindre. Motsvarande siffra för grupp 2 är fem. På grund av bristande kunskaper om vissa ögonsjukdomar och vilka konsekvenser sämre synskärpa eller synfältsbortfall innebär för möjligheten att delta i skolidrotten går det inte att beskriva spridningen mer än så.



För att övergå till deltagarnas erfarenheter av fysisk aktivitet innan skolstart skiljer sig de två grupperna inte åt nämnvärt. En person i grupp 1 och ingen i grupp två gick på en eller flera organiserade idrottsaktiviteter innan skolstart. I båda grupperna anger fyra respondenter att de innan skolstart var fysiskt aktiva med familj eller vänner. Som nämnts tidigare är dock bortfallet relativt stort då hälften av deltagarna inte lämnat någon information om hur deras relation till fysisk aktivitet såg ut innan de började skolan. Det skapar därför en osäkerhet i resultatet.

När det gäller relationen till fysisk aktivitet under skolåren är svarsfrekvensen som beskrivits tidigare dock betydligt högre och skillnaderna blir större. Här anger nio stycken i grupp 1, det vill säga alla förutom två, att de går på en eller flera organiserade idrottsaktiviteter utanför skolan, medan fem stycken fyllt i samma alternativ i grupp 2. När det gäller att vara fysiskt aktiv med familj eller vänner utanför skolan har fyra deltagare i grupp 1 kryssat i det alternativet, medan åtta deltagare i grupp 2 gjort samma sak. Det verkar alltså som att grupp 1 i större utsträckning deltar i organiserade idrotter utanför skolan, men att grupp 2 å andra sidan är fysiskt aktiv med vänner och familj i större utsträckning.

Det framgår även tydligt att av de i grupp 1 som deltar i en organiserad idrott utanför skoltid anser de flesta att fritidsaktiviteten fungerar lika bra som skolidrotten, medan de som svarat på samma fråga i grupp 2 berättar att fritidsaktiviteten fungerar bättre än vad skolidrotten gör.

3.3 Inkludering

Deltagarna fick relativt tidigt i enkäten en fråga om de upplever att idrottsläraren inkluderar dem i idrottsundervisningen. I grupp 1 svarade två stycken ”helt och hållet”, fyra stycken ”i stor utsträckning”, tre stycken ”delvis”, en person ”inte så mycket”, ingen ”inte alls”, en person ”vet inte” och ingen ”annat”. I grupp 2 svarade ingen ”helt och hållet”, en person ”i stor utsträckning”, ingen ”delvis”, sex stycken ”inte så mycket”, tre stycken ”inte alls”, ingen ”vet inte” och en ”annat”.

Att vara inkluderad behöver inte nödvändigtvis innebära att eleven i alla lägen genomför exakt samma aktiviteter som sina seende klasskamrater, men däremot att denne upplever att den är en del i gruppen, kan vara med på de allra flesta aktiviteterna och över lag inte känner att synnedsättningen gör det påtagligt svårt att vara med i gruppen varken praktiskt eller socialt. Det fanns dock ingen definition av begreppet i enkäten, vilket gör att eleverna kan ha besvarat frågan utifrån olika premisser beroende på hur varje individ uppfattar begreppet inkludering. Eftersom det mest väsentliga i just det här sammanhanget är att fånga en känsla, närmare bestämt om eleverna känner att de är inkluderade, innebär det i det här fallet dock inte nödvändigtvis en sämre kvalitet på resultatet.

Även om enkäten inte möjliggör några slutsatser om vad som kommer först; känslan av att vara eller inte vara inkluderad eller uppfattningen om hur

undervisningen fungerar i stort ur ett synskadeperspektiv, går det ändå med säkerhet att säga att det finns en påtaglig skillnad mellan de två grupperna, där eleverna som upplever att idrottsundervisningen fungerar mycket bra, bra eller okej känner sig mer inkluderade än eleverna som upplever att idrottsundervisningen inte fungerar så bra eller dåligt.

Därefter följde en flervalsfråga där eleverna fick fylla i max tre alternativ för vad de tycker är viktigast för att känna sig inkluderade. Här kryssade elva stycken av de 22 respondenterna för ”att läraren frågar hur jag upplever att det fungerar”, tio stycken ”lärarens eget intresse” och ”att jag upplevde att aktiviteterna var anpassade efter mina förutsättningar”, sju stycken ”att jag får göra samma saker under idrottslektionerna som mina klasskamrater”, fyra stycken ”att mina klasskamrater gör det möjligt för mig att vara med” och ”min egen inställning”, tre stycken ”att läraren hade gått kurs hos SPSM”, två stycken ”att jag inte märker av att aktiviteterna är anpassade efter mig” och en person ”att läraren inte pratar med mig, utan hittar på egna lösningar”. En person menar att denne inte upplever att inkludering under högstadie- och gymnasietiden var så viktigt, utan att det då hade varit bättre med egna aktiviteter.

De tre viktigaste faktorerna för upplevd inkludering är alltså att läraren frågar hur eleven upplever att det fungerar, lärarens eget intresse och att eleven upplever att aktiviteterna är anpassade efter dennes förutsättningar. När det gäller de övriga alternativen är fördelningen mellan grupp 1 och 2 helt jämn eller inom felmarginalen. Av de elva respondenter som menar att det är viktigt att läraren ställer frågor är fördelningen mellan de två grupperna relativt jämn, där fyra respondenter tillhör grupp 1 och sju stycken hör till grupp två. När det gäller lärarens eget intresse är fördelningen sju respektive tre. Den största skillnaden återfinns för alternativet ”att jag upplever att aktiviteterna är anpassade efter mina förutsättningar”. I grupp 1 har endast två personer kryssat för det här alternativet, medan motsvarande siffra för grupp 2 är åtta.

På temat inkludering fick eleverna även frågan om i fall de upplever att läraren har kunskap om hur denne kan göra för att idrottsundervisningen ska fungera. I grupp 1 svarade ingen ”helt och hållet”, fyra stycken ”i stor utsträckning”, tre stycken ”delvis”, två stycken ”inte så mycket”, ingen ”inte alls” och två stycken ”vet inte”. I grupp 2 svarade en person ”i stor utsträckning”, en person ”delvis”, fyra stycken ”inte så mycket” och fem stycken ”inte alls”. Här är noterbart att

8 av 22 elever svarar att de upplever att de inte så ofta eller aldrig ges förutsättningar att visa vad de kan under skolidrotten.





eleverna som tillhör grupp 2 i större utsträckning upplever att kunskapen hos idrottsläraren är bristfällig. Särskilt påtagligt är att sätt över samtliga 22 respondenter är det hälften, d.v.s. elva stycken, som svarar att läraren inte har så mycket kunskap eller ingen kunskap alls.

3.4 Under idrottslektionen

För att få en uppfattning om hur idrottslektionerna ser ut fick eleverna en fråga om i fall det händer att de får göra andra aktiviteter än sina seende klasskamrater under idrottslektionen. På den här frågan svarade i grupp 1 fyra stycken ”aldrig”, en person ”någon gång per läsår”, fyra stycken ”några gånger per termin”, en person ”flera gånger i månaden” och ingen ”alltid”. Ett svar saknas. För grupp 2 är motsvarande siffror två stycken ”aldrig”, en person ”någon gång per läsår”, två stycken ”några gånger per termin”, fem stycken ”flera gånger i månaden” och en person ”alltid”. I grupp 2 pekar alltså resultatet mot att eleverna i större utsträckning blir hänvisade till egna aktiviteter under skolidrotten.

När det kommer till ledsagning svarade totalt 13 elever att de har en ledsagare under idrottslektionen, medan sju svarade nej och två svarade ”annat”. Av de 13 som har en ledsagare menar nio att det gör det lättare att vara med på idrottslektionerna. Två svarade nej på samma fråga (båda tillhör grupp 2) och en person svarade vet inte. Den trettonde personen angav istället ”annat”, och skriver att det faktum att hen hade en ledsagare gjorde det lättare för idrottsläraren att lägga ansvaret för aktiviteten på ledsagaren.

För att få en bild av om i fall det kan ske en ansvarsförskjutning mellan idrottsläraren och ledsagaren fick de 13 elever som hade ledsagare frågan ”Händer det att din idrottslärare inte kunnat anpassa idrottslektionen, men att du ändå kunnat vara med tack vare att din ledsagare gjort anpassningen istället”. Här svarar tre elever ”ofta”, sex ”ibland” och fyra ”sällan”. Det är inte möjligt att dra några slutsatser om fördelningen mellan de två grupperna eftersom antalet elever som svarat på frågan är relativt litet, men sett till

gruppen som helhet tycks ledsagaren emellanåt fungera som ett skyddsnät och möjliggöra för eleven att delta, trots att lärarens kunskap eller liknande varit begränsad.

Av de sju elever som inte har en ledsagare svarar tre (samtliga i grupp 1) att de inte vill ha en ledsagare, en (i grupp 2) att denne vill ha en ledsagare, medan tre anger att de inte vet.

Deltagarna fick även frågan om i fall de upplever att de ges förutsättningar att visa vad de kan på idrottslektionerna. Här svarade två elever (båda i grupp 1) ”helt och hållet”, fem (fyra i grupp 1 och en i grupp 2) ”i stor utsträckning”, fyra (tre i grupp 1 och en i grupp 2) ”delvis”, fyra (samtliga i grupp 2) ”inte så ofta”, fyra (samtliga i grupp 2) ”inte alls” och tre ”vet inte”. Här finns en stark förskjutning mot att respondenterna i grupp 2 i mindre utsträckning upplever att de har möjlighet att visa vad de kan. Av undersökningens totalt 22 respondenter svarade åtta stycken att de upplever att de inte så ofta eller aldrig ges förutsättningar att visa vad de kan under skolidrotten.

3.5 Lärarkursen hos SPSM

Totalt svarade åtta respondenter att deras idrottslärare gått kursen hos SPSM. Fem svarade nej och nio stycken angav att de inte vet. För grupp 1 är motsvarande siffror fem, två och fyra och för grupp 2 tre, tre och fem. De elever som svarade att deras lärare gått kursen hos SPSM fick en följdfråga om på vilket sätt idrottsundervisningen förändrades efter detta. Här svarade en elev i varje grupp att det blivit bättre, en i grupp 1 och ingen i grupp 2 att det blivit sämre, två i varje grupp att de inte märkte någon skillnad och en i grupp 1 och ingen i grupp 2 att läraren gått kursen innan idrottsundervisningen började.

Av de totalt fem som svarat att deras lärare inte gått kursen hos SPSM angav 2 att läraren känner till att kursen finns, en att läraren inte känner till att kursen finns och två att de inte vet om läraren känner till kursen. Tre av eleverna skulle vilja att läraren går kursen och två vet inte. Det faktum att en relativt stor andel inte vet om deras lärare gått kursen eller inte gör dock att resultaten här blir relativt osäkra.

3.6 Skolidrottens inverkan på inställningen till fysisk aktivitet

Tolv av de totalt 22 respondenterna svarade ja på om skolidrotten påverkat deras inställning till idrott i stort. Sex svarade nej och fyra svarade att de inte vet. De tolv elever som svarat ja på frågan fick en följdfråga om på vilket sätt skolidrotten påverkat deras inställning. I grupp 1 svarade fyra elever att skolidrotten gjort de mer positivt inställda till idrott i stort, medan en elev angav att skolidrotten gjort denne mer negativt inställd. I grupp 2 var det

istället ingen respondent som menade att skolidrotten gjort dem mer positivt inställda. Däremot svarade sju personer, vilket motsvarar samtliga personer i grupp två som svarat ja på frågan, att skolidrotten gjort de mer negativt inställda till idrott.

Som tidigare nämnts är andelen respondenter som svarat att de är fysiskt aktiva utanför skolidrotten väldigt hög, vilket gör att skillnaderna mellan grupp 1 och 2 gällande den här specifika bakgrundsfaktorn i princip är obefintlig. Samtidigt finns en osäkerhet gällande detta, något som diskuteras vidare i avsnittet "avslutande reflektioner". Det som dock går att säga är att även om deltagarna i hög utsträckning är fysiskt aktiva utanför skoltid, så verkar huruvida skolidrotten fungerar bra eller mindre bra ha en inverkan på inställningen till fysisk aktivitet i stort. Att vara fysiskt aktiv utanför skoltid fungerar därför inte som en skyddsfaktor mot bristfälligt fungerande idrottsundervisning.

De som svarat att skolidrotten inte påverkat deras relation till idrott i stort fick istället följdfrågan om varför detta inte är fallet. Svarsalternativen bestod av "jag hade redan en god relation till idrott och skolidrotten har inte ändrat på det", "jag hade redan en dålig relation till idrott och skolidrotten har inte ändrat på det" och "annat". Här svarade samtliga sex respondenter att "jag hade redan en god relation till idrott och skolidrotten har inte ändrat på det". Tre av dessa sex respondenter tillhör grupp 1 och den andra hälften hör till grupp 2. I den här elevgruppen, d.v.s. elever som menar att skolidrotten inte påverkat deras inställning till idrott i stort eftersom de redan hade en bra relation till idrott, återfinns därför elever som både anger att skolidrotten fungerar bra, okej och dåligt. Till skillnad från vad som tidigare sagts i detta avsnitt tyder detta på att i de fall där eleverna redan har en god relation till idrott och fysisk aktivitet, så spelar huruvida skolidrotten fungerar bra eller



inte ingen större roll för elevens inställning till fysisk aktivitet i övrigt. Värt att notera är dock att gruppen som anger att skolidrotten har en inverkan är dubbelt så stor (tolv respondenter) som gruppen som svarat nej på samma fråga (sex respondenter).

”Här lyfter flera elever att de ställts i ett hörn.”

3.7 Övriga kommentarer

Slutligen hade deltagarna möjlighet att lägga till övriga kommentarer. Här lyfter flera elever att de ställts i ett hörn, själva behövt lösa hur olika aktiviteter ska genomföras, att idrotten är stökig med otillgängliga aktiviteter, att idrottsundervisningen aldrig fungerat trots att eleven annars varit aktiv och att viljan från lärarens håll att bedriva en inkluderande undervisning inte finns där. Det nämns även att erfarenheterna varierade beroende på idrottslärare och att en bråkig och stökig miljö i omklädningsrummet gjorde att en av eleverna ibland inte närvarade under idrottslektionerna.

4 Lärarenkäten

Fem lärare besvarade elevenkäten som var öppen under maj och juni månad 2024. Det faktum att endast fem lärare deltagit har gjort att det inte går att dra några slutsatser om samband eller samverkande faktorer, men däremot få en övergripande bild. Enkäten har fått spridning genom att deltagare på den kurs som SPSM anordnar för lärare som undervisar en elev med synnedsättning eller blindhet blivit uppmuntrade att delta. Att nå lärare som inte gått kursen har inte varit möjligt, vilket hade varit önskvärt eftersom det hade skapat ytterligare en intressant dimension till rapporten som i det här fallet uteblir. Detta har sin orsak i att det inte finns något register över personer med synnedsättning och därmed heller ingen möjlighet att veta

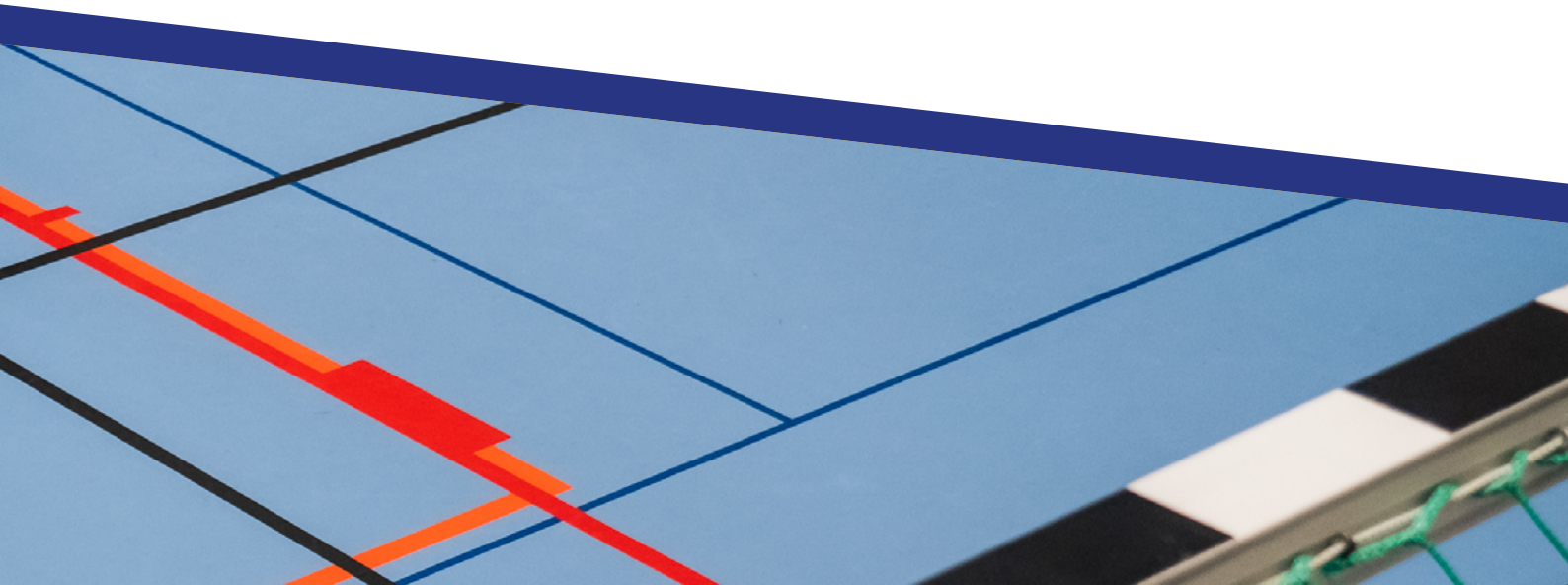


vilka lärare, utöver de som varit i kontakt med myndigheten, som undervisar en elev som tillhvör den här målgruppen.
Innan redovisningen av resultaten följer ett avsnitt med en beskrivning av kursen. Innehållet i det här avsnittet bygger på ett samtal med Lisen Lehman, som arbetar på Resurscenter Syn på SPSM och som tillsammans med Mia-Maria Rundgren Kling ansvarar för kursen.

4.1 Beskrivning av lärarkursen hos SPSM

Hos Specialpedagogiska Skolmyndigheten (förkortat SPSM) har lärare som undervisar, eller kommer att undervisa, en elev med synnedsättning eller blindhet möjlighet att gå en kurs tillsammans med andra lärare som undervisar i samma ämne. Även elevens resursperson kan gå kursen, men viktigt är att denne inte deltar på egen hand utan att undervisande lärare också är med. Kursen anordnas varje termin och leds och planeras av Lisen Lehman och Mia-Maria Rundgren Kling som båda arbetar på Resurscenter Syn på SPSM. Idrottslärare som undervisar elever i grundskolan och gymnasiet går samma kurs.

Kursens första del består av en schemalagd digital uppstartsträff på ca två och en halv timme. Sedan följer ett mer praktiskt inriktat moment där lärarna och kursledarna träffas fysiskt. Här ligger fokus på att lärarna ska få en mer konkret förståelse för vad det innebär att ha nedsatt syn och vilka krav det ställer på lärarens undervisning för att den ska bli tillgänglig. Ett vanligt moment under den här delen av kursen består av att lärarna, med bindel på, får gå en för dem okänd hinderbana för att sedan på en ritmuff rita upp hur de upplever att hinderbanan ser ut. Lärarna blir även indelade i grupper med uppgiften att ansvara för en specifik aktivitet för resten av deltagarna. Det kan exempelvis handla om att hålla i ett danspass där deltagarna har bindlar på sig. Tanken med det momentet är att lärarna ska ges möjligheter att tillsammans fundera på hur olika aktiviteter kan tillgängliggöras, utbyta tankar med varandra och på så sätt fylla på sin bank med idéer. Under stora delar av dagen har deltagarna bindlar på sig, men i vissa moment, exempelvis bollsporter, får de lärare som undervisar en elev med synrester testa ett par glasögon som ska ge dem en ungefärlig uppfattning om vad och hur mycket eleven ser. Den praktiska kursdagen roterar mellan Stockholm, Göteborg och troligtvis Malmö inom kort. Kursen avslutas med ytterligare ett digitalt



moment. Inför det momentet får lärarna i uppgift att planera ytterligare en aktivitet som sedan ska presenteras för resten av gruppen.

Kursens huvudsakliga syfte är att förmedla till deltagarna att det är de som är lärare och därför har det yttersta ansvaret för att undervisningen blir tillgänglig för alla. Vad SPSM bidrar med är att ge lärarna verktyg kring hur de ska tänka när det gäller anpassningen. Ofta har deltagarna önskemål om att få tips på lekar och andra aktiviteter som fungerar för en elev som inte kan se. Det här är något som kursledarna aktivt undviker eftersom det då finns en risk att eleven med synnedsättning deltar under dessa aktiviteter, men annars inte är delaktig i samma aktiviteter som de andra eleverna. Budskapet är istället att det, givet att undervisande lärare i god tid tänker igenom varje aktivitet ur ett tillgänglighetsperspektiv, går att tillgängliggöra i princip alla moment i idrottsundervisningen på ett sätt som gör att även elever med synnedsättning eller blindhet kan delta. Om det dyker upp ett moment som eleven inte kan genomföra på samma sätt som sina seende klasskamrater ska det inte uppstå på grund av bristande planering. Målet är istället att det ska vara ett aktivt val av läraren som då ska kunna ha verktyg för att möjliggöra för eleven att visa vad denne kan inom samma område, men på ett annat sätt. Målet är fortsatt att eleven i så stor utsträckning som möjligt ska göra samma aktiviteter som klasskamraterna. Detta inte bara för att eleven ska ges samma förutsättningar till en rolig och lärorik idrottsundervisning, utan minst lika viktigt är att eleven är delaktig i den sociala gemenskapen i klassen.

Besök på enskilda skolor ingår inte i kursen, men är något som skolorna har möjlighet att söka stöd för vid behov. Kursledarna har därför många gånger träffat några lärare redan innan kursen och vissa skolor besöks efter att kursen avslutas om det behövs. Här har lärarna möjlighet att lyfta mer individuella frågor som inte ryms inom kursen. I skolor där lärarna av olika skäl inte har möjlighet att gå kursen kan individuella fysiska eller digitala skolbesök fungera som ett alternativ. Nackdelen med detta är att lärarna då inte ges möjligheten att utbyta tankar och reflektioner med andra lärare som befinner sig i samma situation.



När det gäller kursens innehåll är det främst baserat på beprövad erfarenhet från kursledarna. Detta då det finns mycket lite forskning om idrottsundervisning för elever med synnedsättning eller blindhet. Den forskning som ändå finns är mestadels inriktad på hur elitidrottare formas och handlar därför inte om hur alla kan inkluderas i undervisningen. Det här är något som även ibland märks i att lärare med utbildning i specialpedagogik kan känna sig hemma i de teoretiska ämnena på ett annat sätt än inom ämnet idrott och hälsa.

Vilka som deltar är ganska varierande. Vissa lärare går kursen terminen innan de har börjat undervisa eleven med synnedsättning, andra har precis börjat och för ytterligare några har undervisningen pågått ett tag och behovet av att gå kursen har då vuxit fram med tiden. Det bästa är om läraren åtminstone har träffat eleven och gärna undervisat några gånger eftersom det skapar andra förutsättningar för reflektion. Det ger också utrymme för en successiv läroprocess där undervisningen pågår parallellt med att läraren går kursen hos SPSM.

”Det blir orättvist för de seende eleverna om de inte får utöva vanliga bollsporter.”

Det går inte att se något geografiskt mönster i vilka som deltar. Lärare som har långt att åka är inte sällan snabbare med att delta än lärare från skolor med kortare avstånd där det ibland kan finnas ett större motstånd mot att släppa iväg läraren från de ordinarie arbetsuppgifterna.

En diskussion som regelbundet dyker upp under kurstillfällena är att det blir orättvist för de seende eleverna om de inte får utöva vanliga bollsporter eller liknande traditionella aktiviteter. Det här brukar kursledarna bemöta med att vad eleverna vill göra och lära sig spelar en nästan obefintlig roll i andra ämnen och därför inte ska ha någon större påverkan på innehållet i idrottsundervisningen.

Om eleverna är extra intresserade av en sport finns förhoppningsvis möjligheter att utöva den på fritiden, medan lärarens primära uppdrag är att se till att alla elever kan delta under lektionerna. Betyg och bedömning är en annan fråga som det diskuteras kring under kurserna. I det fallet handlar det främst om hur lärarna ska betygsätta en elev som utför en aktivitet på ett annat sätt än vad de andra eleverna gör och att lärarna ibland argumenterar för att det kan bli orättvist för de seende eleverna. Här menar kursledarna att det inte går att göra den typen av jämförelser eftersom elever med och utan syn har olika förutsättningar, samtidigt som båda elevgrupperna ska ges möjligheten att få samtliga betyg. Den här typen av frågor är något som det skulle behövas mer utrymme för och optimalt vore om det togs upp mer under lärarutbildningen eftersom det är relevant för flera elevgrupper.



Hur stora utmaningar lärarna stöter på varierar mycket, precis som för alla elever inom alla ämnen. Märkbart är dock att det i det här fallet i ganska stor utsträckning handlar om ambition. En lärare med lägre ambitioner kan exempelvis uppleva att undervisningen går bra, medan en lärare med högre ambitioner många gånger uttrycker att det finns problemområden. Förutom det enskilda engagemanget är kommunikation med eleven en viktig framgångsfaktor. När det finns en pågående dialog där läraren föreslår olika lösningar och aktivt frågar eleven om dennes upplevelser fungerar inkluderingen ofta bra.

Den enskilt största framgångsfaktorn för att nå fram med kursens budskap är att få till en dialog mellan lärare under kursens gång. På det viset utmanas deltagarna till nya tankesätt av varandra och många gånger fastnar det bättre än när budskapet kommer från kursledarna. När det gäller reflektioner från lärarna efter avslutad kurs är de praktiska momenten med bindel många gånger en viktig del i att skapa en förståelse kring hur förutsättningarna ser ut. Många lärare berättar också att de nu börjat kommunicera med sin elev och att det har varit positivt för undervisningen.

Hur stor andel av idrottslärarna som undervisar eleven med en synnedsättning eller blindhet som går kursen går inte att säga. Som tidigare nämnts finns det inget register över elever med synnedsättning och det försvåras ytterligare av att lärare byts ut genom elevens skolgång.

En annan utmaning består av att nå ut till de aktuella skolorna. Här har SPSM exempelvis möjlighet att använda sig av Syncentralerna som i sin tur kan uppmana skolorna att ta kontakt, men myndigheten kan själv inte kontakta skolorna direkt. Kontakten mellan skolorna och SPSM måste istället ske på skolornas initiativ.

4.2 Bakgrundsfaktorer

Tre lärare angav att skolan där idrottsundervisningen äger rum ligger i Stockholm, Göteborg eller Malmö. En lärare är verksam i en större stad och en i en mindre ort. I ett fall går eleven med synnedsättning i lågstadiet, medan två lärare undervisar en elev som går i årskurs 4–6, och två undervisar på gymnasienivå. Ingen av lärarna hade tidigare undervisat en elev med synnedsättning.

4.3 Lärarutbildning

Tre av de fem lärarna svarade att de gått lärarutbildningen och fick därför ett antal följdfrågor om själva utbildningen (lärarnas svar anges i varierande ordning för att göra det svårare att identifiera respondenterna). Av de övriga två respondenterna hade en lärare tagit enstaka kurser och en svarade nej på frågan. För de tre lärare som svarat ja sträcker sig utbildningsperioden sammanlagt från 2007 till 2014.

Inledningsvis fick lärarna en fråga om på vilket sätt lärarutbildningen förberett dem för att undervisa elever med särskilda behov, d.v.s. inte nödvändigtvis elever med synnedsättning. Här fick lärarna svara i fritext. En lärare nämner kursen AFA, Anpassad fysisk aktivitet, som ingick i utbildningen men som läraren så här i efterhand beskriver som lite för kort. En annan lärare berättar att det inte var så mycket fokus på den här elevgruppen och att när det var aktuellt handlade det främst om rullstolsanpassningar och elever med diagnoser såsom ADHD och autism. Ytterligare en lärare berättar att denne gått egna kurser för elever med olika funktionsnedsättningar.

På frågan om i fall elever med synnedsättning inkluderats i utbildningen har lärarna något varierande svar. En lärare säger nej, medan en annan svarar ”lite, men inte mycket”. En tredje respondent menar att elevgruppen ingår i kursen Anpassad fysisk aktivitet. Här gavs förslag på olika fysiska aktiviteter som fungerar för en elev med synnedsättning. Läraren reflekterar dock över att övningarna nästan alltid inkluderade att nästan hela klassen skulle ha en synnedsättning.

Den sista huvudfrågan i det här avsnittet av enkäten bestod av att lärarna fick kryssa i det alternativ de tyckte stämde bäst in på frågan ”Kände du att du hade de verktyg som behövdes för att bedriva en inkluderande undervisning efter avslutad utbildning”? Här kunde lärarna kryssa i ”helt och hållet”, ”i stor utsträckning”, ”delvis”, ”inte så mycket” och ”inte alls”. En av deltagarna kryssade i ”i stor utsträckning”, en ”inte så mycket” och en ”inte alls”.
De två sistnämnda deltagarna fick följdfrågan om vad de anser att de behövt mer av för att kunna bedriva en inkluderande undervisning. Här efterfrågade den ena läraren mer tips på vart det går att vända sig för att få hjälp, där denne nämner ”parasportförbund” som exempel. Den andra deltagaren tar istället sikte på själva utbildningen och efterfrågar mer än 7,5 HP inom området.

4.4 Kurs hos SPSM

Samtliga respondenter hade gått kursen hos SPSM. Här fick lärarna först en fråga om i fall de upplever att de fått svar på de frågor som de hade innan kursen. Frågan besvarades med fritext. Här menar en av lärarna att hen inte upplever sig fått svar, medan två skriver ”delvis”. Av de två återstående lärarna beskriver den ena kursen som ”väldigt bra” och den andra menar att denne fått tips på många aktiviteter som är användbara i undervisningen.

Nästa fråga var ”Var det något särskilt under kursen som gjorde extra intryck, t.ex. tankesätt/praktisk övning/annat”? Här tar flera av lärarna upp de praktiska momenten. Ett annat tema som kommer upp är insikt, trots att den som en av lärarna uttryckte det fortfarande är begränsad, om hur utmanade det kan vara för en elev med synnedsättning att klara av momenten som ingår i ämnet idrott och hälsa. Här nämns även positiva intryck av vad som är viktigt som lärare att tänka på, förslag på övningar samt värdefullt erfarenhetsutbyte med andra deltagare på kursen.

Som avslutande fråga för just det här temat fick lärarna svara på om de upplever att det blivit lättare att inkludera eleven i undervisningen efter att ha gått kursen. Här anger två lärare att de gått kursen innan de undervisat eleven, medan de resterande tre fyllde i alternativet ”kursen gjorde ingen större skillnad”. Noterbart här är att de tre lärarna som svarat att kursen inte gjorde någon större skillnad var samma som de som endast delvis eller inte alls upplever att kursen gav svar på de frågor/funderingar som denne hade innan kursen. De två lärare som istället angav att de vid kurstillfällena ännu inte undervisat eleven tycker att kursen i högre utsträckning svarat på deras frågor och funderingar.

”Det är en utmaning att anpassa kraven efter elevens förutsättningar.”

4.5 Behov och utmanande moment

Alla lärare fick frågan om i fall det finns några kunskaper som denne saknar. Ett tema som dyker upp här är bedömning, där en lärare lyfter att det är en utmaning att anpassa kraven efter elevens förutsättningar och en annan saknar stöd i att inkludera elever med synnedsättning på gymnasienivå och hur bedömning ska göras för den här äldre elevgruppen. Andra punkter som kom fram är vikten av kommunikation med den ansvariga idrottsläraren för ökad inkludering samt att det skulle vara nyttigt att undervisa fler elever med synnedsättning.
Enkätens näst sista fråga var ”Finns det några moment inom idrottsundervisningen som du upplever som extra utmanande på grund av elevens synnedsättning”? Bland svaren nämns här bollsporter och bollsporter utomhus specifikt, orientering och kullekar. Två av lärarna menar



9 av de 13 svarande elever med ledsagare på idrottslektionerna uppgav att ledsagaren underlättade.

att nästan alla moment är extra utmanande, men att detta beror på elevens förutsättningar.

4.6 Övriga kommentarer

Slutligen fick respondenterna möjlighet att dela med sig av övriga reflektioner. Två av lärarna fortsatte på temat om SPSM:s kurser, där den ena menar att kursen borde vara obligatorisk för ansvarig undervisande lärare, medan den andra pekar på att kursen behöver utvecklas för att vara ett verkligt stöd för lärare. En annan deltagare reflekterar över att läraren behöver ha en förståelse för att elever med en synnedsättning upplever världen på ett annat sätt än elever som ser. En lärare beskriver att denne upplever det som positivt att undervisa en elev med synnedsättning eftersom det "sätter större krav på mig hur jag agerar och uttrycker mig vid genomgångar".

5 Sammanfattning

Projekt Träningspasset har fått signaler om att barn och unga med synnedsättning upplever brister i tillgängligheten under idrottsundervisningen i skolan. Syftet med undersökningen har därför varit att på ett systematiskt sätt inhämta information om hur den här gruppen upplever att skolidrotten fungerar gällande bland annat inkludering, lärarens kunskapsnivå om tillgänglig undervisning för en elev med synnedsättning, vad som händer under lektionstid etc. Genom att få svar på dessa frågor har förhoppningen varit att kunna dra slutsatser om hur barn och unga med synnedsättning över lag upplever skolidrotten, samt få en förståelse för hur idrottsundervisningen påverkar elevens inställning till fysisk aktivitet utanför skolan.

För att ta reda på detta har en digital enkät spridits, främst via mejl och i grupper och konton på sociala medier som har personer med synnedsättning som huvudsaklig målgrupp.

Idrottslärarens kunskap och vilja är direkt avgörande för att en elev med synnedsättning ska uppleva att idrottsundervisningen är inkluderande. Med anledning av detta har projektet via SPSM skickat ut en enkät till idrottslärare som deltagit på myndighetens kurs för idrottslärare. Enkäten har främst

inriktat sig på hur deltagarna upplevde att lärarutbildningen och kursen hos SPSM förberedde dem för att ta emot en elev med synnedsättning.

5.1 Resultat i korthet

22 personer slutförde enkäten som inriktades mot barn och unga med synnedsättning. Åldersspridningen på deltagarna är ganska stor, där de yngsta deltagarna är 7–12 år och de äldsta över 26 år gamla. Samma gäller för synstatus och bostadsort. Nio deltagare angav att de var fysiskt aktiva med familjen eller genom organiserad idrott innan skolstart, medan motsvarande siffra när deltagarna sedan börjat skolan är 20 stycken. Majoriteten av de respondenter som angav att de gick på en organiserad fysisk aktivitet innan skolstart eller utanför skoltid svarade att de upplever att den organiserade fritidsaktiviteten fungerar bättre än vad skolidrotten gör.

Under den största delen av redogörelsen för resultaten är deltagarna uppdelade i två grupper beroende på hur de beskriver den egna helhetsupplevelsen av skolidrotten. I grupp 1 finns de som upplever att skolidrotten fungerar jättebra, bra eller okej. I grupp 2 återfinns de respondenter som angett att skolidrotten inte fungerar så bra eller fungerar dåligt. Grupperna innehåller elva deltagare var. Överlag skiljer sig grupperna åt på de punkter som kunde förväntas. I hög utsträckning bjuder den här delen av resultatredovisningen därför inte på några överraskningar, men den bekräftar å andra sidan att de faktorer som på förhand uppfattats vara viktiga för en positiv upplevelse av skolidrotten också har visat sig stämma.

På ett generellt plan är deltagarna i grupp 1 äldre än deltagarna i grupp 2. Det finns tendenser som pekar mot att deltagarna i grupp 2 i större utsträckning bor på glesbygden eller i en mindre ort. När det gäller synstatus bedöms fördelningen vara jämn.

När det gäller erfarenheter av fysisk aktivitet innan skolstart, antingen i organiserad form eller genom vänner eller familj, skiljer sig grupperna inte åt. Här har dock hälften av deltagarna inte lämnat någon information. När det kommer till relationen till fysisk aktivitet under skolåren är svarsfrekvensen dock hög och här återfinns skillnader. Deltagarna i grupp 1 deltar i organiserad idrott i större utsträckning än de i grupp 2, samtidigt som deltagarna i grupp 2 är mer aktiva med vänner eller familj än vad deltagarna i grupp 1 är.

Om resultaten gällande de två gruppernas relation till fysisk aktivitet på fritiden kan anses något oväntade är skillnaderna mellan grupperna när det kommer till upplevelser under idrottsundervisningen desto mer förväntade. Respondenterna i grupp 1 känner sig mer inkluderade och upplever i högre utsträckning att läraren har kunskap om hur denne ska göra undervisningen tillgänglig än deltagarna i grupp 2. Noterbart är här att hälften av samtliga deltagare angav att läraren inte har så mycket eller ingen kunskap om detta. Sett till hela gruppen på totalt 22 deltagare är de tre viktigaste faktorerna för upplevd inkludering att läraren frågar hur eleven upplever

att idrottsundervisningen fungerar, lärarens eget intresse samt att eleven upplever att aktiviteterna är anpassade efter dennes förutsättningar.

När det kommer till hur idrottslektionerna fungerade rent praktiskt finns också skillnader. I grupp 2 blir deltagarna i högre utsträckning hänvisade till andra aktiviteter än vad deltagarna i grupp 1 blir.

13 av de 22 respondenterna angav att de har en ledsagare under idrottslektionen. Nio av de 13 deltagarna menade att det underlättar. Lika många i samma grupp svarade ofta eller ibland att de, trots att idrottsläraren inte tillgängliggjort undervisningen, kunnat delta tack vare att ledsagaren istället tillgängliggjort aktiviteten. Resultaten pekar på en stor skillnad mellan grupperna gällande upplevd möjlighet att visa de egna kunskaperna, där deltagarna i grupp 1 i mycket högre utsträckning upplever att de ges förutsättningar att visa vad de kan än dem i grupp 2. Två elever totalt har kryssat för alternativet ”helt och hållet” och fyra ”inte alls”.

En påtagligt stor andel, nio av enkätens totalt 22 respondenter, vet inte om deras idrottslärare gått kurs hos SPSM. Åtta deltagare svarade ja och 5 svarade nej på samma fråga. Två av de åtta som svarat ja angav att undervisningen blivit bättre efter att läraren gått kursen, en att det blivit sämre och fyra att de inte märkte någon skillnad.

Ett av enkätens huvudsyften var att få en uppfattning om i fall eleverna anser att skolidrotten påverkat deras inställning till fysisk aktivitet i stort. Det tycks finnas en viss skyddsfaktor i att redan ha en positiv relation till idrott eftersom sex deltagare angav att de redan hade en god relation till idrott och att skolidrotten därför inte haft en negativ inverkan på deras relation till fysisk



aktivitet. Samtidigt är det betydligt fler som anger att idrotten haft en inverkan på deras inställning till fysisk aktivitet, tolv stycken, och här gick det att tydligt se att skolidrotten kunde ha både en positiv och en negativ effekt trots att näst intill samtliga deltagare är fysiskt aktiva på fritiden.
Som övrig kommentar har flera deltagare beskrivit att läraren inte verkar intresserad av att tillgängliggöra undervisningen, att de själva behövt komma med förslag på lösningar och att skolidrotten över lag inte fungerat.

När det gäller lärarenkäten besvarades den av fem lärare. I den mån det går givet det låga deltagarantalet är det en stor spridning både när det gäller undervisningsort och ålder på eleven. De tre lärare som gått lärarutbildning hade gjort det under ungefär samma tidsperiod. Lärarna beskriver i olika grad att utbildningen innefattat moment med fokus på elever med särskilda behov, där elever med synnedsättning i vissa fall funnits med. Lärarna har väldigt skiftande uppfattning om i vilken utsträckning utbildningen förberett dem för att bedriva en inkluderande undervisning.

Lärarna har även spridda uppfattningar om huruvida kursen hos SPSM gett svar på de frågor som deltagarna haft innan kursen inleddes. Som bestående intryck efter kursen nämns framför allt de praktiska övningarna, erfarenhetsutbyte med andra lärare och en bättre förståelse för hur det är att idrotta med ingen eller nedsatt syn. Det här stämmer överens med den feedback som Lisen Lehman berättar att lärare brukar ge efter avslutad kurs. En majoritet av lärarna upplever inte att kursen gjort någon större skillnad när det gäller förutsättningar att inkludera eleven. Över lag upplever lärarna sig sakna kunskap om bedömning av sin elev med synnedsättning, vilket även är något som Lisen berättar om. Här tycks det finnas ett behov av att lärarutbildningen i större utsträckning ska ta upp detta, inte minst eftersom det är relevant för betydligt fler elever än för de som har en synnedsättning. Bollsporter, orientering och kullekar lyfts som extra utmanande moment. Som övriga reflektioner nämns bland annat behov av att utveckla lärarkursen hos SPSM och en egen positiv upplevelse av att undervisa en elev med synnedsättning.

5.1.1 Sammanfattande punkter

- Trots att nästan samtliga av de 22 deltagare som svarade på elevenkäten uppger att de är fysiskt aktiva utanför skolidrotten upplever hälften att idrottsundervisningen inte fungerar så bra eller inte fungerar alls. Ytterligare sex stycken menar att skolidrotten endast fungerar okej.

- Majoriteten av de respondenter som angav att de gick på en organiserad fysisk aktivitet innan skolstart eller utanför skoltid svarade att de upplever att den organiserade fritidsaktiviteten fungerar bättre än vad skolidrotten gör.

- Det går inte att se något samband mellan grad av synnedsättning och upplevelse av hur skolidrotten fungerar.

- Deltagarna som upplever att skolidrotten fungerar jättebra, bra eller okej (grupp 1) deltar på organiserad idrott i större utsträckning än de som uppgav att skolidrotten inte fungerar så bra eller fungerar dåligt (grupp 2). Deltagarna i grupp 2 är istället i större utsträckning fysiskt aktiva med familj och vänner än vad deltagarna i grupp 1 är.

- I gruppen av respondenter som upplever att skolidrotten inte fungerar så bra eller fungerar dåligt (grupp 2) känner sig deltagarna mindre inkluderade, upplever att idrottsläraren i lägre utsträckning har den kunskap som krävs, blir oftare hänvisade till egna aktiviteter och känner att de ges sämre möjligheter att visa vad de kan än deltagarna som angav att skolidrotten fungerar jättebra, bra eller okej (grupp 1).

- De tre viktigaste faktorerna för upplevd inkludering är att läraren frågar hur eleven upplever att idrottsundervisningen fungerar, lärarens eget intresse samt att eleven upplever att aktiviteterna är anpassade efter dennes förutsättningar.

- Åtta elever angav att deras idrottslärare gått kurs hos SPSM. Två av dessa elever angav att undervisningen blivit bättre efter att läraren gått kursen, en att det blivit sämre och fyra att de inte märkte någon skillnad. I ett fall hade läraren gått kursen innan undervisningen började.

- En knapp majoritet av deltagarna uppger att idrottsundervisningen haft en inverkan på deras inställning till fysisk aktivitet i stort. Inverkan är oftare negativ än positiv.

- Lärarna har spridda uppfattningar om hur väl både lärarutbildningen och kursen hos SPSM förberett dem för att ta emot en elev med nedsatt syn.

- Under SPSM:s kurs uppskattar lärarna erfarenhetsutbytet och de praktiska övningarna, men efterfrågar mer stöd när det gäller bedömning av eleven.

5.2 Avslutande reflektioner

En styrka i den här undersökningen är som tidigare nämnts det faktum att spridningen när det gäller upplevelser av skolidrotten sett till deltagarantalet är stor. Det ger en bild av att personer som befinner sig längs med hela spektrumet, från dem som upplever att idrotten verkligen inte fungerar, till de som känner att det allra mesta är som det borde vara och allt där emellan, har valt att delta. Detta är något som gör resultaten mångfacetterade och styrker trovärdigheten hos dem samma. Något att notera är dock att andelen som angett att de är fysiskt aktiva vid sidan av skolidrotten är mycket hög, 20 av 22 deltagare. Det här tyder på att enkäten i stor utsträckning lockat deltagare som är fysiskt aktiva. Om det går att anta att det finns en grupp som inte alls är fysiskt aktiv utanför skoltid har enkäten inte lyckats fånga dessa individer och kan därför heller inte ge trovärdiga svar på hur den här gruppen upplever skolidrotten och vilken effekt de upplevelserna har. Det fanns en tanke innan

enkäten skickades ut om att just detta skulle kunna ske, vilket är anledningen till att den delats i forum där medlemmarna inte har fysisk aktivitet som en gemensam nämnare, exempelvis Facebookgruppen för personer med nedsatt syn. Det går dock inte att komma ifrån det faktum att personer med ett intresse för idrott troligtvis varit mer benägna att besvara enkäten. Enkäten har dessutom spridits i andra forum, såsom i Parasportförbundets sociala medier, där följarna får antas ha ett intresse för fysisk aktivitet. Samtidigt har det varit ett sätt att nå ut till många, med syftet att få ett så omfattande underlag som möjligt. Det har således varit en balansgång mellan att å ena sidan riskera att få ett svarsunderlag som ur vissa aspekter inte är representativt, och att å andra sidan få in för få svar som försvårar analysen. En annan faktor värd att ta med i beräkningen är att det inte med säkerhet går att veta hur deltagarna själva definierar fysisk aktivitet. Någon kanske endast varit aktiv under en kortare period, men har ändå angett att denne rör på sig, medan andra inte ens reflekterat över att de är fysiskt aktiva utanför skolan och därför inte heller fyller i det alternativet. Det mesta pekar dock på att respondenterna är fysiskt aktiva i hög utsträckning, även om frågetecken kvarstår om huruvida respondenterna som grupp är representativa för barn och unga med synnedsättning när det gäller omfattningen av fysisk aktivitet. Det här är ett illustrativt exempel på de utmaningar som kan bli följderna av en undersökning som inte bygger på en tydligt definierad metod eller som inte följer ett teoretiskt ramverk. Det ökar risken för att deltagarna uppfattar frågor och definierar begrepp på ett annat sätt än vad frågeställaren avser, och ökar dessutom risken för en godtycklig tolkning av resultaten. Läsaren av den här rapporten uppmanas därför själv att ta del av den sammanställning av enkätsvaren som finns med som en bilaga till rapporten. Observera att vi i den publicerade sammanställningen har valt att ta bort information om ålder och boendeort för att ytterligare anonymisera svaren.



Med utgångspunkten i att respondenterna ändå är fysiskt aktiva i hög utsträckning är det dock anmärkningsvärt hur många som upplever att skolidrotten inte fungerar, som inte känner sig inkluderade och som inte upplever att läraren har den kunskap som krävs för att utforma en tillgänglig undervisning. Att samtliga elever ska uppleva att skolidrotten fungerar optimalt kan vara ett svåruppnåeligt mål. För visso är det ingen tvekan om att alla elever ska ges förutsättningar till en inkluderande undervisning och sett ur det perspektivet borde målet vara att alla respondenter ska fylla i ”fungerar jättebra”. Det är dock rimligt att tänka sig att deltagarna, medvetet eller undermedvetet, också vägt in andra faktorer i svaret, såsom det egna intresset för idrott, kemin med idrottsläraren etc. Oavsett vilket går det dock med bestämdhet att säga att det faktum att hälften av deltagarna anger att idrottsundervisningen inte fungerar så bra eller rent av dåligt tyder på behov av förbättring. Sex av elva deltagare menar dessutom att idrotten endast fungerar okej och den här gruppen elever tillhör dessutom den mer positiva halvan av respondenterna. Det faktum att respondenterna tycks vara fysiskt aktiva i relativt hög utsträckning borde tyda på att de har ett intresse för fysisk aktivitet och känner en viss trygghet i den miljön, vilket i sin tur borde bädda för ett mer positivt resultat.

Varför grupp 1 i högre utsträckning deltar i organiserade idrottsaktiviteter, medan grupp 2 är mer fysiskt aktiva tillsammans med vänner eller familj än deltagarna i grupp 1 är svårt att förklara. Antalet deltagare är ur ett statistiskt perspektiv inte särskilt stort, och ju lägre deltagarantal desto större risk för slumpmässiga resultat. Det är också, som nämnts ovan, möjligt att deltagarna inte reflekterar över att de är fysiskt aktiva med vänner och familj, medan det för respondenten är lättare att definiera huruvida denne deltar i organiserad idrott eller inte. Det faktum att relativt få lämnat information om relationen till fysisk aktivitet innan de började skolan tyder också på att det kan finnas en del information som saknas även när det gäller deltagarnas relation till fysisk aktivitet i skolåldern. Med facit i hand hade det varit bättre för säkerheten när det gäller svaren på den här specifika frågan om frågan hade delats upp i flera och obligatoriska frågor, istället för att som nu bestå av flertalet påståenden där det stod deltagarna fritt att kryssa i valfritt antal alternativ. Med andra ord är osäkerheten när det gäller detta ganska stor och det enda som med säkerhet går att säga är att deltagarna i hög utsträckning är fysiskt aktiva. En möjlig tolkning är dock att elever som upplever skolidrotten som positiv också är mer benägna att söka sig till organiserad idrott utanför skoltid, medan de som har en mer negativ upplevelse håller sig till att vara fysiskt aktiva i andra former.

Det fanns innan undersökningen genomfördes en tanke om att ålder, bostadsort och synstatus skulle kunna ha en inverkan på hur väl elever upplevde att skolidrotten fungerade och att det inte gick att se någon större skillnad mellan grupperna gällande synstatus får sägas vara ett anmärkningsvärt resultat. Skillnaden mellan att helt sakna syn eller ha ledsyn kan i många situationer vara stor när det gäller möjligheten att vara självständig och delta i samma aktiviteter som personer med fullt fungerande syn. Förvisso finns en osäkerhet när det gäller vad vissa beskrivningar

av den egna synförmågan innebär för möjligheten att vara delaktig i idrottsundervisningen, men sett till andelen deltagare med ingen eller mycket lite syn skiljer sig grupperna inte åt. Det betyder att, åtminstone upp till en viss synförmåga, det inte spelar någon större roll om eleven är blind eller har viss syn. Istället är det andra faktorer som påverkar.

”Lärarens engagemang, enligt svaren från elevenkäten, är en av de tre viktigaste faktorerna för att elever ska känna sig inkluderade.”

Exakt vilka dessa är kräver fler undersökningar, men det är inte orimligt att anta att lärarens engagemang och förmåga att hitta lösningar som sträcker sig utanför det ordinarie sättet att bedriva idrottsundervisning har en stor betydelse. Detta backas upp både av det som står i avsnittet om SPSM:s kurser om att lärarens egen ambitionsnivå spelar roll, men framför allt av det faktum att lärarens engagemang, enligt svaren från elevenkäten, är en av de tre viktigaste faktorerna för att elever ska känna sig inkluderade.

När det gäller bakgrundsfaktorerna finns även som tidigare nämnt en viss skillnad gällande åldersfördelningen i de olika grupperna, där grupp 1 i högre utsträckning består av äldre respondenter. Huruvida det är en slump, om stödapparaten kring elever och lärare förändrats, om det helt enkelt har att göra med att perspektiven skiftar med åldern eller om det beror på något helt annat, är svårt att säga.

Lärarens eget engagemang för att skapa en inkluderande undervisning är åtminstone till viss del personligt och innebär att den faktorn, som alltså tycks ha en stor betydelse för elevens upplevda inkludering, till viss del beror på slumpen – även om den definitivt går att påverka genom att exempelvis peka på möjligheter till lösningar, dela goda exempel etc. När det gäller de andra två faktorerna, att eleven upplever att det går att kommunicera med läraren och att aktiviteterna är anpassade efter elevens förutsättningar, går det dock att göra skillnad och då inte minst genom SPSM:s kurser. Att lärarna under kursen uppmuntras att ha en aktiv dialog med eleven verkar med andra ord gå helt i linje med vad även eleven menar behövs för en positiv upplevelse av skolidrotten. Samma sak kan sägas gälla för den tredje faktorn, d.v.s. att eleverna upplever att aktiviteterna är anpassade efter deras förutsättningar. Utifrån beskrivningen av lärarkursen tycks det här vara något som lärarna uppmuntras att göra, vilket även det går i linje med vad eleverna efterfrågar. Utmaningen tycks vara att nå hela vägen fram till lärarna och eleverna och att få detta att bli verklighet. Flera elever lyfter dock i enkäten att de själva eller deras ledsagare förväntas komma med förslag på hur en aktivitet ska göras tillgänglig och eleven behöver därmed ta ett större ansvar för sin egen undervisning än sina seende kamrater.

Utifrån svaren är det alltså betydelsefullt med en fungerande kommunikation mellan läraren och eleven, men eleven ska för den sakens skull inte själv behöva komma med förslag på lösningar till eventuella utmaningar.

På temat utmaningar lyfter några elever och flera lärare fram bollsporter och orientering som exempel på sådana. De här aktiviteterna utgör en relativt stor del av undervisningen och är visuellt krävande, vilket gör det förståeligt att de kan upplevas som utmanande. Kanske finns det utrymme att fundera på om lärare borde stöttas ytterligare i att tillgängliggöra dessa aktiviteter.

Resultaten när det gäller i vilken utsträckning upplevelsen av skolidrotten påverkar inställningen till fysisk aktivitet utanför idrottsundervisningen tyder på att skolidrotten trots allt har en inverkan, även om eleven är fysiskt aktiv på fritiden. Det finns dock en påtaglig grupp som menar att skolidrotten, både när den fungerat bra och mindre bra, inte haft en inverkan eftersom respondenten redan har en positiv relation till fysisk aktivitet. Det ska också påpekas att det finns en grupp elever som upplever att skolidrotten fungerar bra och att skolidrotten gjort dessa deltagare mer positivt inställda till fysisk aktivitet. Möjligtvis går det att tänka sig att den positiva relationen till fysisk aktivitet behöver vara väldigt stark för att skolidrotten inte ska ha en effekt, men för att veta detta säkert behövs fortsatta och mer djupgående undersökningar.

För att sammanfatta har den här undersökningen i mångt och mycket gett en enhetlig bild av att det definitivt finns positiva exempel där både lärare och elever upplever att idrottsundervisningen och stödaparaten runtomkring fungerar bra, samtidigt som det vore önskvärt att en större andel på både elev- och lärarsidan hade ännu bättre förutsättningar inom ämnet idrott och hälsa. För att ge en fördjupad förståelse för mer exakt vad som fungerar bra och mindre bra och identifiera nyckelfaktorer till en framgångsrik inkludering vore intervjuer med elever och lärare ett naturligt nästa steg. På det sättet skulle det gå att få en mer mångfacetterad bild av vilken betydelse bakgrundsfaktorer såsom fysisk aktivitet på fritiden har, vad som kan förbättras i skolmiljön och vilka verktyg som lärarna upplever att de behöver, under utbildningen såväl som i samband med själva undervisningen. Allt för att i största möjliga mån skapa en idrottsundervisning som ger möjligheter till fysisk aktivitet och välmående för alla.

6 Källförteckning

Parasport Sverige (2024). Bilaga 1, elevenkät. https://parasport.se/download/18.23ffab4a192bd23b3284970/1729764293357/Elevenkät%20Träningspasset%202024.xlsx (Hämtad 2024-10-23).

Parasport Sverige (2024). Bilaga 2, lärarenkät. https://parasport.se/download/18.23ffab4a192bd23b3284971/1729764293371/Lärarenkät%20Träningspasset%202024.xlsx (Hämtad 2024-10-24).

Skolverket (2024). Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet – Lgr22. 2 uppl. https://www.skolverket.se/getFile?file=13074 (Hämtad 2024-09-17).




SWE

PARASPORT
/SVERIGE

Svenska Parasportförbundet och Sveriges Paralympiska Kommitté
Box 110 16, 100 61 Stockholm. Tel: 08-699 60 00. E-post: kansli@parasport.se
www.parasport.se