



Fakulteten för Lärande och Samhälle

Självständigt arbete i fördjupningsämnet (Idrott och lärande)

15 högskolepoäng, grundnivå

Vilken effekt kan lärarens undervisningsmetod ha på elevernas motivation inom Idrott och Hälsa

What effect can the teacher's teaching method have on students' motivation in Physical Education?

Danilo Gligorijevic & Asim Hadzimesinovic

Ämneslärarexamen med inriktning mot arbete för gymnasiet, 300 högskolepoäng Självständigt arbete på grundnivå 15hp Slutseminarium: 2024-01-01

Examinator: Lars Kristén

Handledare: Karin Andersson

Förord

Vi har båda nyligen avslutat gymnasieutbildningen vilket innebär att vårt minne av de tidigare skolåren också är väldigt klart. Under dessa åren har vi lagt märke till att vissa idrottslärare motiverar oss mer än vad andra gör och därför har vi valt att undersöka detta i vår kunskapsöversikt. Som blivande lärare inom ämnet idrott och hälsa vill vi dra nytta av denna studien för att kunna applicera de olika undervisningsmetoderna för att konsekvent öka elevmotivationen. Genom att belysa detta så kan vi som blivande lärare utforma vår undervisning så att det skapar en god lärandemiljö för våra framtida elever både i och utanför skolan.

Under vår arbetsprocess så har vi delat upp vårt arbete genom att vi båda letade efter adekvata källor som sedan analyserades och diskuterades och vars relevans avgjorde om de skulle användas i arbetet eller inte. Vi båda använde oss av databasen scopus och ERIC för att hitta sex relevanta källor var, som sedan lästes igenom. Därefter så sammanfattade vi den andra personens källor i resultatet så att vi båda har en bra överblick över alla de 12 källorna. I både resultatet samt diskussionen så delade vi upp arbetet så att hälften av texten skrevs av ena personen och den andra skrev den andra halva av texten.

Slutligen vill vi rikta ett särskilt tack till vår handledare Karin Andersson för hennes värdefulla vägledning och stöd under arbetets gång. Hennes insiktsfulla kommentarer och feedback har varit av stor betydelse för att förbättra och forma denna uppsats. Vi vill också tacka våra kurskamrater för deras betydelsefulla opponeringar.

Abstract

Syftet med kunskapsöversikten är att undersöka hur lärarens undervisningsstil, interaktion med eleverna samt pedagogiska metoder påverkar elevernas motivation inom ämnet idrott och hälsa. Detta syftet har valts då vi som blivande lärare kommer att stöta på utmaningar inom detta område med våra blivande elever. Detta område har även valts eftersom att vi anser att motivation är av stor betydelse för elevernas deltagande samt prestation under idrottslektionerna. Kunskapsöversikten kommer att innehålla både elevperspektivet och lärarperspektivet. Detta är för att förstå vilka metoder läraren använder samt förstå hur eleven reagerar utifrån lärarens metoder. Kunskapsöversiktens frågeställning är följande; *Hur påverkar lärarens specifika pedagogiska metoder och undervisningsstil elevernas motivation och engagemang i lärandeprocessen inom idrott och hälsa?* Genom att specificera vår sökprocess med att göra olika begränsningar vid sökningarna så hittades relevanta källor på olika databaser såsom ERIC och Scopus. Sammanlagt valdes 12 källor av högst relevans, alla var internationella. Källor var skrivna mellan åren 2013-2023, och endast en var skriven tidigare (2010). Vid beskrivning av varje källa så sammanfattades syftet, metoden och resultatet.

Genom forskningen så kunde man se olika trender och mönster i relation med elevernas motivation och lärarens undervisningsmetod, exempelvis så såg man en återkommande trend att när läraren visade socialt stöd så betraktade man att elevernas motivation ökade. Andra forskningar visade också att lärarens indirekta undervisningsmetoder också hade en effekt på elevernas motivation. Vidare visar forskning att om eleverna hade en personlig koppling till aktiviteten så ökade deras motivation. Teknologiska hjälpmedel visade sig också ha en positiv påverkan på elevernas motivation. Forskningen visade även könsskillnader angående elevernas motivation och resultaten varierade. Avslutningsvis visar det att lärarens stöd och positiva relationer ökar elevens motivation i idrott och skola. Anpassad undervisning och beröm spelar nyckelroller. Könsspecifika skillnader bör beaktas för bättre undervisning. Detta kan vägleda till en stödjande lärmiljö, särskilt inom idrott och hälsa.

Nyckelord: Elevmotivation, Lärarens undervisningsmetod, Idrott och Hälsa, Motivation, Självbestämandeteorin

Innehållsförteckning

FÖRORD	1
ABSTRACT	2
INLEDNING	5
BEGREPP	6
SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING	7
METOD	8
URVALSMETOD	8
SÖKPROCESS	9
RESULTAT	11
LÄRARPERSPEKTIV	11
ELEVPERSEKTIV	15
BÅDE LÄRAR OCH ELEVPERSEKTIV	18
DISKUSSION OCH SLUTSATS	22
METODDISKUSSION	22
RESULTATDISKUSSION	23
LÄRARPERSPEKTIV	23
ELEVPERSEKTIV	26
BÅDE LÄRAR OCH ELEVPERSEKTIV	28
SLUTSATS	30
VIDARE FORSKNING	31

KÄLLHÄNVISNING

32

BILAGA

35

Inledning

I denna kunskapsöversikten så vill vi få reda på vilket samband lärarens undervisningsmetod har med elevernas motivation och engagemang i ämnet idrott och hälsa. Detta är viktigt eftersom att vi under vår vfu-period upptäckte att många elever inte alls hade någon motivation till att delta under idrottslektionerna. Genom att ta reda på hur lärares undervisning påverkar detta så kan vi implementera undervisningsmetoder som gynnar motivationen hos eleverna samt utesluta de som har en negativ påverkan på elevmotivationen.

Enligt Skolverket (2015, första stycket under rubriken "Bekräfta sig själv och bli bekräftad av andra") så är motivation en process när en individ anstränger sig för att klara en uppgift eller uppnå ett mål. Elevens motivationsnivå påverkar dess möjlighet att med framgång lösa ett problem eller uppnå olika mål i undervisningen (Skolverket, 2015, andra stycket under "Bekräfta sig själv och bli bekräftad av andra"). Utifrån denna information kan det alltså konstateras att läraren kan ha ett stort inflytande, både positivt och negativt, gällande elevens motivation och i slutändan även elevens framgång i undervisningen. Därför har vi valt att i kommande del djupare analysera detta ämnesområde. Skolverket (2024, första stycket under rubriken "Ämnets syfte") skriver att man som idrottslärare ska främja betydelsen av fysisk aktivitet och hur en nyttig livsstil påverkar eleven. Lärares undervisningsmetod och samspel med eleverna kan göra dem motiverade. Till följd av detta så kommer eleverna få en positiv bild av både ämnet idrott och hälsa men även fysisk aktivitet generellt. Detta kommer att ha en positiv inverkan och eleverna kommer att ha en nyttigare livsstil. Under vår VFU-period så la vi märke till att många elever inte alls var motiverade till att delta under idrottslektionerna på grund av otillräcklig motivation. Detta berodde främst på att lärarens undervisningsmetod inte var tillräckligt motiverande.

Koka, A. (2013) kom fram till att det finns ett ömsesidigt samband mellan lärarens undervisningsmetod och elevernas motivation. Studien kom fram till olika resultat som till exempel att socialt stöd från läraren på kontrollerad motivation hade en negativ påverkan på elevernas motivation. De kom också fram till att både socialt stöd och instruktioner från läraren har en positiv påverkan på elevernas motivation. Bagoien, T., et al (2010) kom fram till att lärarens stöd för autonomi påverkade elevernas autonoma motivation positivt under idrottsundervisningen och även deras generella välmående.

Begrepp

I följande segment så tar vi upp viktiga begrepp som upprepas i olika artiklar. Artiklarna tar upp olika former av motivation. Detta segment förklarar de vanligaste begreppen som texten kommer att täcka.

Motivation: Detta begrepp kan beskrivas följande: Riktningen och intensiteten av individens ansträngning (Weinberg & Gould, s. 53, st. 2).

Självbestämmande teorin (SDT): Detta är en övergripande makroteori som handlar om människors motivation, emotion samt personlighet (Lindwall et al. s. 17)

Inre motivation: Detta är när en individ själv engagerar sig i aktivitet för att det antingen är kul, värdefullt och intressant för dem. (Weinberg & Gould, s. 133)

Yttre motivation: Detta är när en individ blir motiverad av yttre faktorer såsom belöningar, beröm. Exempel på detta inom en skolkontext kan vara betyg (Weinberg & Gould s. 133)..

Yttre reglering: Denna typ av beteende styrs helt och hållet av yttre faktorer som exempelvis belöningar (Weinberg & Gould s. 133). Ett exempel på detta är en fotbollstränare som spenderar mycket tid på fotbollsplanen enbart för att få en högre lön.

Amotivation: Detta är när en individ inte har någon inre eller yttre motivation och saknar motivation (Weinberg & Gould s. 133).

Syfte och Frågeställning

Syftet med kunskapsöversikten är att undersöka hur lärarens undervisningsstil, interaktion med eleverna samt pedagogiska metoder påverkar elevernas motivation inom ämnet idrott och hälsa. Detta syftet har valts då vi som blivande lärare kommer att stöta på utmaningar inom detta område med våra blivande elever. Detta område har även valts eftersom att vi anser att motivation är av stor betydelse för elevernas deltagande samt prestation under idrottslektionerna. Kunskapsöversikten kommer att innehålla både elevperspektivet och lärarperspektivet. Detta är för att förstå vilka metoder läraren använder samt förstå hur eleven reagerar utifrån lärarens metoder. Kunskapsöversiktens frågeställning är följande;

- Hur påverkar lärarens specifika pedagogiska metoder och undervisningsstil elevernas motivation och engagemang i lärandeprocessen inom idrott och hälsa?

Metod

Detta arbete använder sig av 12 vetenskapliga artiklar för att svara på frågeställningen. Metoden utförs genom att vi gör en kvalitativ undersökning, Bryman (2018 s.455, st. 1) beskriver att forskningen är grundad i vad människor uppfattar och tolkningar av deras verklighet. Bryman et al (2022 s. 3 st. 1) skriver att syftet med en kunskapsöversikt är att man skapar en ny förståelse av ett ämne, vilket man gör genom att samla in fakta från olika källor.

Urvalsmetod

Vid sökning av artiklar användes främst Scopus som huvudsaklig databas för detta arbete men även databasen ERIC användes. Inom ramen för databas användningen tillämpades operatorm "AND" för att specificera våra sökningar. Gemensamma nyckelord användes under sökprocessen för att erhålla resultat från databasen. Sökningarna genomfördes främst på engelska, vilket resulterade i flest träffar. Vid svenska sökningar noterades att antalet träffar var begränsat och de få resultaten bedömdes som ej adekvata för den aktuella undersökningen. Vid val av artiklarna så lästes titeln samt abstract och därefter diskuterades dessa mellan författarna för att avgöra om de är relevanta för kunskapsöversikten.

Kriterier för inkludering och exkludering av källor

Inkludering:

1. Källan handlar om lärarens undervisningsmetod och elevmotivation
2. Källan är anknuten till ämnet idrott och hälsa
3. Källan är vetenskapligt granskad

Exkludering:

1. Källan är inte vetenskapligt granskad
2. Källan handlar inte om lärarens undervisningsmetod och elevmotivation
3. Källan är inte en primärstudie

Sökprocess

Databasen Scopus och ERIC användes för att hitta de olika källorna.

Sökprocessen grundades på identifiering av nyckelorden i frågeställningen och deras översättning till engelska. Genom översättningen ökade antalet träffar vid sökningen. Frågeställningen var inriktad på att undersöka hur lärares specifika pedagogiska metoder, undervisningsstil, beteende och interaktion med elever påverkar motivation och engagemang i lärandeprocessen inom idrott och hälsa på gymnasienivå. Nyckelbegreppet "Idrott och hälsa" översattes till "physical education" på engelska. Vid sökningen användes "teacher behaviour" och "Student motivation", vilka motsvarar översättningar av relevanta begrepp i frågeställningen och genererade mest antal träffar. Under utforskningen av källor identifierades "Self-determination theory" som en lämplig teori för kunskapsöversikten och inkluderades som ett nyckelbegrepp. Vi ansåg detta vara relevant då teorin var återkommande i flera av de valda källorna till skillnad från andra teorier som endast återkom enstaka gånger. Initialt användes ordet "Sweden", men inga relevanta källor hittades. Därefter användes ordet "NORWAY" i ett försök att finna en nordisk källa relevant för ämnet.

I databasen Scopus så använde vi flera olika begrepp för att hitta våra källor.

I Scopus så använde vi oss av begreppen "Teacher behavior" and "student motivation" "physical and education", vilket var också begränsat mellan åren 2014-2023 vilket gav 12 träffar varav fyra var adekvata för oss att svara på frågeställningen (Kahveci, H 2023. Huéscar Hernández, E. et al. 2019., Jung, H., Choi, E. 2014. André, A. et al. 2023).

Vidare användes sökorden "physical motivation", "motivation" samt "secondary school", med begränsningarna för åren 2010-2023 samt länderna Sverige, Norge och Danmark, vilket gav 16 träffar. Bagoien, T. (2010) var den enda av dessa artiklarna som ansågs vara passande för studien efter att abstract hade lästs.

Vid följande sökning användes samma sökord som vid föregående sökning samt sökordet "teacher" lades till samt begränsningen 2013-2023. Detta gav 139 träffar. Vidare begränsningar skulle göras för att minska antalet artiklar, men efter att abstract hade lästs så ansågs en av de första källorna, Leo, F et al (2013) vara högst relevant.

Härnäst användes sökorden “motivation”, “secondary school”, “physical education”, “teacher”, “self determination theory”, med begränsningen 2013-2023. Detta gav 45 träffar och en studie utav dessa ansågs vara relevant (Koka, A., 2013).

Vidare så används sökbegreppen "motivation" "secondary school" "physical education" och begränsades till 2013-2023 vilket gav 218 träffar. Utav dessa träffar så var en av de adekvat för denna kunskapsöversikten (Dolenc, P. 2022).

Med Scopus så använde vi också begreppen: "Teacher behavior" AND "Self-determination theory" AND "physical education, som begränsades till mellan åren 2013-2023 vilket gav 20 träffar varav en av de var adekvata för vårt arbete (Sparks, C. et al. 2016).

I databasen Scopus så användes sökorden teachers AND methods AND students AND motivation AND for AND physical AND education AND secondary AND school, vilket gav oss 65 träffar varav en av de var passande för vår sökning (Manenova, M. et al. 2022).

I Scopus så använde vi begreppen “Self-determination Theory” AND “Teaching Style” med begränsning mellan 2011-2023 som gav oss 16 träffar varav en var adekvat för oss (González-Peño A. et al. 2021).

I databasen ERIC så använde vi oss av begreppet "physical education" AND motivation AND "secondary school" AND norway” vilket gav 20 träffar varav en av de var adekvat för vår frågeställning (Osterlie, O., Mehus, I. 2020).

Resultat

I följande segment kommer studiens resultat att framställas. Resultatet är indelat i tre delar: resultat som fokuserar mer på lärarperspektiv, resultat som fokuserar på elevperspektivet och den sista delen handlar om resultat som inkluderar både lärar- och elevperspektivet.

Lärarperspektiv

I studien *"Do Observed Teaching Behaviors Relate to Students' Engagement in Physical Education?"* (Gonzalez-Peno et al., 2021) deltog sju idrottslärare med 12,22 års genomsnittlig erfarenhet i skolor med låga socioekonomiska nivåer i Buenos Aires och Madrid. Syftet med studien är att fokusera på lärarnas undervisningsbeteenden och elevernas engagemang i obligatorisk idrottsundervisning (två timmar per vecka för elever i åldrarna 12-16 år) (s. 3, st. 3-4).

Lärarnas och elevernas uppförande bedömdes med hjälp av en skala för lärarens undervisningsbeteende, granskad av en extern utvärderare. Skalan mätte lärarens stöd till elevernas behov och hur läraren hindrade eleverna inom olika aspekter. Resultaten visade pålitlighet och överensstämmelse mellan olika observatörer (0,81 till 0,85) och inom samma observatör (0,79 till 0,86) (s. 4-5, st. 3). Elevernas engagemang mättes baserat på faktorer som lyssnande på läraren, ansträngning och njutning. Resultaten indikerade högt studentengagemang och positiva undervisningsbeteenden som främjade struktur. Korrelationsanalys visade samband mellan engagemang och stödjande beteenden, medan stegvis regressionsanalys betonade stöd för relationer som den starkaste positiva förutsägaren för studentengagemang, förklarande 30% av variationen. Modellen inkluderade även positiva förutsägelser från struktur under aktivitet och struktur före aktivitet, medan kontrollerande undervisning och kall undervisning var negativa förutsägelser. Den slutliga modellen inkluderade kaotisk undervisning och förklarade 39% av variationen i studentengagemang (s. 5-6, st. 3). Slutsatsen underströk att lärarens stöd till elevernas behov i undervisningsbeteendet positivt påverkar elevernas engagemang i idrottslektionerna och förespråkar utvecklingen av strategier för att öka elevengagemanget (s. 10, st. 1).

I den franska studien *"Teachers' Perception of Classes' Engagement, Observed Motivating Teaching Practices, and Students' Motivation: A Mediation Analysis"* (André et al., 2023)

deltog 52 lärare och 1040 elever från 16 skolor i norra Frankrike (s. 4, st. 3). Syftet med studien var att fokusera på lärarnas uppfattningar om klassers engagemang, motiverande undervisningsmetoder och elevmotivation, särskilt inom idrottslektioner med kollektiv sport som basket.

Lärare svarade på frågor efter lektionerna, och undervisningsmetoder samt elevmotivation bedömdes genom film (s. 5, st. 2). Engagemangsaspekter och elevmotivation mättes med validerade skalor, inklusive en "14-item" situationell motivationsskala (s. 6, st. 2). Autonomt stöd, struktur och "relatedness support" bedömdes på en 1-7 likertskala. Dataanalysen inkluderade enkla regressioner för samband mellan läraruppfattningar och undervisningsmetoder, med multilevel-regressioner för att bedöma påverkan på elevmotivationen med hänsyn till kön och erfarenhet. Multilevel-regressioner användes också för att utforska medieringseffekter, där autonomt stöd, struktur och relaterat stöd betraktades som möjliga medlare för elevmotivation, med engagemangsperceptioner som kontroller (s. 6, st. 3).

Resultaten visade att lärarnas uppfattning om elevernas engagemang korrelerade med autonoma stöd- och strukturbeteenden, vilket påverkade studenternas autonomt motiverade beteende. Undervisningsmetoderna hade mindre inverkan på elevmotivationen när dessa faktorer beaktades (s. 8-9, st. 1-2). Sammanfattningsvis visar studien att lärarnas bedömningar av elevernas engagemang är kopplade till autonoma stöd- och strukturbeteenden, vilket i sin tur påverkar studenternas autonomt motiverade beteende (s. 8-9, st. 1-2).

I den Sydkoreanska studien, "*The importance of indirect teaching behaviour and its educational effects in physical education*" (Jung et al., 2014), användes en etnografiskt informerad fallstudie med observation av deltagare för att undersöka lärarens Instructional Task Behaviors (ITB) i en idrottsklass med elever i årskurs 8. Studiens syfte var att utforska de pedagogiska effekterna av lärarens indirekta undervisningsbeteenden. Studien genomfördes under 3 månader i en mellanstadieskola i Seoul och var ett pilotprojekt för att förbättra undervisningsmetoder (s. 5, st. 2). Läraren, som kallades "Lee," hade 10 års erfarenhet och rekommenderades för sina framstående prestationer (s. 5, st. 3). Den första författaren, en volontär lärarassistent, spelade en dubbel roll för att bygga upp förtroendet. Studien var en del av ett forskarprogram på masternivå (s. 6, st. 1). Data samlades in från

fältanteckningar, intervjuer och elevundersökningar (s. 6, st. 2). Användningen av "The grounded theory" vägledde analysen, där kodning och triangulering var de centrala metoderna för att säkerställa datans validitet genom jämförelse med flera andra källor (s. 7, st. 3).

Målet med studien var att identifiera och utforska påverkan av idrottslärares Instructive Teacher Behaviors (ITB) i en årskurs 8 klass. ITB hade sex olika kategorier. Dessa och deras påverkan kommer att beskrivas härnäst (s. 8, st. 2). *Tonhöjd och intonation*: dessa spelade en avgörande roll vid förmedlandet av övertygelser och inställningar (s. 8, st. 3). *Humor*: korrekt användning av humor leder till en avslappnad och glädjande atmosfär i klassrummet. De byggde upp gemenskapen, reducerade konflikter, gjorde lektionerna mer intressanta och hade en positiv inverkan på elevernas moral (s. 9, st. 3). *Ansiktsuttryck och gester*: Exempel på icke-verbal kommunikation var att le samt gester med händerna. Ansiktsuttrycken förmedlade bland annat värme, vänskap samt uppmuntran vilket främjade förståelse bland eleverna (s. 10, st. 2). *Klädstil och exempel*: Perceptionen av läraren bland eleverna påverkades positivt av Lees anpassade och professionella klädstil under lektionerna. Hans förberedelse och exempel hade en positiv inverkan på elevernas utveckling gällande moral (s. 11, st 2). *Beröring*: Lees medvetna och tröstande beröring använde han för uppmuntran och hade en viktig roll i att förmedla stöd, lagarbete, samhörighet, vilket ledde till bättre lärare-elev relationer (s. 12, st. 2). *Engagemang och omsorg*: Lees ständiga omsorg och uppmuntran demonstrerades genom gester som tydde på att han bryr sig, vilket ledde till en positiv inlärningsmiljö och att eleverna blev motiverade till att delta (s. 12, st. 3). Sammanfattningsvis påverkar de sex ITB kategorierna, tonhöjd och intonation, humor, ansiktsuttryck och gester, klädstil och exempel, beröring samt engagemang och omsorg, elevernas motivation positivt.

I den Estländska studien "*The Relationships Between Perceived Teaching Behaviors and Motivation in Physical Education: A One-Year Longitudinal Study*" (Koka, 2013) så är syftet med studien att se sambandet mellan specifika dimensioner av undervisningsmetoder och motivation i idrott och hälsa över tid. I studien deltog 330 gymnasieelever varav 194 flickor och 136 pojkar. Studien varade i tolv månader och hade två datainsamlingar. För att se hur eleverna uppfattar lärarens undervisningsmetoder så använde man sig av en enkät; "Leadership Scale for Physical Education" som hade 15 frågor om olika dimensioner om lärarens demokratiskt beteende, autokratiskt beteende, undervisning och instruktioner,

situationsanpassning och socialt stöd (s.6, st.1). För att bedöma eleverna så använde studien 9 frågor från enkäten "Perceptions of the Teacher's Feedback Questionnaire" (PTF). Med denna enkäten så fick man elevernas uppfattning av deras lärares feedback inom olika dimensioner såsom positiv allmän feedback, positiv icke-verbal feedback och negativ icke-verbal feedback (s.6, st.2). För att bedöma elevernas motivation angående idrottslektioner så använde studien "Behavioral Regulations in Exercise Questionnaire" (BREQ). Man anpassade BREQ till estniska idrottslektioner. Eleverna svarade på ett likert skala enkät till fyra teman som berörde; inre motivation, identifierad reglering, introjicerad reglering och extern reglering (s.6-7, st 3).

Studien gav olika resultat, det första resultatet visade att den autonoma motivationen är påverkad av positiva undervisningsmetoder medan kontrollerad motivation inte gjorde det. Demokratiskt, autokratiskt beteende och positiv feedback påverkade ömsesidigt den autonoma motivationen. Upplevd positiva undervisningsmetoder hade en positiv verkan på autonom motivation medan upplevd autokratiskt beteende påverkade den autonoma motivationen negativt. Vid tidigare upplevd autokratiskt beteende så påverkades så hade det större påverkan på motivationen senare (s.12, st. 1).

Resultaten visade också att positiv icke-verbal feedback inte hade någon påverkan på elevernas motivation eftersom lärarna sällan använde icke-verbal feedback under sina lektioner. Studien visade också att tidigare uppfattning av olika situationer påverkade inre motivation. Det visade också att resultaten att tidigare inre motivation påverkade hur personen tolkar lärarens icke-verbala feedback i framtiden, men det fanns ingen motsatt påverkan, det vill säga att tidigare feedback från läraren inte påverkade personens inre motivation senare (s. 13, st. 1). Studien visar även relationen mellan socialt stöd med autonom och kontrollerad motivation. Det visade sig att tidigare socialt stöd på kontrollerad motivation hade en negativ påverkan men när man uteslöt kontrollerad motivation så fick man en positiv påverkan på tidigare socialt stöd på autonom motivation. (s.14, st. 2).

Resultatet från studien visar att lärarens undervisningsmetoder och elevernas motivation är ömsesidigt kopplade med varandra över tid. Det visades också att socialt stöd och instruktioner från läraren var relaterade till högre nivåer av autonom motivation och lägre nivåer av kontrollerad motivation. (s.15-16, st. 3).

Elevperspektiv

I den Turkiska studien, "*The positive and negative effects of teacher attitudes and behaviors on student progress*" (Kahveci, 2023), undersöks elevers uppfattningar om lärares inställningar och beteende från deras tidigare erfarenheter inom utbildning.

Tillvägagångssättet i studien fokuserar på hur individer förstår sina liv och erfarenheter. Studien omfattade sammanlagt 229 elever, varav 164 kvinnor och 65 män. Informationen samlades in genom intervjuer som behandlade positiva och negativa lärarbeteenden och inställningar. Dataanalys involverade deskriptiv och induktiv kodning för att identifiera mönster och skapa olika kategorier (s. 3, st. 2). Kravet för deltagande från universitet eller fakultet att vara färdigutbildning i antingen grund- eller gymnasieskola (s. 3, st. 3). Intervjuer genomfördes med hjälp av ett formulär utvecklat under läsåret 2021-2022. Deltagarna beskrev en lärares positiva eller negativa påverkan, lärarens egenskaper och hur beteendet påverkar dem. Information om kön, ålder, universitet och fakulteter samlades också in (s. 4, st. 2). För att säkerställa validiteten och tillförlitligheten utvecklades enkäten med hjälp av en expert inom utbildningsvetenskap. Två experter inom utbildningsvetenskap och kvalitativ forskning validerade kategorierna och underkategorierna som bildats efter analys (s. 4, st. 4).

Resultatet delas upp i två delar, varav den första handlar om positivt beteende av lärarna (s. 4, st. 6). Den första delen handlar om effektiv kommunikation och "ethical attitude". Elever uppskattade de lärare som pratade med dem utanför klassrummet, lyssnade på deras problem och gav dem vägledning. Konsekvent ökade elevernas självförtroende och känsla av värde (s. 5, st. 2). Den andra delen handlar om professionell kompetens och engagemang. Lärare som var kunniga inom ämnet hade höga förväntningar, motivation och effektiva inlärningsmetoder uppskattades. Bra relationer mellan lärare och elever samt lärarstöd ökade elevernas motivation och framgång (s. 6, st. 4). Individuellt stöd och pålitlighet är den sista delen. Lärare blev ihågkomna för att ha påverkat elevernas emotionella, ekonomiska och akademiska behov (s. 7, st. 11). De negativa beteendena av lärare är följande: Professionell otillräcklighet och ansvarslöshet (s. 9, st. 1), diskriminering och orättvisa (s. 10, st. 1), negativ klassrumsledning och kommunikation (s. 11, st. 7).

I den spanska studien "*Motivational Profiles of High School Physical Education Students: The Role of Controlling Teacher Behavior*" (Hernández et al., 2019) syftar man till att identifiera motivationella kännetecken hos gymnasieelever inom idrott och hälsa samt

undersöka sambanden mellan elevernas uppfattning av lärarens undervisningsmetod och deras uppfattning av ämnet (s. 2, st. 4).

Studien inkluderade 416 elever (229 pojkar, 186 flickor) i åldrarna 16-18 år. För att mäta lärarens undervisningsmetoder användes "Controlling Coach Behavior Scale" (CCBS) med 15 frågor, och elevernas psykologiska behov i träning bedömdes med "Psychological Need Satisfaction in Exercise" (PNSE). Beteendereglering i idrott mättes med "Behavioral Regulation in Sport Questionnaire" (BRSQ), och skalan för avsikt att vara fysiskt aktiv användes för att bedöma deltagarnas avsikter att engagera sig i fysisk aktivitet. Dessutom utvärderades vanlig fysisk aktivitet genom ett frågeformulär (s. 3, st. 4). Resultaten visade att elever med hög inre och identifierad reglering hade lägre nivåer av amotivation och yttre reglering samt högre motivation att delta i idrottslektionen. Elever med högre autonom motivation visade mer engagemang och motivation för att lära sig. Dessa elever demonstrerade också en ökad önskan att vara mer aktiva under idrottslektionerna (s. 10, st. 3).

Den beskrivande analysen visade att eleverna i genomsnitt betygsatte lärarens kontroll med 2.61 på en 7-gradig skala. Dessutom indikerade höga poäng inom PNSE för kompetens, autonomi och relationer att eleverna hade hög inre motivation och låg amotivation. Betydelsen av fysisk utbildning och avsikten att vara fysiskt aktiv fick också höga medelvärden, vilket tyder på en positiv inställning till ämnet och engagemang för träning (s. 7, st. 1). Studiens slutsatser betonar vikten av att främja autonom motivation hos elever för att öka deras engagemang och positiva attityder mot fysisk utbildning (s. 11, st. 2).

I den tjeckiska studien "*Motivation and Performance of Students in School Physical Education in Which Mobile Applications Are Used*" (Manenova et al 2022) är syftet att diskutera hur mobila enheter och specifika applikationer påverkar elevernas motoriska prestanda och motivation för idrott och hälsa (s. 1, st. 1). Studien omfattade 237 elever i åldrarna 11-16 år (s. 4, st. 6). 118 elever utgjorde den experimentella gruppen som använde specifika applikationer på skolans läsplattor, såsom Google Fit, Zumba Fitness och Break dance tutorial. Motoriska färdigheter mättes med Unifittest 6-60, och motivationen bedömdes med Situation Motivational Scale-frågor baserade på self-determination theory (SDT). Resterande elever hade normala lektioner utan någon teknologi (s.5, st 3-4).

Studien identifierade tre elevgrupper med olika motoriska färdigheter och motivationsnivåer (s.6, st. 5). Den första gruppen (47 elever) visade höga motoriska färdigheter och ökad inre motivation, särskilt hos flickor med ursprunglig negativ syn på idrott (s. 7-6, st. 3). Den andra gruppen (51 elever) hade sämre motoriska färdigheter men hög inre motivation på grund av nya undervisningsmetoder (s. 8, st 2). Den tredje gruppen (21 elever) med normala motoriska färdigheter hade den lägsta inre motivationen och påverkades mer av yttre reglering (s. 8, st, 3). Studien konkluderade att användningen av teknologi, särskilt mobila applikationer, kunde förbättra elevernas motivation och hade potential att öka motivationen i skolan generellt (s. 10, st. 2).

I den spanska studien *"How class cohesion and teachers' relatedness supportive/thwarting style relate to students' relatedness, motivation, and positive and negative outcomes in physical education"* (Leo et al., 2023) analyseras sambanden mellan klassens sammanhållning, lärares undervisningsmetoder och elevernas relateringsbehov, motivation samt positiva och negativa resultat inom idrott och hälsa (s. 1, abstract). Studien inkluderade 1294 elever i åldern 10-18 år. Syftet med texten är följande: olika frågeformulär användes för att mäta relaterat behov, frustration, motivation, engagemang, störande relationer och problematiska relationer. För att bedöma relaterat behov av frustration användes en skala med fyra frågor, och eleverna svarade på en 5-punkts likertskala (s. 4, st. 1). Motivation mättes med ett 20-frågors formulär som täckte autonom motivation, kontrollerad motivation och amotivation, även detta besvarades på en 5-punkts skala (s. 4, st. 3). Engagemang mättes genom ett frågeformulär med tio frågor uppdelade i beteendeengagemang och känslomässigt engagemang. Störande relationer och problematiska relationer bedömdes genom separata formulär med 5-punkts likertskalor (s. 4, st. 4-5).

Studien presenterar beskrivande statistik och korrelationer mellan variabler. Deltagarnas medelpoäng var över mittpunkten, och självrapporterade mått visade acceptabel tillförlitlighet. Bivariata korrelationer visade förväntade samband mellan variabler. Intressant nog fanns inga signifikanta korrelationer mellan vissa lärarrelaterade beteenden och elevernas motivation eller engagemang (s. 5, st. 1). En flernivåmodell analyserades och visade god anpassning till data. Lärarnas beteenden förutsade elevernas tillfredsställelse och frustration i relation till relateringsbehov. Modellen förklarade signifikant varians i tillfredsställelse och frustration, och samband observerades mellan behovstillfredsställelse/frustration och problematiska relationer. Autonom motivation var positivt relaterad till engagemang, medan

kontrollerad motivation och amotivation var kopplade till negativa beteenden och problematiska relationer. Övriga resultat inkluderade en positiv koppling mellan kontrollerad motivation och beteendemässigt engagemang (s. 5, st. 2).

Både lärar och elevperspektiv

I den australiska studien "*Modeling Indicators and Outcomes of Students' Perceived Teacher Relatedness Support in High School Physical Education*" (Sparks et al., 2016) genomfördes två studier. Den första undersökte lärarnas engagemang i relatedness-supportive beteenden, medan den andra involverade elevers rapportering om motivationsreglering och lärarens engagemang i relatedness-supportive beteenden (s. 1, st. 1). I den första studien deltog 656 elever från olika skolor och klasser, där olika mätinstrument användes för att utvärdera lärarbeteendet (s. 4, st. 1-9). Resultaten visade att mätinstrumenten uppvisade goda psykometriska egenskaper och stödde validiteten och tillförlitligheten hos studien (s. 5, st. 3). Den andra studien involverade 570 elever från årskurs 7-10 och använde samma mätinstrument som den första. Resultaten presenteras direkt utan att upprepa skalorna (s. 4, st. 1; s. 6, st. 3).

Resultaten visade på att en uppfattad "relatedness support" från idrottslärarna har en positiv effekt på "relatedness need satisfaction" samt "autonomy support" (s. 8, st. 3). "Relatedness need satisfaction" har en positiv koppling till intrinsisk och identifierad regulation, lite positivt kopplat till introjekterad regulation och negativt kopplat till amotivation (s. 8, st. 4). Det fanns ingen koppling mellan "relatedness support" och extern regulation. Studien visar inblickar på kopplingen mellan lärarens beteende, psykologiska behov och elevens motivation inom idrott och hälsa (s. 9, st. 2)

I den norska studien, "*Self-determined Motivation in Physical Education and its Links to Motivation for Leisure-time Physical Activity, Physical Activity, and Well-being in general*" (Bagoien et al., 2010), deltog 329 gymnasieelever. Syftet var att förstå motivationen för idrottsundervisning och fysisk aktivitet på fritiden. Urvalet återspeglade köns- och åldersfördelningen hos norska elever, och frågeformuläret fylldes i under en teoretisk lektion för att minimera problem med frånvaro och avhopp från idrottslektioner (s. 8, st. 2). I studien användes etablerade skalor för att mäta motivation, översatta och åter översatta för trovärdighet (s. 8, st. 3). Autonomt stöd bedömdes med Physical Education Climate

Questionnaire (PECQ), anpassat från Health-Care Climate Questionnaire, och mätte elevernas uppfattning om lärarens autonomistöd på en 7-gradig (s. 8, st. 4). Studien utvärderade tillfredsställelsen av grundläggande psykologiska behov i idrottsundervisningen med en 21-punktsskala (s. 9, st. 2). Autonom motivation för idrottsundervisning och fysisk aktivitet på fritiden mättes med ett frågeformulär med 4 frågor (s. 9, st. 3). Upplevd kompetens inom fysisk aktivitet på fritiden, fysisk aktivitet på fritiden och ansträngning bedömdes med olika skalor och frågeformulär (s. 10, st. 1-4). Det psykologiska välbefinnandet bedömdes genom positiv påverkan, livstillfredsställelse och vitalitet på olika skalor (s. 11, st. 2). Sammanfattningsvis täckte studien olika aspekter av motivation, autonomt stöd och välbefinnande med en detaljerad metodologi och validerade mätinstrument.

Resultaten indikerade att lärarnas stöd för autonomi i idrottsundervisningen var positivt relaterat till elevernas autonomt motiverade beteende, vilket i sin tur korrelerade positivt med det övergripande välbefinnandet (s. 12, st. 1). Dessutom identifierades könsskillnader där pojkar som uppvisade högre ansträngning hade förbättrat välbefinnande jämfört med flickor (s. 14, st. 3). Modellen för studien visade en god passform, vilket ger stöd åt både transkontextuell teori och grundläggande behovsteori som användbara ramar för att förstå de komplexa sambanden (s. 15, st. 1). Denna forskning betonar lärarens centrala roll och det stöd de kan erbjuda för att främja elevernas motivation och övergripande välbefinnande inom idrottsundervisningen (s. 15, st. 2).

I den slovenska studien "*Evaluating achievement motivation in physical Education context: the use of the goal orientations in exercise measure*" (Dolenc, 2022) genomfördes en studie med 208 elever (både flickor och pojkar), åldrarna 13-19 år, från både grundskolan och gymnasiet. Syftet med forskningen var att använda Goal Orientation in Exercise Measure (GOEM) med 10 frågor för att bedöma elevernas tolkning av framgång inom fysisk aktivitet, mätande uppgiftsorientering och ego-orientering. För att mäta motivationsreglering användes The Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire (BREQ-2) med 19 frågor om inre motivation, identifierad reglering, införd reglering, extern reglering och amotivation (s. 4-5, st. 4).

Resultaten visade att uppgiftsorientering var positivt kopplad till inre motivation och identifierad reglering, men negativt kopplad till amotivation. Däremot var ego-orientering

positivt kopplad till yttre motivation, införd reglering, extern reglering och amotivation. Elever som strävar efter att lära sig nya saker inom idrott och hälsa visade autonom motivation, medan de som såg framgång som tävling och vinst visade kontrollerad motivation (s. 8, st. 1).

Studien indikerade att elever med uppgiftsorientering tenderar att definiera framgång genom personlig förbättring snarare än att vinna över andra, vilket främjar inre motivation, glädje och engagemang i idrott och hälsa (s.14-15, st. 2). Pojkar uppvisade högre nivåer av ego-orientering än flickor, och gymnasieelever var mer ego-orienterade än grundskoleelever (s. 9, st. 2-3). Sammanfattningsvis visar resultaten att uppgiftsorientering relaterar till inre motivation och autonomt lärande inom idrott och hälsa, medan ego-orientering kopplas till externa motiv som tävling och kontroll.

I den norske studien "*The Impact of Flipped Learning on Cognitive Knowledge Learning and Intrinsic Motivation in Norwegian Secondary Physical Education*" (Østerlie & Mehus, 2020) syftet var att analysera effekten av omvänt klassrum på gymnasieelevers motivation och hälsorelaterade kunskaper. Studien inkluderade 206 elever från sex olika gymnasier, uppdelade i omvända-klassrum gruppen (OKG) och icke-omvända klassrum gruppen (IKG) (s.4, st.4). Under tre veckor fick OKG titta på videor före lektionerna medan IKG inte fick några videor. Lektionerna utformades som lekliknande aktiviteter för att främja bättre deltagande (s.5, st.2). För att mäta motivation användes Situational Motivational Scale (SIMS), och för att mäta hälsorelaterad kunskap (HRFK) användes ett flervalstest om styrka, kondition och koordination. Testet administrerades vid studiens början och slut (s.5, st.4). SIMS-resultaten kategoriserades som intrinsic motivation (IM), identified regulation (IR), external regulation (ER), external motivation (EM), och amotivation (AM). HRF-resultaten hade 20 flervalfrågor angående styrka, kondition och koordination s. 6, st 1-2).

Resultaten visade att pojkar hade högre IM än flickor, medan flickor visade högre ER. Pojkarnas IM minskade över tid, medan flickornas IM var stabila, Förändringen till OKG påverkade inte negativt flickornas IM, medan IM minskade för IKG (s.8, st. 4). Det förklaras av att pojkar föredrar traditionell idrott och hälsa, vilket minskar deras IM, medan förändringen till en lekliknande metod positivt påverkar flickors IM (s.9, st. 2-3). Under studien utvecklades elevernas hälsorelaterade kunskaper stadigt, och OKG-gruppen hade högre kunskaper vid studiens slut. Högre IM korrelerade med ökade HRFK (s.9, st.1).

Sammanfattningsvis visar studien att omvänt klassrum kan påverka motivation och kunskaper positivt, särskilt för flickor och genom en lekliknande undervisningsapproach.

Diskussion och Slutsats

I detta avsnitt diskuteras metodvalet, arbetsprocessen för att besvara frågeställningen, och resultatens begränsningar. Källorna reflekteras för att dra en slutsats, och förslag för vidare forskning inom kunskapsöversikten nämns baserat på resultaten.

Metoddiskussion

För att genomföra vår globalt inriktade kunskapsöversikt om hur lärarens undervisningsmetod påverkar elevernas motivation inom idrott och hälsa, valde vi att främst använda databasen Scopus för att söka efter relevanta källor. Vi ansåg att detta var det mest lämpliga valet för att uppnå ett brett perspektiv och en överblick över ämnet. Genom att fokusera på en global databas kunde vi identifiera och inkludera många internationella studier som var relevanta för vår kunskapsöversikt. Genom att dra nytta av källor från olika delar av världen strävade vi efter att ge en omfattande förståelse för ämnet. Vår användning av källor från olika regioner, inklusive Europa, Turkiet och Sydkorea, avsåg att belysa kulturella skillnader som kan påverka undervisningsmetoder och därmed elevers motivation. Ett tydligt exempel på sådana skillnader är den kulturella variationen i synen på undervisningsmetoder och respekten för lärare i länder som Turkiet och Sydkorea. Detta inslag av kulturell diversitet bidrar till en mer nyanserad förståelse av hur undervisning påverkar elevers motivation på olika sätt. Vi anser Scopus vara en adekvat databas eftersom att den förser oss med författare från hela världen som skriver om olika ämnen och specifikt hittade vi många relevanta texter för vår studie.

Databasen ERIC användes också för att försöka hitta fler skandinaviska källor, vilket gjordes, men dessa källor ansågs inte vara adekvata för denna studien. Valet av våra källor utgick efter hur relevant de kunde svara på våra forskningsfrågor. Scopus var också praktiskt då den gav flest träffar kopplat till kunskapsöversikten och gav också både nationella och internationella källor. Det finns en brist i detta arbete som framkommer väldigt tydligt och som därför bör påpekas i metoddiskussionen. Bristen handlar om frånvarandet av svenska studier.

Anledningen till varför inga svenska studier inkluderades beror först och främst på att det gjordes en mångfald av sökningar med olika begränsningar på olika databaser för att hitta relevanta svenska studier kring vårt ämnesområde. Detta var dock förgäves då inga relevanta studier hittades. Vi förstår att det blir svårare att svara på vår frågeställning inom en svensk

kontext utan att använda sig av svenska källor. Å andra sidan användes en rad nordiska källor från Norge som kan ses som en ersättning för de frånvarande svenska studierna. Majoriteten av källorna som användes var inom Europa och inom EU vilket vi ansåg vara adekvat eftersom att Sverige är ett land som tillhör dessa två, vilket gör dessa källor relevanta, exempelvis följs liknande riktlinjer och policys. Källorna som hittades kunde hjälpa oss svara på frågan och ge oss en större överblick på hur olika undervisningsmetoder påverkar elevernas motivation i klassrummet.

I början av vårt sökande efter källor så framkom ordet *Self determination theory* vid flera av källorna. Därför valde vi att inkludera detta ordet vid vidare sökning av källor. Detta gjorde vi eftersom vi märkte ett mönster att vid detta sökord så fick vi med andra relevanta termer med koppling till motivation som till exempel *inre/yttra motivation* och *amotivation*. Vidare i vår sökprocess så använde vi oss av *physical education* som en relevant sökterm i koppling med *Self-determination theory*. Detta gjorde att vi fick relevanta studier med relevanta begrepp kopplade till ämnet idrott och hälsa samt vår frågeställning.

Efter att vi hade identifierat våra källor i de olika databaserna genom användning av olika inkluderings- och exkluderingskriterier, kom vi fram till en slutsats angående kriteriernas relevans. Vi anser att alla kriterier, både för inkludering och exkludering, var högst relevanta för vår studie och frågeställning. Om vi hade valt att använda oss av fler än tre kriterier var för inkludering och exkludering så hade det varit betydligt svårare och mer begränsat att hitta relevanta källor. Det finns dock vissa som också hade kunnat användas för vår specifika studie, som exempelvis (för inkludering): “Studien utförs på grundskole- och gymnasienivå”. Vi anser att detta kriterium hade varit relevant att använda då den påpekar en relevant sak att tänka på, men å andra sidan så underförstås det redan att eleverna är från grundskola eller gymnasium. En annan (för exkludering) kan vara: “Studien saknar en jämförelse av olika undervisningsmetoder”, denna typen av kriterier är bra då den påpekar att studien är sluten och riktad mot endast en undervisningsmetod. Därför hade detta varit ett relevant kriterium att använda.

Angående sökprocessen ska vi skriva om tidsbegränsningen av artiklarna, referenslistor av andra artiklar, svårighet att hitta relevanta svenska källor. Vi begränsade våra källor från år 2013-2023 då källorna skulle vara maximalt 10 år gamla. Ett undantag var en källa från 2010 som användes eftersom att den ansågs vara högst relevant och inte var för gammal för att den skulle kunna tillämpas för detta arbete. En sak vi hade kunnat utnyttja under vår sökprocess

hade varit att använda oss av referenserna från källorna vi hittade för att söka upp andra relevanta källor då dessa förmodligen hade hittats i referenslistan av de källorna vi använde. Under vår undersökning så hittade vi inte många svenska källor, men de få som hittades var inte relevanta för denna studien. Det hade behövt läggas ner väldigt mycket tid för att hitta en relevant svensk studie, vilket vi ansåg inte var tidseffektivt för alla de andra delarna. Under vår sökprocess så letade vi efter svenska källor men vi märkte att det inte finns så många svenska studier som forskar om elevernas motivation och lärarens undervisningsmetod inom Sverige. Detta gjorde att vi fick göra valet att antingen utnyttja relevanta studier gjorda i andra länder eller att inkludera några mindre relevanta svenska studier. Vi valde att inkludera de mer relevanta och de studier som var mer starkt kopplade till vår kunskapsöversikt.

Resultatdiskussion

Lärarperspektiv

I detta stycke så kommer vi att resonera kring våra resultat. Vi märkte två trender med våra resultat; att socialt stöd ökar motivationen och indirekta undervisningsmetoder.

Gonzalez-Peno et al. (2021, s.10, st. 1) kom fram till att när läraren stödde elevernas behov i sitt undervisningsbeteende så påverkar det elevernas engagemang positivt i idrottslektionerna. Detta resultat kan kopplas till Koka A. (2013, s. 15-16, st. 3) resultat som skriver att lärarens undervisningsmetoder är ömsesidigt kopplat med elevernas motivation och att till exempel socialt stöd och instruktioner från läraren ökar elevernas autonoma motivation. Detta kan hjälpa oss att förstå att en aktiv deltagande lärare som inte bara ger akademiskt stöd utan också socialt stöd kommer att öka elevens autonoma motivation över tid.

André et al. (2023, s. 8-9, st. 1-2) skriver att lärarens bedömning av elevernas engagemang är kopplat till deras autonoma motivation och att om lärarens bedömning har en korrelation till elevernas engagemang och hur läraren väljer att stödja de kan utveckla deras motivation inom idrott och hälsa. Detta kan kopplas med Jung et al. (2014, s. 12, st. 3) som kommer fram till att lärarens indirekta undervisningsmetoder har en positiv påverkan på elevernas motivation i klassrummet.

Dessa fyra studier har något gemensamt och det är att lärarens undervisningsmetod har en påverkan på både engagemang och motivation, detta kan kopplas till Skolverkets (2015, första stycket under, "Motivationsgraden påverkas av inre och yttre faktorer") som visar olika metoder på hur man som lärare kan öka elevernas motivation och engagemang i skolan. Skolverket (2015, fjärde stycket under rubriken "Motivationen ökar om lärare tror på sina elever") skriver att det är viktigt för läraren att bemöta ointresserade elever med höga men realistiska mål och förväntningar man har på dem. Detta gör att eleven får bättre självförtroende på sin egen kapacitet. Det här kan kopplas till Gonzalez-Peno et al. (2021, s. 10, st. 1) och Koka A. (2013, s.15-16, st. 3) med deras resultat som indikerar att en lärares deltagande kan motivera eleverna positivt. Vidare skriver Skolverket (2015, den sjunde paragrafen under rubriken "Motivationen ökar om lärare tror på sina elever") att läraren måste berömma eleverna efter deras vinster eller måluppfyllelser men berömmet från läraren måste vara kopplat till elevens prestation. Det här kan kopplas till vilka resultat André A. et al. (2023, s.8-9, st. 1-2) och Jung et al. (2014, s. 14, st. 3) kom fram till. I deras studie så lärarens bedömning av elevernas engagemang och lärarens indirekta undervisningsmetod påverkar elevernas motivation, vilket kopplar till att Skolverket (2015, fjärde stycket under rubriken "Motivationen ökar om lärare tror på sina elever") att om man ger elever beröm och att man kan bedöma deras prestationer så kommer man som lärare påverka deras motivation positivt.

Implementeringarna av dessa studier kan ha några svårigheter. Under vår VFU-period märkte vi att lärarna oftast inte har tid att implementera dessa olika metoder. Läraren har inte bara en klass utan flera klasser där läraren måste anpassa sina resurser efter varje elevs förutsättningar, detta gör att lektionerna blir väldigt liknande till varandra. Detta kan göra att eleverna inte känner alls någon motivation eller vill engagera sig eftersom det blir tråkigt för dem om de inte gör något nytt till varje lektion.

Avslutningsvis så kan vi se att dessa undervisningsmetoder; socialt stöd och indirekta undervisningsmetod visar att det hjälper elevernas motivation och kopplas till vad Skolverket (2015, andra stycket under rubriken "Motivationen ökar om lärare tror på sina elever") rekommenderar. Det ovannämnda kan även kopplas in med författarnas VFU-period. Under praktiken så märkte man tydligt att när elever fick stöd från läraren och även gav någon form av indirekta utbildningsmetoder så såg man mer motivation och engagemang från eleverna. Däremot något som vi också märkte under vår praktik var att lärarna hade svårigheter med att

implementera dessa metoder eftersom lärarna har för många elever eftersom de inte har tid eller resurser att se till att varje elevs motivation ökar så att de deltar i undervisningen. Varje elev är unik och det blir svårt för läraren att motivera varje elev när man måste fokusera på att klassen ska kunna klara av sina klasser, vilket gör att några elever negligeras av lärarna eftersom de fokuserar på andra elever som behöver mer hjälp.

Elevperspektiv

Vid följande del, som behandlar studier med elevperspektiv i fokus, hittades två trender, nämligen teknologianvändning samt rollen av inre motivation.

Kahveci (2013, s. 6, st. 4) fann att bra relationer och stöd från lärare ökar elevers motivation och framgång. Negativa lärarbeteenden, såsom diskriminering och dålig klassrumsledning, påverkar elever negativt. Leo (2023, s. 5, st. 2) konstaterar vidare att analys av statistik och korrelationer ger insikter om komplexa samband inom skolmiljön. Studien visar på kopplingar mellan lärarbeteenden och elevers motivation, där inre motivation är relaterad till positivt engagemang. Modellen förutsäger tillfredsställelse och frustration baserat på behov och visar på kopplingar till motivation och engagemang. Resultaten stödjer sambandet mellan inre motivation och positivt engagemang, medan kontrollerad motivation och amotivation är kopplade till negativa beteenden och problematiska relationer. Studien ger insikter om faktorer som påverkar skolmiljön och elevers välbefinnande. Kahveci (2013, s. 9-11, st. 1 och 7) pekar på alltså negativa lärarbeteenden som diskriminering medan Leo, F., (2023, s. 5, st. 2) kopplar inre motivation till positivt engagemang och kontrollerad motivation till negativa beteenden. Dessa studier ger olika perspektiv på skolmiljön och dess påverkan på elevers motivation och prestationer, med positiva relationer och inre motivation som centrala teman.

Manenova et al. (2022, s. 10, st. 2) visar att användningen av mobila applikationer i idrott och hälsa har positiva effekter på elevers motoriska färdigheter och motivation. Elever med höga motoriska färdigheter och inre motivation visar att teknologins användning kan övervinna tidigare negativa attityder och stimulera positiva förändringar. Även elever med sämre motoriska färdigheter men hög inre motivation upplever teknologins positiva inverkan på motivationen, trots utmaningar med motoriska färdigheter. Resultaten betonar teknologins potential som motivationshöjande resurs i skolundervisningen. Hernandez et al. (2019, s. 11, st. 2) fortsätter med att betona att hög inre motivation och identifierad reglering är avgörande för engagemang under idrottslektioner, minskar amotivation och yttre styrning. Viktigt att

främja personlig koppling till aktiviteterna för att motverka bristande motivation. Å andra sidan visar resultat att elever med högre yttre reglering och amotivation har lägre inre motivation. Viktigt att hantera dessa motivatorer för att förebygga bristande intresse och öka engagemang. Elever med hög inre motivation visar ökat engagemang och vilja att lära sig, vilket betonar vikten av att främja dessa motivationsformer för positiva upplevelser och prestationer inom idrott och hälsa. Det kan alltså konstateras att Hernandez et al. (2019, s. 11, st. 2) och Manenova et al. (2022, s. 10, st. 2) framhäver vikten av inre motivation för engagemang.

Användningen av teknologi inom ämnet idrott och hälsa och alla andra ämnen i skolan har varit mer förekommande de senaste åren, vilket är positivt då studier som exempelvis Manenova (2022, s.10, st. 2) kommit fram till att det har en positiv påverkan på elevernas motivation. Under vår VFU praktik så lade vi märke till att vissa elever hade en låg motivation under den praktiska delen av lektionen, men efter att ha använt olika typer av träningsappar, som rekommenderades av läraren, så ökade deras motivation att förbättra sina prestationer under den praktiska delen av ämnet. I flera av studierna betonas vikten av inre motivation och dess påverkan på elevens engagemang under idrottslektionerna. Under vår VFU praktik så la vi märke till att idrottslärarna ökade elevernas inre motivation genom att involvera dem i idrottslektionen och skapa en inlärningsmiljö som de kan relatera till och inte är helt särskilda ifrån. Detta ökade den inre motivationen och konsekvent intresset hos eleverna.

Detta har även en tydlig koppling till vad Skolverket (2015, andra stycket under rubriken "Bekräfta sig själv och bli bekräftad av andra") konstaterar relaterat till motivation. Det konstateras att elevens möjlighet till att lösa ett problem påverkar deras motivationsnivå, vilket just är fallet gällande teknologianvändning, då det har en sådan effekt. Då elevernas inre motivation ökar så kommer även deras möjlighet till att nå högre resultat inom undervisningen att öka. Å andra sidan så var det väldigt svårt för lärarna att anpassa detta till varje elevs behov vilket gjorde att alla elever inte hade samma inre motivation under varje lektion. Under en specifik lektion kom ett par killar fram till läraren och berättade att deras motivation var väldigt låg på grund av att det under en tvåveckorsperiod hade varit rörelse och rytm under idrottsundervisningen. Å andra sidan lades märke till att en annan grupp killar var väldigt motiverade under samma period. Detta kan leda till en problematisk situation för läraren då detta är en stor del i kunskapskraven och måste täcka en period av idrotten.

Både elev- och lärarperspektiv

I följande del så kommer studierna där både lärar- och elevperspektiv står i centrum att analyseras. Något som lades märke till i följande del är den återkommande trenden om könsskillnader och hur lärarens undervisningsstil påverkar eleverna utifrån kön.

Sparks et al (2016, s. 9, st. 2) kom fram till att “relatedness support” från idrottslärarna har en positiv effekt på “relatedness need satisfaction” och “autonomy support” hos eleverna. “Relatedness need satisfaction” kopplas även positivt till inre och identifierad. Studien visar även hur elevernas motivation inom idrott och hälsa påverkas av lärarens beteende samt psykologiska behov.

Bagoien et al (2010, s. 15, st. 2) kom fram till att elevernas autonoma motivation påverkades positivt av lärarnas stöd för autonomi under idrottsundervisningen och konsekvent hade detta en positiv inverkan på deras generella välmående. Pojkar som uppvisade högre ansträngning under idrottslektionerna mådde bättre jämfört med tjejer, vilket visade könsskillnader.

Dolenc (2020) kom fram till att uppgiftsorientering hade en positiv inverkan på inre motivation och identifierad reglering. Ego-orientering hade ett positivt samband med yttre motivation, införd- och extern reglering samt amotivation. När eleverna vill lära sig nytt inom idrott och hälsa visar de mer inre motivation. De visar mer kontrollerad motivation om de ser tävling och vinst som framgång (s. 8, st. 1). Studien menar att uppgiftsorientering snarare än ego-orientering främjar inre motivation. Pojkar hade högre resultat än flickor i ego-orientering medan inga skillnader hittades i uppgiftsorientering. Ego-motivation kopplas till extern motivation som tävlingar, medan uppgiftsorientering kopplas till inre motivation och autonomt lärande (s. 9, st. 2-3).

Osterlie (2020, s. 8, st. 4.) kom fram till att pojkar hade högre inre motivation (IM) än flickor, men pojkarnas IM minskade över tid, särskilt i en traditionell grupp. Flickornas IM förblev stabila, särskilt i en lek liknande grupp, vilket antyder att övergången till en lek liknande undervisning positivt påverkar flickornas motivation (s. 9, st. 2-3) Dessutom ökade elevernas hälsa och fysiska kapacitet (HRFK) under studiens gång, med högre HRFK i en grupp med lek liknande undervisning (s. 9, st. 1). Resultaten pekar på könsspecifika skillnader och betonar vikten av anpassade undervisningsmetoder för att stödja olika motivationsnivåer och främja hälsa.

Sammanfattningsvis framhäver Sparks, C. et al. (2016, s. 9, st. 2) och Bagoien, T. et al. (2010, s. 15, st. 2) vikten av autonomistöd, behovstillfredsställelse och "relatedness support" från lärare för elevers motivation. Samtidigt är autonomi och relatedness gemensamma teman i Dolenc, P. (2020, s. 9, st. 2-3) och Osterlie, O. (2020, s. 8, st. 4, s. 9, st. 2-3 och s. 9, st. 1), vilket visar på betydelsen av dessa faktorer för motivation och engagemang. Båda dessa diskuterar könsskillnader i elevers motivation och hur undervisningsmetoder påverkar pojkar och flickor olika.

Avslutningsvis kan det konstateras att i lärarperspektivet så betonas lärarens undervisningsmetoder och bedömningar som centrala faktorer för elevmotivation. Den fokuserar även på lärarens roll i att främja positiva lärarelevrelationer och stödja elevers behov. I elevperspektivet läggs tonvikt på betydelsen av positiva lärarrelationer och stöd för att öka elevmotivation och framgång. Negativa lärarbeteenden som negativt påverkar elevernas motivation identifieras. I både lärar- och elevperspektivet kombineras insikter för att förstå dynamiken i klassrumsmiljön. Den utforskar hur lärarens undervisningsstil och stöd påverkar elevers motivation och engagemang, samtidigt som det tar hänsyn till elevernas individuella behov och upplevelser.

En av de svårare sakerna för idrottslärare som vi har märkt både under vår VFU praktik samt under vår period som elever i skolan har varit att anpassa undervisningen så att båda könen är nöjda samt motiverade. En trend har varit att killar alltid har varit mer motiverade att delta i undervisning som kräver mer ansträngning, som exempelvis olika typer av test som bland annat beep-testet och Coopers-test och att deras motivation konsekvent ökade för ämnet, vilket stöds av (Bagoien et al, 2010, s. 14, st. 3) Detta kan ha olika förklaringar, men något som fick de mindre motiverade eleverna, bland annat tjejerna men även en stor del killar, att må bättre var den positiva feedbacken de fick av läraren både under övningarna/testen, som fick de att öka sin ansträngning, samt efter testet, som ökade deras inre motivation och konsekvent gav dem en bättre självkänsla. Å andra sidan menar Osterlie (2020, s.9, st. 2-3) att lek liknande undervisning positivt påverkar tjejers motivation, vilket är en trend som vi märkte under vår VFU-period. Detta ledde till att lärarna ofta använde denna typen av undervisning samt gjorde den något mer utmanande vilket gav den möjligheten ett underlag att betygsätta elevernas prestation, både av flickor och pojkar.

Slutsats

Det är tydligt att lärarens bedömning och feedback påverkar elevernas motivation. Beröm och konstruktiv återkoppling från läraren, kopplat till elevens prestation och ansträngning, har visat sig vara avgörande för att stärka elevens självförtroende och motivation. I lärarprofessionen kan dessa insikter fungera som en viktig vägledning för att utveckla och anpassa undervisningsmetoder samt skapa en gynnsam miljö för elevernas lärande och välbefinnande, särskilt inom ämnet idrott och hälsa. Att vara medveten om och tillämpa dessa forskningsresultat kan bidra till att skapa en mer engagerande, inkluderande och stödjande lärandemiljö för eleverna.

Dessutom visar studierna på vikten av differentierade undervisningsmetoder som tar hänsyn till elevernas olika nivåer av inre motivation, behov och färdigheter. Användningen av teknologi, mobila applikationer och olika undervisningsstrategier kan vara värdefulla verktyg för att öka elevernas motivation och engagemang i idrott och hälsa. Slutligen betonar flera studier vikten av att vara medveten om könsspecifika skillnader i motivation och hur undervisningsmetoder kan påverka pojkar och flickor på olika sätt. Detta understryker behovet av anpassade undervisningsmetoder som tar hänsyn till och stöder olika elevers motivationsnivåer och främjar en positiv lärmiljö för alla elever.

Slutsatsen från de nämnda studierna ger en djupgående insikt i hur lärarens beteende, undervisningsmetoder och stöd påverkar elevernas motivation och engagemang i idrottslektioner och skolmiljön generellt. Resultaten från källorna visar att lärarnas beteende och stöd spelar en nyckelroll i att främja inre motivation, engagemang och välbefinnande hos eleverna. Det framgår tydligt att när läraren aktivt stöder elevernas behov och skapar positiva relationer i klassrummet ökar elevernas engagemang och motivation. Både autonomistöd och behovstillfredsställelse, särskilt inom områden som "relatedness" och "autonomistöd", har visat sig ha en betydande positiv effekt på elevernas inre motivation och välbefinnande.

Vidare forskning

Under vår undersökning så fanns det luckor i källorna vi har valt. En av dem var att vi inte hade en källa som undersökte motivationen hos eleverna eller lärarens undervisningsmetod i en svensk kontext. Detta hade varit passande eftersom att vi hade kunnat ha mer specifik nytta av att analysera en svensk källa för vår framtida yrkesprofession. Konsekvent hade vi fått en tydlig bild av de svenska skolelevernas motivation inom ämnet idrott och hälsa, samt vilka åtgärder vi hade kunnat ta för att gynna den.

Vidare forskning kan genomföras på följande sätt: Syftet kan vara att ta reda på hur lärarens undervisningsmetod påverkar elevernas motivation i en svensk kontext. Ett svenskt kontext innebär att utgångspunkten ligger i skolverket, kursplanens riktlinjer samt att forskningen utförs i svenska skolor bland svenska elever. För att kunna uppnå effektiv forskning så rekommenderar vi att undersökningen endast utförs antingen inom klasserna 7-9 eller gymnasieklassrum så att den inte blir för bred. I undersökningen analyseras lärarens undervisningsmetod, alltså vilka trender och mönster läraren använder i sin undervisning och hur detta påverkar elevmotivationen. Detta kan exempelvis mätas med en enkät med olika skalor som ger en tydlig bild av elevmotivationen.

Källhänvisning

André, A., Tessier, D., Louvet B., Girard, E. (30 Maj 2023) Teachers' perception of classes' engagement, observed motivating teaching practices, and students' motivation: A mediation analysis. Springer Link. Rouen. University of Rouen Normandie.

<https://doi.org/10.1007/s11218-023-09805-y>

Bryman, A. (2018). Samhällsvetenskapliga Metoder. 3:e uppl. Liber AB

Bryman, A., Bell E., Reck J., Fields J. (2022). Social Research Methods. Oxford University Press

Dolenc, Petra, (2022) Evaluating achievement motivation in physical education context: the use of the goal orientations in exercise measure. Journal of Psychological and Educational Research. Primorska. University of Primorska

<https://proxy.mau.se/login?url=https://www.proquest.com/scholarly-journals/evaluating-achievement-motivation-physical/docview/2681088410/se-2?accountid=12249>

González-Peño A., Franco, E., Coterón, J. (24 Februari, 2021). Do Observed Teaching Behaviors Relate to Students' Engagement in Physical Education? Environmental Research and Public Health. Madrid. Universidad Pontificia Comillas.

<https://doi.org/10.3390/ijerph18052234>

Huéscar Hernández, E., Antonio Moreno-Murcia, J., Ruíz González, L., León González, J.(16 Maj, 2019) Motivational Profiles of High School Physical Education Students: The Role of Controlling Teacher Behavior. Environmental Research and Public Health. Elche.

University of Elche.

<https://doi.org/10.3390/ijerph16101714>

Jung, H., Choi, E. (5 Juni 2014) The importance of indirect teaching behaviour and its educational effects in physical education. Taylor & Francis Online. Seoul. Seoul National University.

<http://dx.doi.org/10.1080/17408989.2014.923990>

Kahveci, H., (17 Mars 2023) The positive and negative effects of teacher attitudes and behaviors on student progress. Journal of Pedagogical Research. Eskişehir. Eskişehir

Osmangazi University.

<https://doi.org/10.33902/JPR.202319128>

Bagoien, T., E., Halvari, H., Nesheim, H. (2010) Self-determined motivation in physical education and its links to motivation for leisure-time physical activity, physical activity, and well-being in general. Sage Journals. Trondheim, Nord-Trøndelag University College

<https://doi.org/10.2466/06.10.11.13.14.PMS.111.5.407-432>

Koka, Andre, (2013), The Relationships Between Perceived Teaching Behaviors and Motivation in Physical Education: A One-Year Longitudinal Study. Taylor and Francis Online. Tartu. University of Tartu

<https://doi.org/10.1080/00313831.2011.621213>

Leo, F., M., Lopez-Gajardo, M. A., Rodriguez-Gonzalez, P., Pulido, J., J., Fernandez-Rio, J. (2023) How class cohesion and teachers' relatedness supportive/thwarting style relate to students' relatedness, motivation, and positive and negative outcomes in physical education. Science Direct. Cáceres. Universidad de extremadura

<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102360>

Lindwall, M., Stenling, A., Weman Josefsson, K. (2020). Motivation inom träning, hälsa och idrott, ett självbestämmande perspektiv. Studentlitteratur

Manenova, M., Knajfl, P., Wolf, J. (2022) Motivation and Performance of Students in School Physical Education in Which Mobile Applications Are Used. Sustainability. Hradec Kralove. University of Hradec Králové

<https://doi.org/10.3390/su14159016>

Osterlie, O., Mehus, I., (2020) The Impact of Flipped Learning on Cognitive Knowledge Learning and Intrinsic Motivation in Norwegian Secondary Physical Education. Education Sciences. Trondheim. NTNU-Norwegian University of Science and Technology

<https://doi.org/10.3390/educsci10040110>

Skolverket (2015) Motivation en viktig nyckel till elevers skolframgång. Skolverket.

<https://www.skolverket.se/skolutveckling/forskning-och-utvarderingar/artiklar-om-forskning/motivation-en-viktig-nyckel-till-elevers-skolframgang>

Sparks, C., Dimmock, J. Lonsdale, C., Jackson, B. (16 Juni, 2016) Modeling indicators and outcomes of students' perceived teacher relatedness support in high school physical education. Science Direct. Sydney. University of Western Australia.

<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.06.004>

Weinberg, R. & Gould, D. (2019). Foundations of Sport and Exercise Psychology. 7:e uppl. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers

Datum	Databas	Sökord	Begränsningar (år, peer-review ...)	Antal träffar	Valda artiklar (utifrån relevans för frågeställning)
11/13/2023	Scopus	“Motivation” AND “physical education” AND “Self-determination theory” AND “Teaching behavior”	2011-2023	43 Träffar	Do observed teaching behaviors relate to students’ engagement in physical education?
11/13/2023	Scopus	“Teacher behavior” and “student motivation” physical and education”	2014-2023	12 Träffar	Teachers’ Perception of Classes’ Engagement, Observed Motivating Teaching Practices, and Students’ Motivation: A Mediation Analysis
11/13/2023	Scopus	“Teacher behavior” and “student motivation” physical and education”	2014 - 2023	12 Träffar	The importance of indirect teaching behaviour and its educational effects in physical education
11/13/2023	Scopus	“Teacher behavior” and	2014 - 2023	12 Träffar	Motivational Profiles of High School

		“student motivation” physical and education”			Physical Education Students: The Role of Controlling Teacher Behavior
11/13/2 023	Scopus	“Teacher behavior” and “student motivation” physical and education”	2014 - 2023	12 Träffar	The positive and negative effects of teacher attitudes and behaviors on student progress
18/11/2 023	Scopus	motivation "secondary school" "physical education" teacher "self determination theory"	2013-2023	45 träffar	The Relationships Between Perceived Teaching Behaviors and Motivation in Physical Education: A One-Year Longitudinal Study
11/13/2 023	Scopus	teachers AND methods AND students AND motivation AND for AND physical AND education AND secondary AND school	2011-2023	65 träffar	Motivation and Performance of Students in School Physical Education in Which Mobile Applications Are Used
17/11/2 023	Scopus	motivation "Secondary	2013-2023	139 Träffar	How class cohesion and teachers’

		school" "Physical education" teacher			relatedness supportive/thwarting style relate to students' relatedness, motivation, and positive and negative outcomes in physical education
18/11/2023	Scopus	"Teacher behavior" AND "Self-determination theory" AND "Physical education"	2013-2023	20 Träffar	Modeling Indicators and Outcomes of Students' Perceived Teacher Relatedness Support in High School Physical Education
09/12/2023	Scopus	"Physical education" motivation "Secondary school"	Norge, Sverige, Danmark	16 Träffar	Self-determined Motivation in Physical Education and its Links to Motivation for Leisure-time Physical Activity, Physical Activity, and Well-being in general
17/11/2023	Scopus	motivation "secondary school" "physical education"	2013-2023	218 Träffar	Evaluating achievement motivation in physical Education context: the use of

					the goal orientations in exercise measure
17/11/2023	ERIC	"physical education" AND motivation AND "secondary school" AND norway	2013-2023	20 Träffar	The Impact of Flipped Learning on Cognitive Knowledge Learning and Intrinsic Motivation in Norwegian Secondary Physical Education