

Norges miljø- og biovitenskapelige universitet
Fakultet for samfunnsvitenskap
Institutt for landskapsplanlegging

Masteroppgave 2014
30 stp

Utearealenes betydning for fysisk aktivitet på ungdomsskoler

- en casestudie av Holmlia, Jordal og
Tokerud skole

The importance of outdoor space in physical activity
in middle schools

- A Case-study of Holmlia, Jordal and Tokerud school

Jenny Folkvord Hartveit

BIBLIOTEKSIDE

TITTEL

Utearealenes betydning for fysisk aktivitet på ungdomsskoler -
en casestudie av Holmlia, Jordal og Tokerud skole

TITLE

The importance of outdoor space in physical activity in middle schools -
A Case-study of Holmlia, Jordal and Tokerud school

FORFATTER

Jenny Folkvord Hartveit

HOVDVEILEDER

Anne Karine Halvorsen Thorén, professor i landskapsarkitektur, Institutt for
landskapsplanlegging

SIDETALL

144

OPPLAG

5 stk

EMNEORD

Fysisk aktivitet, aktivitetsnivå, aktivitetstyper, ungdom, ungdomsskole, utemiljø,
utearealer, skolegård, Oslo, Holmlia, Jordal, Tokerud

KEYWORDS

Physical activity, level of activity, types of activity, adolescent, middle school,
outdoor enviroment, outdoor spaces, schoolyard, Oslo, Holmlia, Jordal, Tokerud

FORORD

Første dag på Ås føles som en evighet siden, likevel har tiden gått så utrolig fort. I løpet av mine fem år på landskapsarkitekturstudiet har jeg lært utrolig mye. Viktigheten av faget er enorm, og det handler ikke kun om hva vi kan gjøre med landskapsarkitektur; det handler om å koble det opp mot andre fagområder for å løse viktige utfordringer for samfunnet og miljøet. For valg av tema til masteroppgaven, måtte jeg se tilbake på hva som har motivert og engasjert meg av prosjekter gjennom studiet. Jeg har jobbet med stedsutvikling for ungdom, prosjektert kulturpark med fokus på lek og opplevelse, og utviklet prinsipper for og tegnet utearealer på en ungdomsskole. Ved siden av studiene, er trening og fysisk aktivitet en lidenskap og ikke minst avkobling i hverdagen. Oppgaven har derfor blitt en kombinasjon av mitt fokus på studiet og mine interesser på fritiden.

Mitt mål med denne oppgaven er å se på hvilke faktorer som kan påvirke fysisk aktivitet blant ungdomskoleelever, herunder hvilken rolle utformingen av det fysiske utemiljøet spiller inn.

Jeg vil rette en stor takk til alle som har hjulpet meg gjennom dette halvåret:

Anne Karine Halvorsen Thorén, min veileder, for tett oppfølging og evne til å dele kunnskap og nettverk av relevante fagpersoner.

Elin Kolle og **Knut Eirik Dalene** ved NIH, som har gitt meg grunnlaget for denne oppgaven.

Skoleledelse, ansatte og elever ved Holmlia, Jordal og Tokerud skole, som har delt sine erfaringer og sin kunnskap.

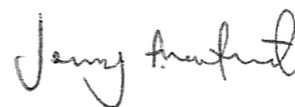
Jeg vil også takke:

Min forståelsesfulle samboer, Lars Floan Almlı, som har taklet min frustrasjon, samtidig som sin egen masteroppgave.

Mamma og pappa som gang på gang har gitt meg troa på meg selv!

Fetteren min, Edward, for å gi meg forståelse for at ungdom er ungdom, men fremdeles ganske mye barn.

Ås 30.05.14
Jenny Folkvord Hartveit



SAMMENDRAG

Utearealenes betydning for fysisk aktivitet på ungdomsskoler – en casestudie av Holmlia, Jordal og Tokerud skole.

BAKGRUNN OG UTGANGSPUNKT

Inaktivitet fører til helseproblemer og livsstilssykdommene er en av de største folkehelseutfordringene i landet. Tiden hvor aktivitetsnivået har størst endring, er fra man er ni til femten år. Samtidig reduseres tiden ungdom er i aktivitet gradvis, og stillesitting øker. Det er skremmende hvordan teknologien har tatt over den sosiale hverdagen. Hva skjedde med «boksen går» og samling på «løkka» for å spille ball? Hva gjør ungdommen i friminuttet etter en time med stillesitting?

Helsedirektoratets rapport «Fysisk aktivitet blant 6-, 9- og 15- åringer i Norge» tar for seg barn og unges aktivitetsnivå på skoler i hele landet. I Norge anbefales barn og unge å være i fysisk aktivitet i minimum 60 minutter per dag. Denne rapporten viste 15 åringene kun oppfylte halve tiden.

PROBLEMSTILLING

Rapporten til Helsedirektoratet er utgangspunktet til denne studien som har til hensikt å undersøke fysisk aktivitet på ungdomsskoler.

Med et spesielt fokus på utemiljøet og hvordan skolens utearealer påvirker ungdommene, ble problemstillingen i oppgaven følgende: hvilke faktorer kan påvirke fysisk aktivitet blant ungdomsskoleelever? Tre hovedspørsmål ble laget for å dekke de ulike temaene som problemstillingen berørte; aktivitetsnivå, aktivitetstyper og utemiljø.

METODE

Med utgangspunkt i UngKan 2- undersøkelsen valgte jeg å bruke case som metode. Med ulike kriterier ble tre ungdomsskoler i Oslo-øst valgt ut. Hovedkriteriet var at skolene skulle ha ulike aktivitetsnivåer. Holmlia skole ble valgt ut som den skolen med høyeste aktivitetsnivå. Valget av den skolen med nærmeste gjennomsnittlige nivå ble Jordal skole. Skolen med laveste aktivitetsnivå var Tokerud skole. Som videre metode for å kunne sammenligne skolene, valgte jeg å bruke: «ungdomstråkk», feltobservasjon og analyser av det fysiske miljøet.

RESULTATER

Felles for alle skolene er at ungdommene «henger» med venner i nærheten av et inngangsparti og forlater skolens områder i «storefri». De går enten hjem, på butikken eller på «senteret». Det er gjennomgående forskjeller mellom gutter og jenter i aktivitetsmønster.

Skolegårdens arealstørrelse har lite å si for aktivitetsmønsteret, men det er viktig at skolen er tilknyttet arealer som elevene kan disponere både i friminutt og i undervisningen. Ungdom bruker harde flater og oppbygd terreng. De bruker i liten grad natur og ulendt terreng.

Bygningsstrukturen har mye å si for romlighet og skyggeforhold. Et par av skolene har store skyggeflater over lengre perioder av skoledagen og dette påvirker hvilke områder elevene bruker.

Friminuttstrukturen har betydning for hvor mye tid elevene får til å være utendørs. Hvordan friminuttene er organisert kan også ha betydning. Flere friminutt ser ut til å gi et høyere aktivitetsnivå.

Et godt samspill mellom ledelse, lærere og elever gir gjensidig respekt. Engasjerte lærere ser ut til å motivere ungdom i organisert og uorganisert skoletid.

ABSTRACT

Outdoor space importance of physical activity in middle schools – a Casestudy of Holmlia, Jordal and Tokerud school.

BACKGROUND

Inactivity causes health problems and lifestyle diseases are one of the biggest public health challenges in the country. The biggest change happens from when we are nine to fifteen years old. At the same time adolescents activity level reduced and sedentary behaviour increases. It is alarming how the social life has been replaced with technology. What happened to «boksen går», gathering at «løkka» to play ball? What do adolescent do after an hour of sitting inside?

The Norwegian Directorate of Health's report "Physical activity among 6-, 9- and 15- year olds in Norway» studied children and adolescents activity levels in schools throughout Norway and recommend young people to be physically active for at least 60 minutes per day. The report concludes that 15 year olds only achieve approximately 50% of that.

OBJECTIVES

The Directorate of Health's report is the base of this report and it examines the level of physical activity in Norwegian middle schools.

The report emphasizes on outdoor environment and how schoolyards affect adolescents. The objective of this study is to assess key factors that influence physical activity among middle schoolers. Three main questions were assessed to cover the various topics of the issue involved; level of activity, activity types and outdoor environments.

METHODS

Based on the UngKan 2 - study I chose to use Case-Study research. With different criteria, three middle schools in eastern Oslo were selected. The main criteria was that the schools ought to have different activity levels. Holmlia was found to have the highest level of activity, Tokerud the lowest and Jordal average. As a method to compare schools I chose to use: «ungdomstråkk», field observation and analysis of the physical environment.

RESULTS

The research found all schools to have in common that adolescents are «hanging out» with friends close to the entrances and leaving school areas in the «lunch break». Adolescents either go home, to the store or to the mall There are differences between boys and girls in the activity pattern.

The size of the schoolyard has little impact on activity pattern, but it is important that the school is affiliated with areas the students can predispose both in breaks and in class. Adolescents use hard surfaces and constructed terrain and are rarely rarely spending time in green areas.

The construction of the school building is important plays a key part in the spatiality and amount of sun and shade. Two of the schools had large shadow surfaces for a longer period of the school day and this affected which area were used.

The number of breaks between classes has an impact on how much time adolescents spent outside. How the breaks were organized was also to be important whereas more breaks seemed to lead to higher activity levels.

The interaction between management, teachers and students provides mutual respect. Committed teachers seem to motivate youth in organized and unorganized school hours.



Bilde 1.0 skateanlegg, Jordal

INNHOLD

BIBLIOTEKTSIDE.....	II
FORORD.....	III
SAMMENDRAG.....	IV
ABSTRACT.....	V
INNHOLD.....	VI

DEL 1.....

1	INNLEDNING.....	1
1.1	MIN MOTIVASJON.....	2
1.2	SAMFUNNETS MOTIVASJON.....	2
1.3	OPPGAVENS UTGANGSPUNKT & AVGRENSNING.....	4
1.4	OPPGAVENS STRUKTUR SOM MODELL.....	5
1.5	DEFINISJONER.....	6
1.6	OVERSIKT OVER BILDER, FIGURER & TABELLER.....	7
2	KUNNSKAPSBAKGRUNN.....	11
2.1	FYSISK AKTIVITET.....	12
2.2	UNGDOM.....	13
2.3	SKOLE.....	15
2.4	KUNNSKAPSHULL.....	19
3	PROBLEMSTILLING.....	21
3.1	FORKLARINGSVARIABLER.....	22
3.2	PROBLEMSTILLING.....	23

DEL 2.....	
4	METODE.....25
4.1	HVORFOR CASE SOM METODE?.....26
4.2	HVILKE FAKTORER KAN PÅVIRKE FYSISK AKTIVITET BLANT UNGDOMSSKOLEELEVER??.....32
4.3	METODEPROBLEMER OG VURDERING AV DATAENE KVALITET.....38
4.4	ETISKE PROBLEMER.....39
5	HOLMLIA.....41
5.1	BESKRIVELSE AV SKOLEGÅRDEN.....45
5.2	SKOLENS ORGANISATORISKE BRUK.....45
5.3	RESULTATER.....47
5.3.1	«UNGDOMSTRÅKK».....47
5.3.2	FELTOBSERVASJON.....52
5.3.3	ANALYSE AV DET FYSISKE MILJØ.....58
5.4	OPPSUMMERING.....62
6	JORDAL.....65
6.1	BESKRIVELSE AV SKOLEGÅRDEN.....69
6.2	SKOLENS ORGANISATORISKE BRUK.....69
6.3	RESULTATER.....71
6.3.1	«UNGDOMSTRÅKK».....71
6.3.2	FELTOBSERVASJON.....76
6.3.3	ANALYSE V DET FYSISKE MILJØ.....80
6.4	OPPSUMMERING.....84
7	TOKERUD.....89
7.1	BESKRIVELSE AV SKOLEGÅRDEN.....93
7.2	SKOLENS ORGANISATORISKE BRUK.....93
7.3	RESULTATER.....95
7.3.1	«UNGDOMSTRÅKK».....95
7.3.2	FELTOBSERVASJON.....100
7.3.3	ANALYSE V DET FYSISKE MILJØ.....105
7.4	OPPSUMMERING.....108

DEL 3.....
8 DISKUSJON.....	113
8.1 HVILKE AKTIVITETSTYPER FORETREKKER UNGDOM?.....	114
8.2 HVILKEN BETYDNING HAR UTFORMINGEN AV SKOLENS UTEAREALER FOR AKTIVITETSMØNSTERET?.....	114
8.3 HVORDAN PÅVIRKES SKOLENS ORGANISATORISKE OG PEDAGOGISKE OPPLEGG FYSISK AKTIVITET I SKOLEHVERDAGEN?.....	117
8.4 HVILKE FAKTORER KAN PÅVIRKE FYSISK AKTIVITET BLANT UNGDOMSSKOLEELEVER?.....	119
8.5 METODEREFLEKSJON.....	120
ETTERORD.....	123
LITTERATURLISTE.....	124
VEDLEGG.....	128



DEL 1 bakgrunn

1 INNLEDNING

Som bakgrunn for denne oppgaven har jeg en egen motivasjon for valg av tema, samt at jeg ser viktigheten for samfunnets del. Innledningsvis tas opp viktige temaer rundt fysisk aktivitet blant ungdom, og det utdypes hva fysisk aktivitet er. Hvorfor er det viktig å se på fysisk aktivitet blant ungdomsskoleelever?

1.1 MIN MOTIVASJON

Gjennom studiene er det to ting som har gitt meg styrke til å fullføre hvert semester; fysisk aktivitet og god helse. Det har vært perioder hvor jeg har valgt bort trening og glemt matpakka fordi studiene har tatt for stor plass, og hver gang har effektiviteten og gleden forsvunnet.

Samtidig har jeg tenkt tilbake på min oppvekst og hva som har formet meg. Jeg har vokst opp på gård, danset ballett og trivdes godt på skolen. Dette har ført til en aktiv hverdag i oppveksten. Jeg har vært heldig som har motiverende foreldre som har gitt meg glede rundt dette.

Mitt aktivitetsnivå var kanskje over snittet, selv for ti år siden, men det vi ser i forskningen i dag er ikke en god utvikling. Jeg ønsker å undersøke om jeg som landskapsarkitekt kan bidra til å øke ungdommers fysiske aktivitet og helse. Påvirker utemiljøet hva ungdommer foretar seg?

1.2 SAMFUNNETS MOTIVASJON

Overgangsfasen fra barn til voksen oppleves ofte som en tid med store endringer i kropp og sinn, og man kan fort bli i en slags opposisjon mot reglene hjemme og på skolen. Ungdom er i en fase med usikkerhet og ønske om å passe inn. På samme tid som de skal bli kjent med seg selv, må viktige valg i livet gjøres. Det er nå de skal velge hvilken vei de vil gå videre i skole og utdanning. Vennskap endres og fritidsaktiviteter krever at de satser alt hvis de skal fortsette. Med de forandringer som skjer i puberteten er det naturlig at også bruken av utearealer endrer seg, både i aktivitetsnivå og type aktivitet.

Skolens struktur endrer seg likevel ikke, selv om barn føler seg mer voksen når de begynner på ungdomsskolen. I mellom undervisningsøktene er det fremdeles friminutt og utearealene er viktig for elevenes rekreasjon og den uorganiserte leken. Gjennom hele grunnskolen har barn og unge rundt 2000 timer friminutt, de fleste tilbragt i skolegården. Dette utgjør over 80 dager, og er avgjørende for elevenes fysiske aktivitet. Regnes antall kroppsøvingstimer, utgjør faget ca. 800 timer, i overkant av 30 dager.

HVA ER FYSISK AKTIVITET?

Fysisk aktivitet kan defineres som «all slags kroppsbevegelse utført av skjelettmuskulatur som øker energiforbruket» (Berg og Mjaavatn, 2009). Regelmessig fysisk aktivitet gjennom hele livet er nødvendig for utvikling av kroppen fra barn til voksen, og for å forebygge sykdom.

I Norge topper livsstilssykdommene listene over folkehelseutfordringene (WHO, 2003 og Kolle et. al., 2012). Inaktiv, usunn livsstil fører blant annet til hjertesykdom, kreft, diabetes type 2, overvekt og psykiske lidelser. Dette øker også blant den yngre delen av befolkningen og disse plagene kunne vært unngått ved endrede livsstilvaner (ibid). Et sunnere kosthold, mindre tobakk og mer fysisk aktivitet er avgjørende faktorer for å forebygge livsstilssykdommer (Kolle et. al., 2012).

Fysisk aktivitet er et av de beste tiltakene og med størst effekt i forhold til folkehelsen (Henriksson & Sundberg 2009). Det er godt dokumentert at regelmessig fysisk aktivitet øker fysisk styrke, hjerte-lungekapasitet, livskvalitet, god selvfølelse, antall leveår og reduserer beintretthet (ibid). Berg og Mjaavatn skriver i «Aktivitetsboka» (2009) at livsstilssykdommene avtar ved regelmessig fysisk aktivitet. Det er ikke kun den fysiske helsen hvor fysisk aktivitet har innvirkning, men også på den psykiske.

HVA MED UNGDOMMENS FYSISK AKTIVITET?

Helseproblemer forårsaket av inaktivitet er et økende samfunnsproblem. Den landsdekkende forskningsrapporten til Kolle (2012) har funnet ut at reduksjonen av tiden vi er fysisk aktive, er tydelig allerede fra vi er 6 til 9, men at aktivitetsnivået reduseres ytterligere fra 9 til 15 år. Det er derfor viktig å se på hvordan det er mulig å forebygge denne økende inaktiviteten og forebygge mot helsefarene på det stadiet hvor vi ser en signifikant endring i aktivitetsnivå.

Det er ikke kun slik at den fysiske aktiviteten reduseres i ungdomstida, også tiden hvor ungdom sitter helt stille, har økt de siste årene (Kolle et. al., 2012). Det er skremmende hvordan teknologien har tatt over den sosiale hverdagen. Hva skjedde med «boksen går» og samling på «løkka» for å spille ball? Hva gjør ungdommen i friminuttet etter 60-90 minutters stillesitting?

Helsedirektoratet anbefaler at barn og unge skal være i fysisk aktivitet i minimum 60 minutter daglig, men 15 åringer oppfyller kun halvparten (ibid). SEFs engasjement i forbindelse med skolens utearealer er nettopp bekymringen for den generelle utviklingen av overvekt i samfunnet (ref. Thorén, 2003). Barn og unge er intet unntak, og 9 og 15 åringer er i 2002 tre kilo tyngre enn for ti år siden (ibid).

I løpet av dette halvåret har jeg observert ungdommer og deres forhold til, og ikke minst muligheter for fysisk aktivitet på skolens uteområder. Jeg er overrasket over hvor lite fantasi og få tanker ungdommer har om hva de kan foreta seg når de er ute, både på skolen og i fritiden.

1.3 OPPGAVENS UTGANGSPUNKT & AVGRENSNING

Som utgangspunkt for denne oppgaven, inngikk jeg et samarbeid med Idrettshøgskolen, ved Elin Kolle som har gjort studier på 6-, 9- og 15-åringer og deres fysiske aktivitet (Anderssen et. al., 2008 og Kolle et. al., 2012). Som tidligere nevnt er dette en landsdekkende studie, gjort med akselerometere. Undersøkelsene, UngKan 1 og Ungkan 2 (Anderssen et. al., 2008 og Kolle et. al., 2012) viste en reduksjon i aktivitetsnivået fra 6 til 15 åringer. Selv om man har de beste forutsetningene i puberteten (Malina et. al, 2004 og Tonkonogi and Bellardini, 2013), viser resultatene (Anderssen et. al., 2008 og Kolle et. al., 2012) at aktivitetsnivået reduseres med 69,6 prosent.

Fra tidligere studier vises det at skolens utearealer kan ha betydning for barn og unges fysisk aktivitet gjennom skoledagen (se kap. 2.3). UngKan 2- undersøkelsen så også på fysisk aktivitet i forhold til utforming av skoleareal, men de fant ingen sammenheng mellom fysisk aktivitet i skoletiden og bruksareal per elev. Likevel er det grunn til å tro at metodebruken på denne studien ikke egnet seg godt nok for å se sammenhengen mellom disse to punktene. UngKan 2 var en svært tidkrevende undersøkelse og å gjøre studier på hver enkelt elevs nettoareal, som ville vært optimalt for studien, ville tatt for lang tid.

UngKan 2 omfattet 103 skoler fordelt på barne-, kombi- og ungdomsskoler over hele landet. I utgangspunktet ønsket jeg å se på fysisk aktivitet og det psykososiale aspektet (blant annet trivsel og mobbing) på ungdomsskoler og hvordan utearealer påvirker disse to faktorene. På grunn av tid, og ikke minst hvilken informasjon som var tilgjengelig, valgte jeg å stryke det psykososiale aspektet. Dette er et sensitivt tema og det ville vært langt vanskeligere å få til et samarbeid med skolene for å hente ut denne typen informasjon om mindreårige.

Avgrensningen ble, med utgangspunkt i UngKan 2, ungdomsskoler og ungdommens aktivitetsnivå i skoletiden (09.00-14.00) mandag til fredag. Metodekapittelet viser flere avgrensninger som var nødvendige for oppgavens avgrensning og problemstilling.

1.4 OPPGAVENS STRUKTUR SOM MODELL



Fig. 1.1 oppgaven vist som modell

1.5 DEFINISJONER

BEGREPSAVKLARING

Barneskole:	1.-7. klasse
Ungdomsskole:	8.-10. klasse
Kombinert skole:	1.-10. klasse
Grunnskole:	1.-10. klasse, 5-16 år
Ungdom:	13-16 åringer
Innvandrere: (SSB)	personer der begge foreldre er født i utlandet
Skolegård:	skolens tomt
Netto uteareal:	tilgjengelig bruksareal; bruttoareal med fratrekk for bygninger, parkeringsplasser og annet trafikkareal (Thorén, 2003)
Skolens utearealer/uteområder: «Storefri»:	netto utearealer i bruksarealer i nærområdet skolens lengste friminutt, varierer fra 40-45 min på de ulike skolene
Fysisk aktivitet:	all kroppslig bevegelse produsert av skjelettmuskulatur som resulterer i en vesentlig økning av energiforbruket utover hvilenivå
Aktivitetsnivå:	den tiden kroppen er i fysisk aktivitet, måles i min/dag (anbefalt min. 60 min/dag) (Kolle, 2012) aktivitetsnivå deles inn i tre faser, stillesitting, inaktivitet og fysisk aktivitet

FORKORTELSER

Hdir:	Helsedirektoratet
HEMIL:	Senter for forskning om helsefremmende arbeid, miljø og livsstil
KUD:	Kultur- og kirkedepartementet
KUF:	Kirke-, utdannings- og forskningsdepartementet
NIBR:	Norsk institutt for by- og regionsforskning
NIH:	Norges idrettshøgskole
NMBU:	Norges miljø- og bioteknologiske universitet
SEF:	Samarbeidsforum for estetiske fag
SSB:	Statistisk sentralbyrå
Ude:	Utdanningsetaten

1.6 OVERSIKT OVER BILDER, FIGURER & TABELLER

- fig. 1.1 oppgaven vist som modell
- fig. 2.1 kunnskapshull som figur
- fig. 3.1 forklaringsvariabler på hva som fører til fysisk aktivitet og hva fysisk aktivitet fører til
- fig. 4.1 rangering av kriteriene av ulikheter og likheter
- fig. 4.2 skolene som var med i UngKan 2 i Oslo kommune (Kolle et. al., 2012)
- fig. 4.3 skolene fra UngKan 2; Oslo-skoler, skoler på østkanten og ungdomsskoler i Oslo
- fig. 4.4 ungdomsskolene i Oslo
- fig. 4.5 kart bearbeidet etter SSBs inndeling av øst-vest bydeler (Samfunnsspeilet, 1997 & 2001)
- fig. 4.6 kart til «ungdomstråkk» med supplerende spørsmål
- fig. 4.7 kart til feltobservasjonen
- fig. 5.1 Holmlias beliggenhet i Oslo kommune
- fig. 5.2 forenklet kart over Holmlia skole
- fig. 5.3a guttenes bruk og bevegelse på skolen
- fig. 5.3b guttenes mislikte steder
- fig. 5.3c guttenes savn og ønsker i skolens nærområder
- fig. 5.4a jentenes bruk og bevegelse på skolen
- fig. 5.4b jentenes mislikte steder
- fig. 5.4c jentenes savn og ønsker i skolens nærområder
- fig. 5.5a fordeling av kjønn i ti minutter friminuttene
- fig. 5.5b fordeling av kjønn i «storefri»
- fig. 5.6a fordeling av aktivitetsnivå i ti minutter friminuttene
- fig. 5.6b fordeling av aktivitetsnivå i «storefri»
- fig. 5.7 helningsgrad i områdene rundt Holmlia skole
- fig. 5.8 vegetasjonstyper rundt Holmlia skole
- fig. 5.9 aksonometrisk tegning av skolegård og skyggedannelse midt på dagen
- fig. 5.10 kart over skolegårdens funksjoner, innganger, dekker og vegetasjon
- fig. 5.11 oversikt over jentene og guttenes bruk i forhold til utforming av skolegården
- fig. 5.12 oversikt over elevenes aktivitetsnivå i forhold til utforming av skolegården
- fig. 6.1 Jordals beliggenhet i Oslo kommune

- fig. 6.2 forenklet kart over Jordal skole
- fig. 6.3a guttenes bruk og bevegelse på skolen
- fig. 6.3b guttenes mislikte steder
- fig. 6.3c guttenes savn og ønsker i skolens nærområder
- fig. 6.4a jentenes bruk og bevegelse på skolen
- fig. 6.4b jentenes mislikte steder
- fig. 6.4c jentenes savn og ønsker i skolens nærområder
- fig. 6.5a fordeling av kjønn i ti minutter friminuttene
- fig. 6.5b fordeling av kjønn i «storefri»
- fig. 6.6a fordeling av aktivitetsnivå i ti minutter friminuttene
- fig. 6.6b fordeling av aktivitetsnivå i «storefri»
- fig. 6.7 helningsgrad i områdene rundt Jordal skole
- fig. 6.8 vegetasjonstyper rundt Jordal skole
- fig. 6.9 aksonometrisk tegning av skolegård og skyggedannelse midt på dagen
- fig. 6.10 kart over skolegårdens funksjoner, innganger, dekker og vegetasjon
- fig. 6.11 oversikt over jentene og guttenes bruk i forhold til utforming av skolegården
- fig. 6.12 oversikt over elevenes aktivitetsnivå i forhold til utforming av skolegården
- fig. 7.1 Tokeruds beliggenhet i Oslo kommune
- fig. 7.2 forenklet kart over Tokerud skole
- fig. 7.3a guttenes bruk og bevegelse på skolen
- fig. 7.3b guttenes mislikte steder
- fig. 7.3c guttenes savn og ønsker i skolens nærområder
- fig. 7.4a jentenes bruk og bevegelse på skolen
- fig. 7.4b jentenes mislikte steder
- fig. 7.4c jentenes savn og ønsker i skolens nærområder
- fig. 7.5a fordeling av kjønn i «storefri»
- fig. 7.5b fordeling av kjønn i ti minutter friminuttene
- fig. 7.6a fordeling av aktivitetsnivå i «storefri»
- fig. 7.6b fordeling av aktivitetsnivå i ti minutter friminuttene
- fig. 7.7 helningsgrad rundt Tokerud skole
- fig. 7.8 vegetasjonstyper rundt Tokerud skole

- fig. 7.9 aksonometrisk tegning av skolegård og skyggedannelse midt på dagen
- fig. 7.10 kart over skolegården, funksjoner, innganger, dekke og vegetasjon
- fig. 7.11 oversikt over jentene og guttenes bruk i forhold til utforming av skolegården
- fig. 7.12 oversikt over elevenes aktivitetsnivå i forhold til utforming av skolegården
- fig. 8.1 hvordan skolene henvender seg mot nærmiljøet, hhv. Holmlia skole, Jordal skole, Tokerud skole

- Tabell 4.1 elever som var med i «ungdomstråkk»-undersøkelsen
- Tabell 4.2 værforhold ved feltobservasjonene
- Tabell 5.1 tildelt tid for friminutt og kroppsøving, samt tiden de er i aktivitet i friminutt per dag
- Tabell 5.2 oversikt over elevenes besvarelser i «ungdomstråkk», Holmlia
- Tabell 6.1 tildelt tid for friminutt og kroppsøving, samt tiden de er i aktivitet i friminutt per dag
- Tabell 6.2 oversikt over elevenes besvarelser i «ungdomstråkk», Jordal
- Tabell 7.1 tildelt tid for friminutt og kroppsøving, samt tiden de er i aktivitet i friminutt per dag
- Tabell 7.2 oversikt over elevenes besvarelser i «ungdomstråkk», Tokerud

Alle figurer og tabeller er egenprodusert, kart og planer som er brukt til å lage figurkart er hentet fra skog&landskap (www.skogoglandskap.no/kart/arealressurskart) og Norkart, Geovekst og kommunene (www.finn.no/kart)

- Bilde 8.1 Bilde 8.1 NM i konebæring, 2008, Nyborg skole, Trondheim, foto: Anette Hartveit Jonassen
- Bilde 9.1 En vanlig hverdag i 1993, på jobb i skogen, foto: Knut Hartveit

Bilder uten kilde er tatt av meg, bilder av personer har gitt sin tillatelse til at bildet er brukt i denne oppgaven.



Bilde 2.1 Litteratur & forskning til oppgaven

2 KUNNSKAPSGRUNNLAG

Formålet med denne studien er å frembringe kunnskap om utearealene på ungdomsskoler og hvordan de gir mulighet for fysisk aktivitet. Jeg ønsker å få mer kunnskap om faktorer i skolegården som leder til fysisk aktivitet.

Det er fire temaer som berører min studie; fysisk aktivitet, ungdom, skole og utemiljø. Teorigrunnlaget mitt er dannet på grunnlag av disse fire temaene og tar for seg tidligere forskning og danner til slutt et kunnskapshull.

Forskningen jeg viser til, er først lest i større, samlede rapporter (Hdir, 2014, Kollé et. al., 2012, Thorén, 2003, Udir, 2006, Schmidt, 2004) deretter har jeg gått i inn i dybden av relevant forskning for min studie.

2.1 FYSISK AKTIVITET

Fysisk aktivitet kan være alt fra lek til egentrening, til ulike idrettsgrener. Berg og Mjaavatt (2009) beskriver barn og unges fysiske aktivitet som enten spontan, planlagt eller organisert. Mulighetene for spontan aktivitet er i dag svært utsatt på grunn av urbanisering, transportsystem og andre farer i forbindelse med lek.

Vi har ulike preferanser for hva og hvordan vi liker å være aktive. I følge Steen-Johnsen og Neumann (2009) kan fysisk aktivitet deles inn i fire; *fysisk aktivitet i interaksjon med et naturelement* (tur i marka, klatring, seiling, ski), *fysisk aktivitet som innebærer bruk av egen kropp* (løping, trening i studio, svømming), *fysisk aktivitet i form av én-til-én aktiviteter* (bryting, tennis, kappestrid) og *fysisk aktivitet utført i fellesskap* (lagspill, familietur). Disse kategoriene kan gå over i hverandre og har ikke et skarpt skille seg i mellom.

Ved bevilgning av penger til nærmiljøanlegg, som ofte er tilknyttet skoler, er det i mange tilfeller kunstgressbaner som blir oppført. Hvorfor er det slik at ballspill, og spesielt fotball, ofte dominerer i skolens forsøk på fysisk aktivitet? Hva tilbys den gruppen av ungdommer som ikke tiltrekkes av denne typen aktiviteter?

STILLESITTING OG INAKTIVITET

Dagens samfunn tilrettelegger i en større grad for fysisk inaktivitet enn tidligere. Vi kjører til og fra jobb, og til og med når vi skal på treningscenteret! Vi bruker stadig mer tid foran PC, TV og mobil og mindre tid i naturen.

HEVAS-undersøkelsen, «Helsevaner blant skoleelever», i Norge, er en del av en WHO-undersøkelse i flere land, som sist undersøkte «Trender i helse og livsstil blant barn og unge 1985-2005» (Samdal, 2009). Resultatene når det gjelder fysisk aktivitet, viser at aktivitetsnivået har små endringer over tid, med en trend til økning både for jenter og gutter over de to siste årene, 2001 og 2005. Denne undersøkelsen var gjort på selvrapporing, i motsetning til UngKan 2-undersøkelsen (Kolle et. al., 2012) som viste motsatt trend. Ved sammenligning av resultatene fra UngKan 1 og 2 (Anderssen et. al., 2008 og Kolle et. al., 2012) viser det seg at aktivitetsnivået har gått ned signifikant blant 15 årige jenter, mens det ikke var noen endring blant guttene, annet enn et lavere aktivitetsnivå ved lav intensitet. Sammenligningen viste også en økning i stillesittende tid blant barn og unge, som i seg selv er en helseserisiko. Dette må tas alvorlig, på lik linje som at aktivitetsnivået går ned med økende alder.

Undersøkelsen til HEVAS (Samdal, 2009) tar også for seg PC-bruk og TV-titting. Tiden ungdommer bruker foran PC har økt betraktelig fra 1997 til 2005, og det er spesielt tiende klasse som bruker mest tid. En gutt i tiende klasse rapporterte i 2001 at han brukte 17 timer på PC, mens tiden i 2005 hadde økt til 31 timer ukentlig. Samtidig som PC-bruken øker kraftig, går tiden unge bruker foran TV ned. I en annen spørreundersøkelse, gjort av NOVA (2004), viste det seg at barn i Oslo som sitter mye foran PC, også er aktive utendørs. (Endrestad et al, 2004).

Det kan se ut til at barn og unge bruker tiden på PC-bruk i stedet for annen stillesittende inneaktivitet. Er det de sosiale mediene som har gjort oss mer inaktive eller er det andre faktorer som spiller inn?

HVILKE KONSEKVENSER HAR INAKTIVITET?

Inaktivitet kan føre til overvekt og fedme. Det er en klar sammenheng mellom disse faktorene, men hvorfor er det slik at noen velger å være aktive og andre ikke? Med dagens press på ungdom om å se bra ut, prestere godt på skolen og være best i sin idrett, er det kanskje ikke så rart at noen faller av i det overveldende presset? Sanderud (2010) har skrevet en masteroppgave om overvektig ungdom og hvilke aktiviteter de finner attraktive. De fleste syntes aktiviteter i lag eller grupper var morsomst. Få mente det var meningsfullt å gjøre aktiviteter alene og det var viktig med veksling mellom lek og alvor. Oppgaven konkluderer med at overvektig ungdom finner fysisk aktivitet meningsfull når det gir en opplevelse av mestring, glede og høydepunkter i livet, og fellesskap med venner (ibid). Gjelder deres preferanser andre grupper enn overvektige? Kan studien overføres til vanlig ungdom uten vektproblemer?

2.2 UNGDOM

Sallis (2000) finner i litteraturstudier, basert på artikler fra engelskspråklig litteratur gjort mellom 1970 og 1998, ulike relasjoner som påvirker vår fysiske aktivitet både i positiv og negativ forstand. Relasjonene som Sallis fant i sin review av ulike studier, var av betydning og kan deles inn i tre kategorier; gitte faktorer: *kjønn* og *etnisitet* (slik du er født), ytre motivasjon: *overtalelse fra andre, aktive søsken, foreldre som bidrar/motiverer, deltagelse blant andre i lokalmiljøet og muligheter for å være i aktivitet* (hvordan andre påvirker) og indre motivasjon: *egen intensjon, tidligere aktivitet, kunnskap om effekten av fysisk aktivitet* (det du selv føler).

Som tidligere nevnt, er ungdom i en fase hvor de prøver «å finne seg selv». Ungdom påvirkes lett av ytre faktorer og dermed blir ytre motivasjon viktig i denne alderen. Hvis ikke foreldre støtter dem eller det ikke er «kult» blant gutta «å stikke på løkka» for å spille ball, har de lett for å bli påvirket negativt til å la være å drive med fysisk aktivitet.

Egen motivasjon er en av de viktigste faktorene når vi skal bli motivert for å nå ulike mål i livet. Det er vanskelig å få motivasjon til å begynne å trene uten egen vilje, eller å jobbe med skole hvis man ikke forstår hvorfor det er viktig for en selv. Hvordan påvirkes ungdommen? Har ytre og indre motivasjon noe å si for hva de velger? Hvilke aktivitetstyper foretrekker majoriteten? Er det noen aktiviteter som dominerer generelt eller finnes det ulike trender fra sted til sted?

Slutter man å være fysisk aktiv i ungdomsårene vil det være vanskeligere å bygge opp kroppens styrke, kondisjon og utholdenhet i senere tid. Dette er viktige byggesteiner for at kroppen skal kunne fungere (Malina et. al, 2004 og Tonkonogi and Bellardini, 2013). Hvordan tilrettelegger skolen for fysisk aktivitet? Påvirker skoleledelse og lærere elevenes motivasjon og forståelse for viktigheten av fysisk aktivitet?

I en studie, gjort av Ingunn Fjørtoft (1999), fant hun en sammenheng mellom det motoriske utviklingsnivået og utemiljø. Det viser seg at «utebarnehager» med ulendt terreng gir barn bedre motorisk utvikling enn «utebarnehage-barn» med flatt terreng. Kan denne studien være overførbart til ungdom? Kan terrenget på skoletomta påvirke hvordan ungdom bruker arealene? Det er få studier relatert til hvordan ungdom påvirkes av terreng og utforming av ulike anlegg.

KJØNN

Litteraturstudien til Sallis (2000) undersøkte blant annet ulikheter mellom gutter og jenter. 27 av 28 studier på ungdom i alderen 13-18 år, viste at gutter var mer aktive enn jenter. Blant aldersgruppen 4-12 år var ulikhetene mellom kjønn så høy som 81 prosent.

Det finnes studier i Norge som også finner variasjoner mellom kjønnene i ungdomsalderen. UngKan 1 og 2 (Anderssen et. al., 2008 og Kolle et. al., 2012) fant forskjeller mellom gutter og jenter både i 9 og 15 årsalderen, men ingen forskjell hos seksåringene. Det er vanskelig å sammenligne UngKan- undersøkelsene opp mot Sallis' litteraturstudie på barn, men både Sallis og Kolle finner variasjoner blant ungdom.

En studie av nærmiljøanlegg, barn og fysisk aktivitet i skolegården (Schmidt, 2004) observerte barn på fire barneskoler, tre i Oslo og en på Karmøy. På skolene ble det observert ulikheter i hva slags type aktiviteter guttene og jentene foretrekker. Hos jentene er det fysiske og sosiale knyttet nært opp mot hverandre. «Det å være sammen er like viktig som det å gjøre noe sammen». For guttenes del er det, ikke overraskende, fotballen som regjerer. Gjelder dette ungdommen også? Er det forskjell mellom jenter og gutter i aktivitetsnivå? Har kjønn noe å si for hvilken type aktivitet man velger å gjøre? Og hva gjør ungdommer i friminuttene?

Studiene viser at gutter har et høyere aktivitetsnivå og er mer opptatt av aktiviteter hvor kroppen tas i bruk. Det er færre funn på hvilke aktiviteter jenter liker, som også øker den fysiske aktiviteten. Hvilke tiltak bør gjøres for at jentene skal bli aktivisert?

ETNISITET

«Sosiale ulikheter i fysisk aktivitet blant ungdom i Oslo» er en delstudie av «Helseundersøkelsen i Oslo», gjort av Morland (2005). Hun finner i sin studie store forskjeller i aktivitetsnivå blant vestlig og ikke-vestlig ungdom. Det er langt færre ikke-vestlige ungdommer som trener, og forskjellen i aktivitetsnivå mellom gutter og jenter er enda tydeligere her (ibid). Kan de store forskjellene være knyttet opp mot kultur og tradisjoner?

Ungdom med innvandrerbakgrunn er sjeldnere med i idrettslag enn majoriteten av norsk ungdom. Likevel er det idretten som er den største organiserte fritidsaktiviteten innvandrerungdom er med på (Strandbu, 2006). «Ung i Norge»-undersøkelsen (ibid) har sett på hvilke faktorer som påvirker innvandrerjenter til å bli med i idrettslag. Det viser seg at kultur, religion og tradisjon er de viktigste og avgjørende faktorene. I dag har mange en forestilling om at det er foreldrene som holder innvandrerjenter borte fra idretten (ibid). Strandbus datamateriale viser at dette ikke er tilfelle. Innvandrerjentene som har støttende foreldre, forteller at selv om foreldrene møter opp og er et ivrig publikum, føler de et ubehag ved å trene sammen med gutter. Strandbu setter dette ubehaget; en kroppslig fornemmelse, i sammenheng med hva som passer og ikke passer for dem å gjøre. Hvordan kan vi tilrettelegge for at innvandrerjenter skal kunne inkluderes i den fysiske aktiviteten uten å føle et ubehag i forhold til sine verdier? Hvilke typer aktiviteter interesserer denne gruppen?

SOSIOØKONOMI

Sosial ulikhet i form av utdanning, yrke og inntekt, og sosioøkonomisk status har stor innvirkning på helse og levealder. Både kosthold og fysisk aktivitet kan knyttes opp mot utdanning og inntekt (St. meld 20, 2006-2007). De med lav utdannelse mottar mindre og flere dør i tidlig alder (45-59 år). Barn av foreldre med god inntekt spiser mer regelmessige måltider og for Oslo viser det seg at disse barna også i større grad er fysisk aktive (ibid).

Barn og unges oppvekstvilkår har betydning for deres fysiske aktivitet (Morland, 2005, Breivik og Vaagbø, 1998, og St.meld, 2006-2007). Morlands studie viser at jenters fysiske aktivitet var signifikant økt dersom foreldrene bodde sammen, mens dette ikke hadde noen spesiell betydning for guttene. Gutter, med fedre som dør tidlig som følge av hjerte- og karsykdommer, har selv større sannsynlighet for å dø på grunn av disse lidelsene (St.meld, 2006-2007). En annen studie har vist at støtte fra foreldrene, i form av transport, økonomi og motivasjon, er viktig for den fysiske aktiviteten (Wold og Andersen, 1992).

Barn og unges fysiske aktivitet blir påvirket av de sosioøkonomiske forholdene hjemme. Kan skolen jevne ut forskjellene ved å bidra med flere aktivitetstilbud? Hvilke faktorer påvirker hvis det sosioøkonomiske aspektet ikke er av betydning?

2.3 SKOLE

Skoleanlegget kan deles inn i inne- og uteareal, hvor arealene inne er delt inn i rom som knyttes til ulike fag og bestemte aktiviteter på bestemte steder. Utearealet kan betraktes som elevenes «fristed», hvor uformell kontakt og spontane møter oppstår. Skolegården blir definert som en del av skolens læremiljø, men skiller seg ut fra arealene inne, som er knyttet til programmert undervisning (ref. Ulleberg, 2002).

«Et skoleanlegg er en arbeidsplass for lærere, elever og andre ansatte ved skolen på dagtid, og et anlegg som lokalbefolkningen, lag og foreninger bruker utenom skoletid. Skoleanlegget må derfor legges til rette både for organisert læringsarbeid og for egenorganiserte aktiviteter i pauser og fritid for ulike brukere» (Thorén, 2003).

Tidligere var skolen en viktig del av lokalsamfunnet og bygningen var tradisjon tro formet som et bygg som signaliserte dets rolle (ref. Ulleberg, 2002). Ulleberg har gjort en analyse, basert på Foucaults maktperspektiv, hvor han ser arkitekturen brukt som et bevisst symbol på makt og disiplinering av enkeltindividet. Allerede for 30 år siden forlot man denne harde monumentaliteten av skolebyggets utforming. Ulleberg er likevel skeptisk til om vi har utformet en mer sofistikert disiplineringsteknikk. I dag er ofte skolen en del av nærmiljøanlegget og spiller en viktig rolle i lokalsamfunnet.

Hvordan brukes utearealene i organisert læringsarbeid i forhold til elevenes uorganiserte bruk? Legges det til rette for organisert og uorganisert aktivitet i skolegården? Er det samspill mellom klasserom og skolegård?

ORGANISERT LÆRING I UTEMILJØET

Da L97, læreplanverket for den tiårige grunnskolen (St.meld, 1994-1995) kom, ble målene for skolen beskrevet i et menneskesyn som ser på barn som: *det skapende menneske, det arbeidende menneske, det allmenndannende menneske, det miljøbevisste menneske, og det integrerte menneske*. Det lekende barnet, og barns lek som fysisk aktivitet og kroppsbunden læring og erfaring, ble ikke nevnt.

Skolegården og utearealenes funksjon eller betydning blir heller ikke nevnt i læreplanen, men blir indirekte omtalt i fokus på temaorientert undervisning i nærmiljøet, helsefremmede arbeid, lek og fysisk aktivitet, og lek og opplevelse (Schmidt, 2004).

Norge er blant landene med minst garantert tid til kroppsøvfaget per uke (Berg og Mjaavatn, 2009). Kroppsøvfaget er likevel eneste fag med fastsatt tid til fysisk aktivitet i undervisningen. I en svensk spørreundersøkelse, «Sätt Sverige i rörelse» svarer så mye som 15 prosent av elevene i grunnskolen at de sjelden eller aldri deltar i kroppsøvingstimen (ref. Berg og Mjaavatn, 2009). Årsaken til at så mange velger å droppe dette faget handler om helt konkrete grunner, som menstruasjon og svimmelhet, men også en del ungdommer nevnte psykologiske og sosiale grunner (kjedelig, sjenert, vemmelig) (ibid). Det viser seg at sammenhengen mellom kroppsøvlærers utdanning og hvordan elevene oppfatter undervisningen er ulik blant jenter og gutter (Kolle et. al., 2012). Jentene ga lærere uten utdypning i faget høy skår på positive utsagn, mens tendensen var motsatt hos guttene (ibid).

Da evalueringen av prosjektet «Fysisk aktivitet og måltider i skolen» i 2009, ble sammenlignet med en lignende rapport fra 2006, viste det en nedgang i antall skoler som satset på fysisk aktivitet (HEMIL, 2009). Tilbud av arealer for fysisk aktivitet hadde likevel økt i form av flere tilgjengelige rom, trimrom og skiløyper. Evalueringen viste også at den vanligste formen for tilrettelegging for fysisk aktivitet, utenom kroppsøving, var å arrangere turneringer og aktivitetsdager. Unnskyldningene fra skolene når det gjaldt den manglende satsningen av fysisk aktivitet var tid og økonomi (ibid). Kan den fysiske aktiviteten blant elevene være påvirket av hvordan den enkelte skoles organisatoriske styring foregår?

Tiltak som har blitt gjennomført i grunnskolen for organisert læring i utemiljøet:

Valgfag: Sent på 80-tallet ble valgfaget «Friluftsliv» innført på ungdomstrinnet og skulle gi elevene kunnskap og glede av naturen. Valgfaget ble vektlagt ulikt fra skole til skole og forsvant i noen år, frem til det igjen ble innført i form av «Natur, miljø og friluftsliv» som den Rød-grønne regjeringen innførte i 2011 (Udir). I tillegg til «Natur, miljø og friluftsliv» kom «Fysisk aktivitet og helse» og 12 andre valgfag på timeplanen.

«Levende skule»: (1996-2000) var et tiltak som ble gjort for å gjøre undervisningen i skolen mer variert. Hovedkonseptet var å ta i bruk gårder og hager som læringsarena likestilt med «vanlig» klasseromsundervisning. Med denne typen undervisning tok man barn og unge tilbake til naturen og eleven fikk lære gjennom praktisk arbeid (Levende skule).

«Skolen som nærmiljøanlegg»: Norsk Form sto i ledelsen av prosjektet «Skolen som nærmiljøanlegg» (Thorén, 2004) hvor tre skoler deltok i tre forskjellige

kommuner (Kristiansand, Trondheim og Tromsø). Hensikten med prosjektet var å teste ut ulike modeller for hvordan skoler kan utvikles som et nærmiljø med møteplasser og aktivitetsområder, samtidig som behovet for gode utearealer i hele skolehverdagen ble tilfredsstilt (ibid). Både skolene og kommunene ble mer bevisst og engasjementet økte dermed. Satsningen på nærmiljøanlegg har økt betraktelig etter anbefalingene som kom i L97 (se innledende tekst). Limstrand (2008) har funnet ut at den norske stat, helt siden 1948, har bevilget omtrent 9 milliarder på 40 000 idrettsfasiliteter, alt fra nærmiljø til skolegårder, til regionale anlegg. Fasilitetene varierer i størrelse, innhold og kvalitet og Limstrand skriver at det er påfallende at det ikke er gjort flere studier på sammenhengen mellom fysisk aktivitet og utformingen av disse anleggene (ibid).

«Uteskole»: har vokst fram i kjølvannet av L97, men Jordet (1998) påpeker at nærmiljøperspektivet er en del av idégrunnlaget for den norske skole. Jordet skriver følgende: «Uteskole er en arbeidsmåte hvor man flytter deler av skolehverdagen ut i nærmiljøet... Uteskole handler om å aktivisere alle skolefagene i en integrert undervisning hvor ute- og inneaktiviteter har nær sammenheng» (ibid). Kanskje er dét grunnen til at en så stor andel statlige penger blir brukt på idrettsfasiliteter?

«Den naturlige skolesekken»: er et samarbeid mellom KUD og Miljøverndepartementet. Midlene de deler ut skal stimulere til undervisning som tar i bruk andre læringsarenaer og fremmer bærekraftig utvikling. Prosjektene skal blant annet være med på å utvikle nysgjerrighet og kunnskap gjennom naturen, og legge til rette for økt kunnskap om helse og livsstil (Naturfagsenteret).

I helsedirektoratets nypubliserte rapport «kunnskapsgrunnlag for fysisk aktivitet», fra 2014, kommer det innspill til departementets videre arbeid for økt fysisk aktivitet, og redusert inaktivitet i befolkningen. Rapporten tar for seg tiltak som kan fremme fysisk aktivitet i skolehverdagen. Dette innebærer blant annet at å prioritere: *pedagogikk som fremmer aktive skoletimer, fysiske omgivelser som egner seg for både strukturert og spontan aktivitet og å øke ytterlige muligheter for å gå og sykle til og fra skolen* (Basset et. alt., 2013). Tar elevene beina fatt eller blir de kjørt til og fra skolen?

UORGANISERT BRUK AV UTEAREALER

Helsedirektoratets rapport «Skolens utearealer» (Thorén, 2003) anbefaler et minstekrav på 50 m² per elev på en skole inntil 300 elever. Videre anbefales det innholdskrav basert på funksjonskrav, og krav til de fysiske omgivelsene. Anbefalingene nevner blant annet viktigheten av å *gi rom for utfoldelse av fysisk aktivitet*. Andre anbefalinger er å *sikre best mulige solforhold, skjerme for ubehagelig vind, trafiksikre områder i en 200 meters radius og ha universell utforming*. En siste, og ikke minst viktig anbefaling, er å *prioritere tiltak rettet mot ungdomsskolen*. I rapporten kommer det frem at ungdomsskolene har langt flere hindringer, uavhengig av beliggenhet, enn det barneskolene har.

Studier gjort på uorganisert bruk av utemiljøet:

«Gode og dårlige skoler»: Lindholm (1995) har sett på «gode» og «dårlige» skoler og funnet ut at det er flere ulike typer aktiviteter i de «gode» skolegårdene. Når det foregår flere typer aktiviteter får flere barn tilfredsstilt sine behov og man kan

gjøre det man har mest lyst til. På de «gode» skolene var det også tilgang på naturområder, noe hun ikke kunne finne på de «dårlige» skolene. Det var mer bruk av harde flater, og mindre bruk av gressflater i de «gode» skolene, mens lekeutstyr var like mye brukt i begge typer skole. Det var også varierende størrelse på ulike rom i skolegården på de «gode» skolene.

En god skolegård kan føre til økt fysisk aktivitet. Sheffieldprosjektet i England (ref. Thorén, 2003) viser at mobbing reduseres kraftig når utearealene rundt skolen omformes til allsidige arealer. Dette gir elevene mulighet for å finne steder de trives med og de får utfolde sine behov. Limstrand har i sin studie «Ut er In?» (2000), hvor han ser på uteaktivitet i barnehager, SFO og grunnskoler i Nordland, sett samme trend som Sheffieldprosjektet.

«Skolegården, jungel eller luftegård?»: Rapporten til Schmidt (2004) har, som nevnt tidligere (kap.2.2) observert barn på fire ulike skoler i Norge, med ulike typer nærmiljøanlegg. Metodene som ble brukt i studien var *befaringer og gruppeintervju, feltobservasjon og stiler og arbeidsbøker*. Resultatene viser at det er i ferd med å skje en standardisering av skolenes utearealer knyttet opp mot nærmiljøanlegg. Schmidt kaller det en «idrettifisering» hvor ballbanene dominerer sammen med ferdigbestilte lekeapparater. Finnes det andre muligheter for å tilrettelegge for fysisk aktivitet?

«Environmental correlations to physical activity»: Studien, gjort i Fredrikstad (Fjørtoft et.al, 2010), så på den fysiske aktiviteten blant 14 åringer og hvor de oppholdt seg etter skoletid. To skoler, hvor den ene lå i et åpent og flatt landskap og den andre på en høyde, var med i undersøkelsen. Det ble brukt pulsmåler og GPS for å måle aktivitetsnivå og se hvilke områder ungdommene brukte. Resultatene fra undersøkelsen viser at barn og unge er knyttet til sitt nærområde og de fant ingen forskjeller i ungdommens fysiske aktivitet på de to skolene, til tross for ulike omgivelser.

Har størrelsen og utformingen på tilgjengelige arealer noe å si for fysisk aktivitet? Hva slags funksjoner trenger en skolegård å tilby for at den skal være innbydende for ungdommen? Hvordan bruker ungdom utearealene i dag?

2.4 KUNNSKAPSHULL

Forskning relatert til fysisk aktivitet, ungdom og skole dekker kunnskapshullene i hvert sitt felt. Flere studier tar for seg aktivitetsnivået, målt med ulike metoder. Det har også blitt registrert hvilke aktivitetstyper barn og unge foretrekker og hvordan utemiljøet på skoler er. Det er gjort lite studier av sammenhengen mellom aktivitetsnivå, aktivitetstyper og utemiljø.

Denne studien vil prøve å dekke dette kunnskapshullet ved å se på hvilke sammenhenger det er mellom aktivitetsnivå, aktivitetstyper og utemiljø. Med utgangspunkt i aktivitetsnivåer kan jeg se på hvilke aktivitetstyper som er populære på skoler med høyt aktivitetsnivå og hvordan utformingen av skolegården er i forhold til aktivitetsnivå og aktivitetstyper.

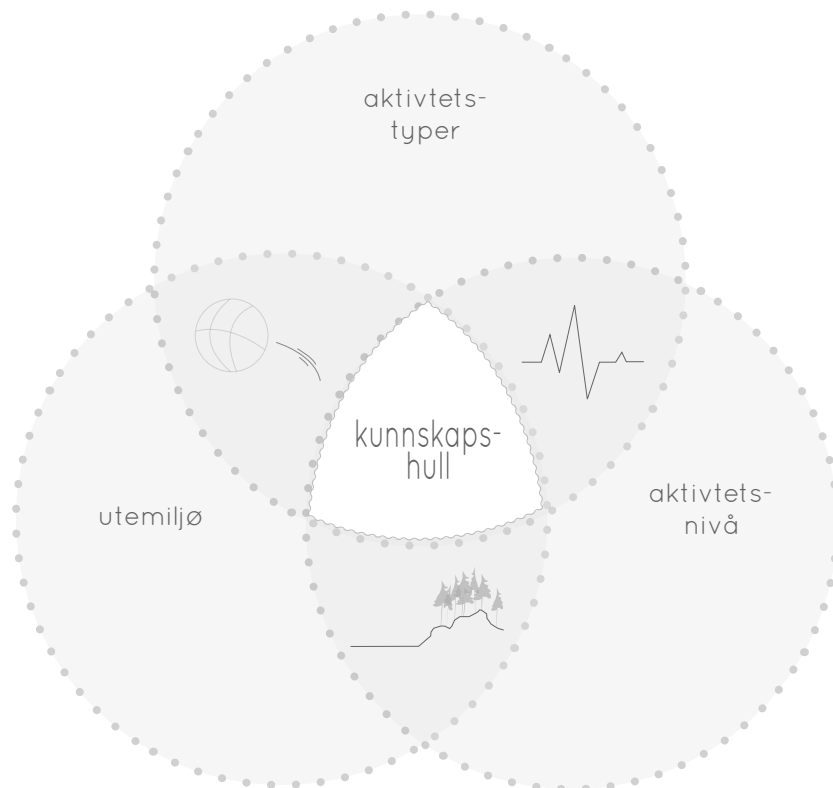


Fig. 2.1 kunnskapshull som figur



Bilde 3.1 sko hengende i strømledning

3 PROBLEMSTILLING

Hva vil jeg oppnå med min oppgave? Hvilke spørsmål er fremdeles ubesvart eller lite forsket på? En problemstilling kommer fra ulike spørsmål og teorier vi ikke ennå har funnet svaret på. Det kan være en kompleks problemstilling med en eller flere underspørsmål som gjerne blir formulert som hypoteser.

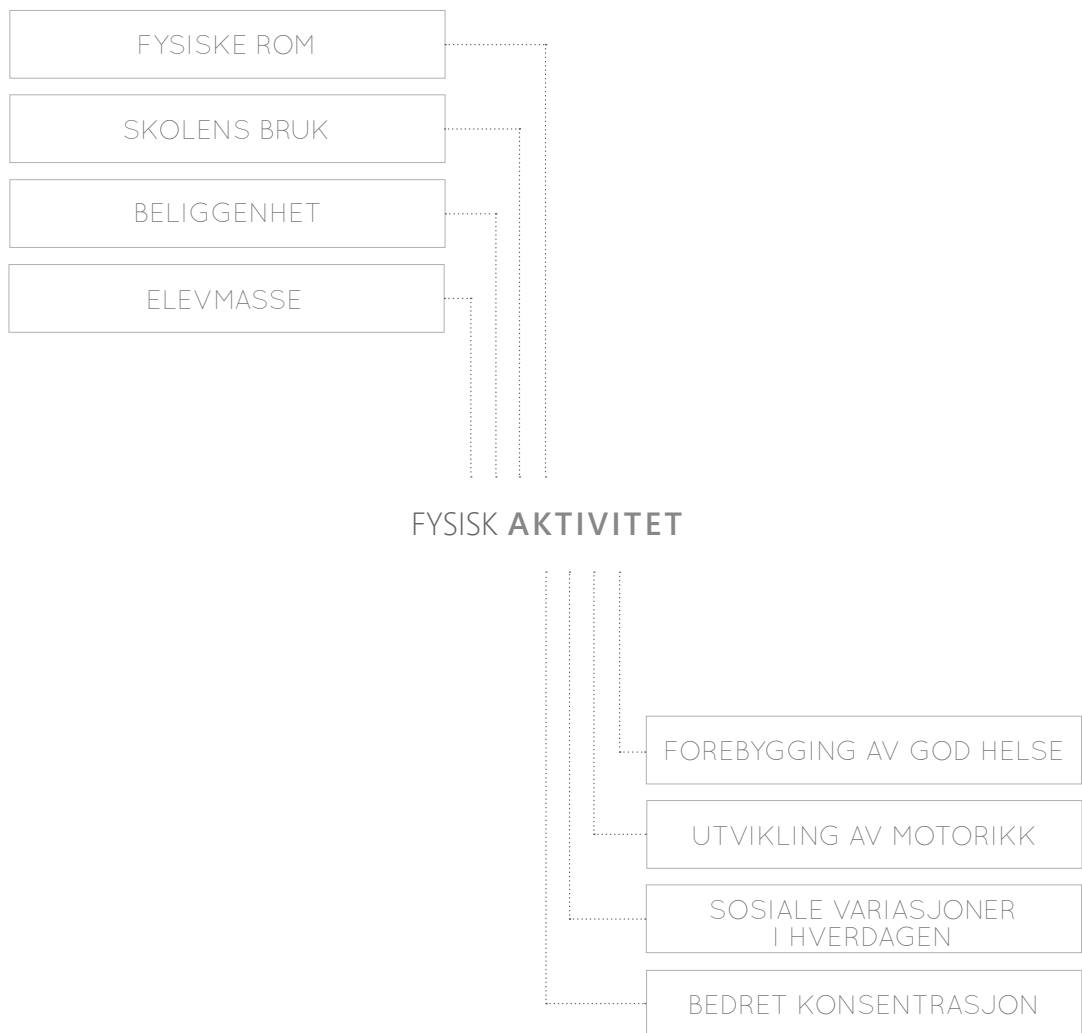


Fig. 3.1 forklaringsvariabler på hva som påvirker fysisk aktivitet og hva fysisk aktivitet fører til

3.1 FORKLARINGSVARIABLER

HVILKE FAKTORER PÅVIRKER DEN FYSISKE AKTIVITET?

Figur 3.1 viser forklaringsvariabler på hva som påvirker elevenes fysiske aktivitet i utemiljøet og hva et høyt aktivitetsnivå kan føre til.

Faktorer som påvirker den fysiske aktiviteten:

Det fysiske rommet: Hvor god plass har hver enkelt elev, hvordan er skolegården utformet, er det varierende terreng, vegetasjon, harde flater?

Skolens bruk: Har skolens organisatoriske struktur betydning, brukes skolens uteanlegg i faglig undervisning og hvordan påvirker lærernes engasjement og pedagogiske bakgrunn?

Beliggenhet, skole i forhold til nærmiljø: Hvor tilgjengelig er skolen utenfor skoletid, innbyr skolen til bruk i nærområdet og hvordan kommer elevene seg til og fra skolen?

Elevmassen: Kjønn, etnisitet, antall elever, sosioøkonomiske variabler?

Disse fire hovedkategoriene er valgt ut, med utgangspunkt i kunnskapsgrunnlaget og den forskning som har sett på forklarende faktorer for den fysiske aktiviteten.

HVA FØRER FYSISK AKTIVITET TIL?

Den siste delen av figur 3.1 peker på hva et høyere aktivitetsnivå, altså et nivå som tilfredsstillende anbefalingene til Hdir, i dag gir. Som nevnt i kunnskapsgrunnlaget, kap. 2, fører god fysisk aktivitet til:

Forbygging av god helse: Det vil si å forebygge dagens livsstilssykdommer, som diabetes type 2, hjerteproblemer, kreft etc.

Utvikling av motorikk: For barn, spesielt, vil fysisk aktivitet gi bedre motorikk og utvikling av kroppen.

Sosiale variasjoner i hverdagen: Fysisk aktivitet vil også gi variasjon i hverdagen, enten om man trener utendørs alene eller i felleskap, får frisk luft, svømmer eller drar på et treningssenter. Dette kan også føre til nye relasjoner og nye bekjentskap med mennesker og andre omgivelsene.

Bedret konsentrasjon: Å få brukt kroppen fysisk vil øke hjernens kapasitet til å lære og en variasjon mellom fysisk aktivitet og stillesitting vil gi en bedre konsentrasjon.

Jeg vil ikke i denne oppgaven se på hva fysisk aktivitet kan føre til, men det er en god pekepinn på hvorfor det er viktig å se på de påvirkende faktorene som fører til fysisk aktivitet.

3.2 PROBLEMSTILLING

Basert på teorigrunnet er problemstillingen som følger:

HVILKE FAKTORER KAN PÅVIRKE FYSISK AKTIVITET BLANT UNGDOMSSKOLEELEVER?

Ved hjelp av følgende delspørsmål får jeg belyst denne problemstillingen:

HVILKE AKTIVITETSTYPER FORETREKKER UNGDOM?

Hva sier ungdom selv at de gjør i skolens organiserte og uorganiserte tid utendørs?

Hva gjør ungdommen faktisk, og hvor befinner de seg i friminuttene?

Hvilke savn og ønsker har ungdommen for skolens utearealer?

Hvilke områder misliker ungdommen rundt skolen?

Kan det være sammenheng mellom hva ungdom gjør i friminuttene og hvilke fritidsaktiviteter de er med på etter skoletid?

Har lengden på friminuttet innvirkning på hvilke type aktiviteter ungdom gjør og hvor de oppholder seg?

I hvilken grad blir skolens utearealer og nærmiljø brukt i undervisningen?

Gjennom alle underspørsmål ser jeg også på følgende:

Er det noen forskjell mellom gutter og jenter?

Finnes det ulikheter mellom norsk etnisk ungdom og ungdom med innvandrerbakgrunn?

HVILKEN BETYDNING HAR UTFORMINGEN AV SKOLENS UTEAREALER FOR AKTIVITETSMØNSTERET*?

I hvilken grad har skolegårdens arealstørrelse betydning for fysisk aktivitetsmønster?

Påvirker variert terrengform og vegetasjon det fysiske aktivitetsmønsteret?

Har skolens bygningsstruktur og formspråk innvirkning på det fysiske aktivitetsmønsteret?

Hvor viktig er sol-/skyggeforhold på skolens utearealer og aktivitetsmønster?

Gjennom alle underspørsmål vil jeg også se på følgende:

Har gutter og jenter ulikt aktivitetsmønster i utemiljøet?

Bruker norsk etnisk ungdom og ungdom med innvandrerbakgrunn ulike områder ute?

HVORDAN PÅVIRKES SKOLENS ORGANISATORISKE & PEDAGOGISKE OPPLEGG FYSISK AKTIVITET I SKOLEHVERDAGEN?

Hvilke tiltak gjør skolen for å få elevene i fysisk aktivitet?

Er skolens beliggenhet i forhold til nærmiljøet av betydning?

Hva betyr skolens ledelse og lærernes engasjement for ungdommens aktivitetsnivå?

* fellesbetegnelse for aktivitetstyper og fysisk aktivitet



DEL 2 case studie

4 METODE

Valg av metode bestemmes ut i fra hvilken informasjon man ønsker å innhente og kunnskap man vil tilegne seg. Hva skal oppgaven ende opp i; hva må til for at problemstillingene kan besvares og hvilke konklusjoner skal oppgaven ende i?

Jeg ønsker at ungdommer skal ha mulighet til å påvirke studien slik de oppfatter deres bruk og aktiviteter. Selv ønsker jeg å forstå fenomenet ut i fra flere ståsteder. Hvilke metoder vil gi den beste kunnskapen om aktivitetsnivå, aktivitetstyper og utemiljøet på ungdomsskoler?

4.1 HVORFOR CASE SOM METODE?

Ved bruk av casemetodikk får man mulighet til gå i dybden av et fenomen. For å få frem ulikheter og forstå fenomenet «fysisk aktivitet i skolegården» er case en godt egnet metode. Bent Flyvbjerg skriver i sin studie, *five misunderstandings about case-study research*, (2006) hvordan casemetodikk gir mer informasjon rundt fenomenet om komplekse problemstillinger. Atypiske casestudier gir ofte god informasjon og egner seg bedre enn et tilfeldig utvalg. Et av nøkkelordene i Flyvbjergs argumentasjon er *caseutvelgelse*. «Det er viktigere å tydeliggjøre de dype årsaker bak et gitt problem og konsekvensene, enn å beskrive problemets symptomer og hyppighet» (fritt oversatt).

Jeg ønsker å se på utvalgte skoler for å se hvilke faktorer som kan påvirke aktivitetsnivået blant ungdom. Med case som metode kan jeg innhente informasjon fra brukerne av caseområdet. Informasjonen vil gi meg kunnskap om elevenes bruk av utearealer og hvor de er. Det er mulig å skaffe seg ulik informasjon om samme fenomen ved å bruke flere metoder.

«After all, man is, in his ordinary way, a very competent knower, and qualitative common-sense knowing is not replaced by quantitative knowing» (sitat av Campbell, ref. i Flyvbjerg, 2006).

KRITERIER FOR VALG AV CASE

I 2011 utførte Helsedirektoratet en undersøkelse, UngKan 2, «fysisk aktivitet blant 6-, 9- og 15-åringer i Norge» (Kolle et. al., 2012). Undersøkelsen er en utvidet studie av UngKan 1, «fysisk aktivitet blant barn og unge» (Anderssen et. al., 2008), hvor 9- og 15-åringer ble undersøkt. UngKan 2 ble gjennomført av Norges idrettshøgskole og tar for seg barn og unges fysiske aktivitet ved bruk av akselerometere som registrerer *all bevegelse den utsettes for, og all aktivitet som er utenfor normal menneskelig bevegelse* blir filtret bort.

Resultatene i rapporten viser de samlede aktivitetsnivåene for hele landet delt inn i aldersgrupper. 6-åringene oppfyller i stor grad anbefalingene (Se Hdir i kap.1.2) om minimum 60 minutters daglig, moderat fysisk aktivitet. Aktivitetsnivået halveres fra man er 6 år og frem til man er 15 år. Sammenligning fra UngKan 1, 2005-2006, til UngKan 2, 2011, viser også at stillesitting har økt blant både 9- og 15-åringer. Dette er en urovekkende trend, spesielt på ungdomsskolenivå, og det er et behov for mer forskning på feltet. Høsten 2013 kontaktet jeg derfor Elin Kolle ved idrettshøgskolen for et eventuelt samarbeid.

Ved valg av flere case kan det være en god hovedstrategi å gå for de mest like eller ulike case (Andersen, 2013). I min studie er det ulikheter i aktivitetsnivå og utemiljø som er viktigst å få frem.

Figur 4.1 viser kriteriene jeg har satt for valg av case. Kriteriene er delt inn i *ulikheter* og *likheter*, rangert etter hvor viktig kriteriet er.



Fig. 4.1 rangering av kriteriene av ulikheter og likheter

Aktivitetsnivå: Ulikheter i aktivitetsnivå på de ulike skolene er det viktigste kriteriet for utvalg av case. Med utgangspunkt i UngKan 2 er det mulig å sammenligne ulike skoler opp mot hverandre med elevenes aktivitetsnivå.

Utemiljøer: Å se på ulike utemiljøer i forhold til ungdommenes aktivitetsnivå vil kunne si noe om utemiljøet påvirker elevenes fysiske aktivitet på skolen.

Det ble bestemt seks kriterier for likheter som skulle gjelde for de utvalgte caseområdene:

Vært med i UngKan 2: Første og viktigste likhet var at de hadde vært med i UngKan 2. Ved innhenting av data fra undersøkelsen (se vedlegg 1) fikk jeg mulighet til å se på aktivitetsnivået mellom ulike skoler. Aktivitetsnivået skulle være gitt mellom klokken 9-14 alle hverdager, mandag-fredag.

Ungdomsskole: Problemstillingen tar for seg ungdom og deres bruk av utearealer på skolen. Ungdom er i overgangsfasen fra barn til voksen, hvor det foregår store hormonelle endringer i kroppen. Et viktig kriterium ble derfor at jeg ville se på rene ungdomsskoler slik at observasjon ble av ungdom og ikke barn.

Pragmatisk - nær Ås: Som student har man dårlig råd og det er nødvendig å si at caseområdene må ligge i nærhet til kollektiv transport til og fra Ås.

Ligge i samme kommune: Kommuner har ofte egen skolepolitikk og reglement som gjelder sine skoler. Ved å velge ut en kommune vil det være mindre fare for ulik politikk på skolene som kan påvirke skolenes bruk av utearealer i undervisning og friminutt.

Sosioøkonomi: Det er viktig å sortere bort faktorer som kan påvirke den fysiske aktiviteten, og i UngKan 2 gjenspeiler sosioøkonomiske ulikheter seg i ungdommens aktivitetsnivå (Kolle et. al., 2012).

Må være ute i friminutt: På skoler er det ulik praksis for om elevene må ut eller kan sitte inne i friminuttene. For at det skal være mulig å se sammenheng mellom fysisk aktivitet og uteområdene er det et nødvendig kriterium at elevene må ut i friminuttene.

Kriteriene for valg av case ble gjort i samarbeid med Elin Kolle, hovedforfatter på rapporten (2012), Knut Eirik Dalene (PHD-student) og Kine Thorén (veileder). Det mest ideelle ville vært å gjøre før- og etterstudier, etter tiltak. Min masteroppgave går over et semester og det er ikke tid eller mulighet for å gjøre en slik studie. Nest best er å ha ulike aktivitetsnivå, slik UngKan 2 gir mulighet for. Ulikheter i aktivitetsnivå fra ulike utemiljø gir et godt grunnlag for å løse problemstillingen.

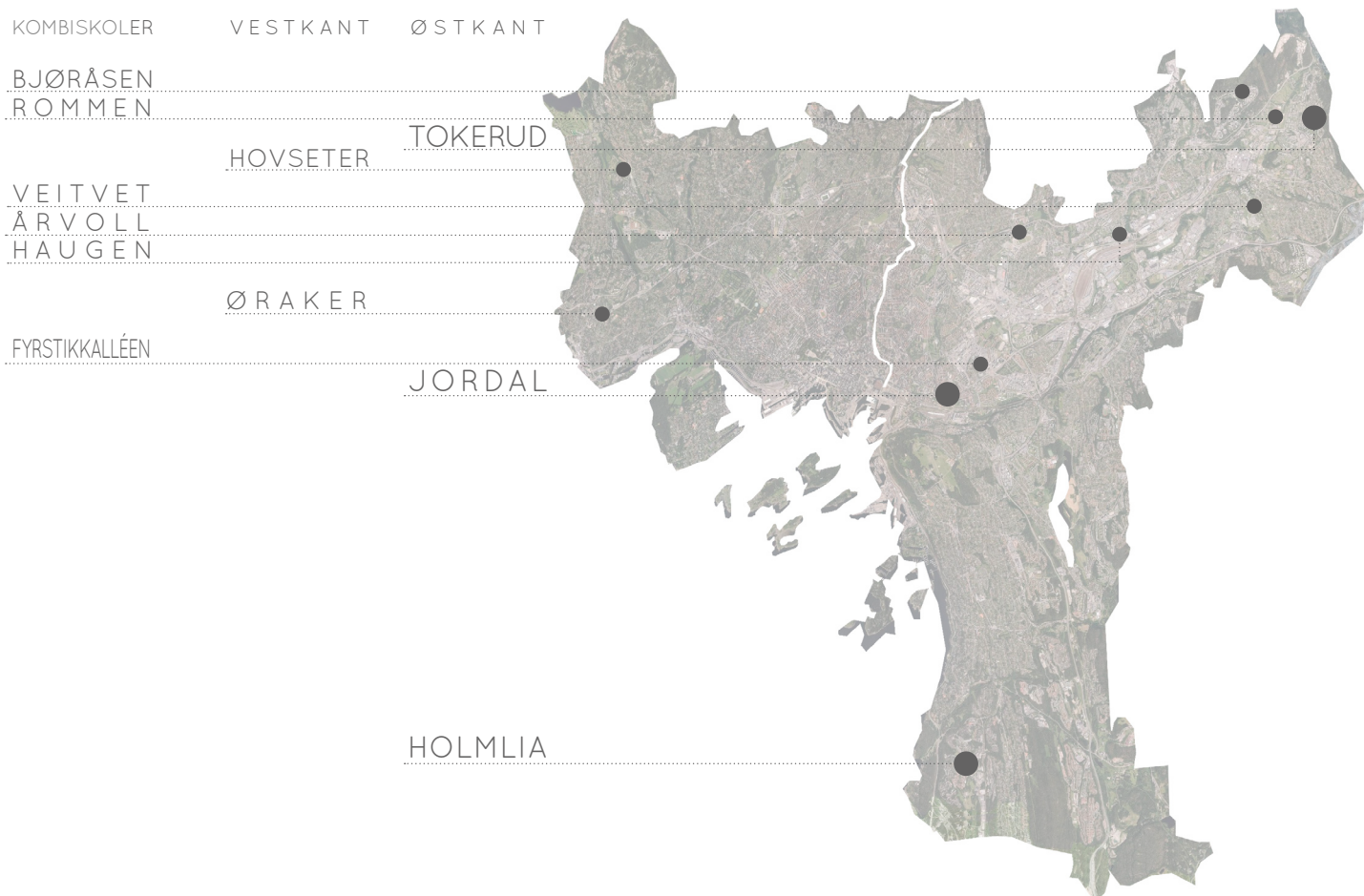


Fig. 4.2 skolene som var med i UngKan 2 i Oslo kommune (Kolle, 2011)

VALG AV CASE

Det var totalt 103 skoler med i UngKan 2-undersøkelsen (vedlegg 1) fordelt over hele landet. Kommunen med flest skoler representert var Oslo, hvor 11 av 18 skoler er kombinert- eller ungdomsskoler. Oslo har et godt utvalg av ungdomsskoler, er nære Ås og har gode kollektive forbindelser.

De tilsendte dataene (se vedlegg 2) for Oslo-skolene viste aktivitetsnivået på de ulike skolene i tidsrommet 09.00-14.00, og annen praktisk informasjon om skolene fra undersøkelsen (se figur 4.4). Ut i fra dataene fikk jeg mulighet til å sammenligne resultatene fra UngKan 2-undersøkelsen. Figur 4.3a viser hvor i Oslo de ulike skolene fra UngKan 2 ligger.

Oslo er en kommune hvor det er store sosioøkonomiske variasjoner. For at denne variabelen skulle bety så lite som mulig delte jeg Oslo inn i to, etter sosioøkonomiske kriterier, øst-vestkant bydeler. De østlige bydelene består av de tidligere bydelene hvor industrien lå og hvor gamle og nyere drabantbyer ligger (Blom, 2001). Disse bydelene har et høyt antall innvandrere og inntektsnivået er lavere enn ved de fleste vestliggende bydeler (Kirkeberg, 1997). Kriterium nr. 4 (figur 4.3c), rene ungdomsskoler (uthevet), viser at fem av de totalt ni skolene fra UngKan 2-undersøkelsen er rene ungdomsskoler. To av dem ligger i vest og de tre andre i østkantbydeler.

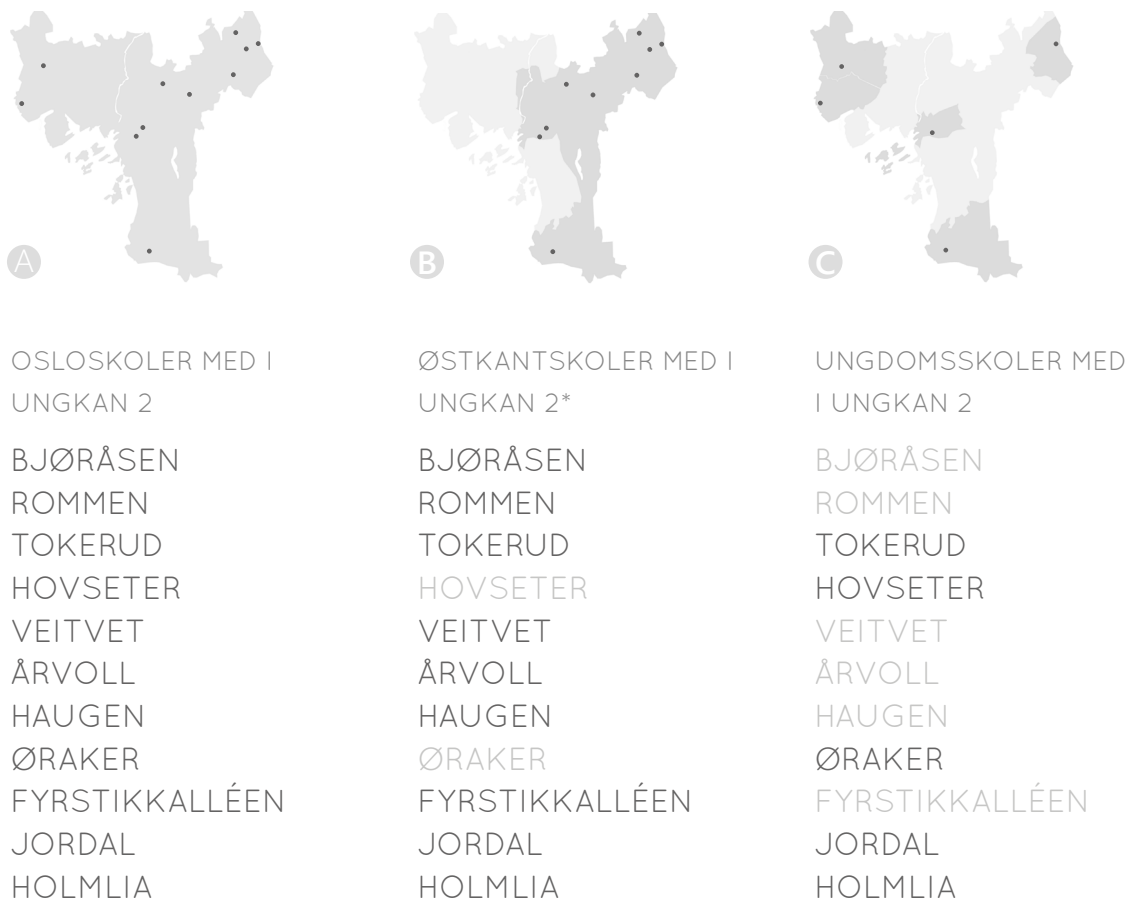


Fig. 4.3 skolene fra UngKan 2; Oslo-skoler, skoler på østkanten og ungdomsskoler i Oslo

¹⁾ laveste aktivitetsnivå

²⁾ aktivitetsnivå nærmeste snittverdi (29,1)

³⁾ høyeste aktivitetsnivå



TOKERUD

BYGGEÅR:	1975
ANT. ELEVER:	280
DELTAGERE:	22
AKIVITETSNIVÅ:	27,0 min/dag ¹⁾
TOMT:	12 796 m ²
BYGG:	2 665 m ²
NETTO UTEAREAL:	8 533 m ²



HOVSETER

BYGGEÅR:	1974
ANT. ELEVER:	602
DELTAGERE:	54
AKIVITETSNIVÅ:	31,7 min/dag
TOMT:	7 366 m ²
BYGG:	2 183 m ²
NETTO UTEAREAL:	4 302 m ²



ØRAKER

BYGGEÅR:	1978
ANT. ELEVER:	352
DELTAGERE:	21
AKIVITETSNIVÅ:	31,5 min/dag
TOMT:	19 597 m ²
BYGG:	3 427 m ²
NETTO UTEAREAL:	14 749 m ²



JORDAL

BYGGEÅR:	1999
ANT. ELEVER:	425
DELTAGERE:	20
AKIVITETSNIVÅ:	30,3 min/dag ²⁾
TOMT:	6 290 m ²
BYGG:	2 174 m ²
NETTO UTEAREAL:	1 757 m ²



HOLMLIA

BYGGEÅR:	1984
ANT. ELEVER:	390
DELTAGERE:	12
AKIVITETSNIVÅ:	35,3 min/dag ³⁾
TOMT:	11 1337 m ²
BYGG:	2 746 m ²
NETTO UTEAREAL:	5 539 m ²

Fig. 4.4 ungdomsskolene i Oslo - *kart bearbeidet etter ssb sin inndeling av øst-vest bydeler (Samfunnsspeilet 2001/2)

Resultatene fra UngKan 2 viste fem aktuelle skoler i Oslo kommune. Da jeg sammenlignet aktivitetsnivåene pekte Holmlia seg ut med et høyt aktivitetsnivå. Skolens aktivitetsnivå er på 35,3 min/dag som ligger 23,5 % over skolen med lavest aktivitetsnivå, Tokerud skole (27,0 min/dag). Ved å utføre en gjennomsnittsberegning av de ulike aktivitetsnivåene på Oslo-skolene var Jordal skole, med 30,3 min/dag, nærmest snittet (29,1 min/dag). Det er viktig å påpeke at dette ikke er statistikk, kun forskjeller som gjør det mulig å se skolene i ulike aktivitetsnivåer.

Jordal skole ligger i bydel Gamle Oslo som tilhører Oslo-øst. Holmlia og Tokerud skole er lokalisert i nyere drabantbyer utenfor sentrumskjernen med naturområder lett tilgjengelig. De tre skolene oppfyller kriteriene for valg av case med hensyn på aktivitetsnivå, i tillegg til at de har flere ulikheter i areal, elevtetthet og byggeår, se figur 4.4. Figuren viser også hvor like aktivitetsnivåer Hovseter og Øraker skole har.

Siste kriteriet, «må være ute i friminutt», ble først bekreftet etter kontakt med skolene. Heldigvis har alle de utvalgte skolene krav til elevene om at de må ut i noen av friminuttene, men alle skolene gir elevene mulighet for å spise lunsj inne i «storefri».

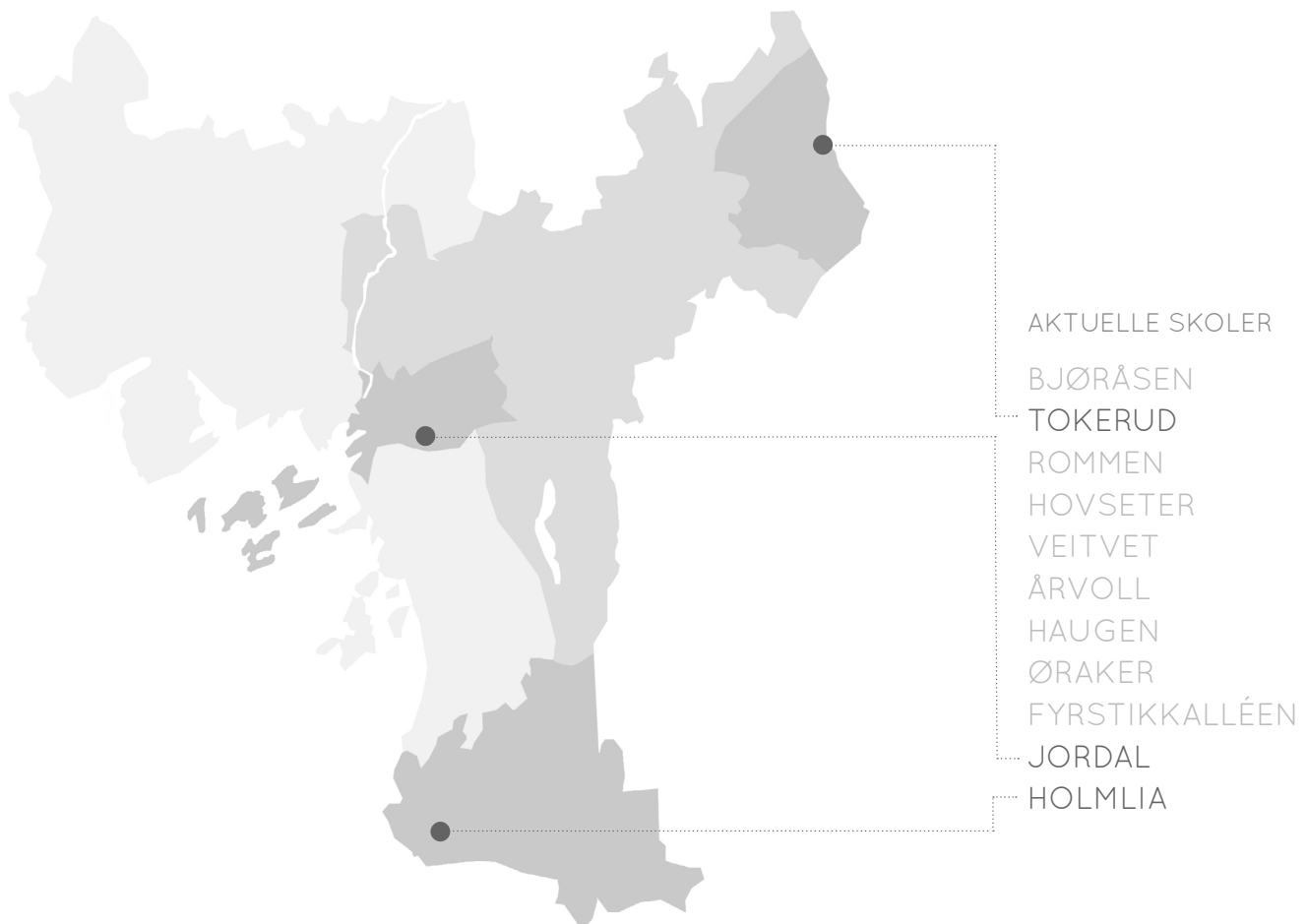


Fig. 4.5 kart bearbejdet etter SSB sin inndeling av øst-vest bydeler (Kirkeberget,1997 & Blom, 2001)

GJENNOMFØRING AV STUDIEN & BESKRIVELSE AV ENKELTMETODER

Tradisjonelt begynner vi som landskapsarkitekter å registrere og analysere landskapet for å få kjennskap til stedet. Dette gir oss kunnskap om stedets kvaliteter fra vårt faglige ståsted. Denne type metode tar ikke med hvilke kvaliteter og tanker brukerne har av stedet. En metode påvirker en annen og jeg ønsket at min fagkompetanse skulle påvirke i så liten grad som mulig i metodene jeg hadde valgt ut.

I landskapskonvensjonen (Kommunal- og moderniseringsdepartementet) er et av målene «å styrke enkeltmenneskets og lokalsamfunnets planlegging, vern og forvaltning av landskap». Medvirkning er et viktig verktøy for å få brukerne til å engasjere seg i hva som foregår i deres lokalsamfunn. I denne studien får ungdommen vise hva de gjør hvor, steder de ønsker skal forandres og hva de er misfornøyde med. Jeg valgte derfor å utføre «ungdomstråkk»* først for så å basere observasjonene på kunnskapen jeg tilegner meg fra deres besvarelser. De to metodene er valgt ut for å se på ett fenomen fra to ulike vinkler. Til sist vil jeg gjøre en analyse av det fysiske miljø på grunnlag av kunnskapen jeg har tilegnet meg om ungdommenes bruk og ønsker, i tillegg til min faglige kompetanse.

4.2 HVILKE FAKTORER KAN PÅVIRKE FYSISK AKTIVITET BLANT UNGDOMSSKOLEELEVER?

FORBEREDELSE

Det første jeg gjorde da caseområdene ble bestemt var å kontakte rektorene ved skolene for å få til et samarbeid. Rektorene hadde ulike ønsker om hvilke personer jeg skulle forholde meg til. Jeg avtalte med kontaktpersonene hvilken dato, klasse og fag jeg skulle besøke for å gjennomføre undersøkelsen.

Utvalg av elever falt på niende klasse siden de er enten 14 eller 15 år og samme alder som elevene var i UngKan 2. Rektorene ønsket at jeg skulle bruke kroppsøvingstimen slik at det ikke gikk utover andre fag. De mente også at kroppsøvingslærerne ville ha størst interesse for oppgaven og undersøkelsen min.

Før «ungdomstråkk»-undersøkelsen besøkte jeg skolene for å bli kjent med skolegården og områdene rundt skolen. Besøkene ble gjort søndag 26. januar 2014, mens det ennå var snø. Jeg valgte bevisst en helgedag for å unngå å få med elever på bildene.

Jeg ønsket å være godt forberedt før jeg besøkte skolene og leste om dem på deres hjemmesider (Oslo kommune). Oslo kommune har vedtatt et felles ordensreglement som gjelder alle skoler i kommunen. *Reglementet skal ikke fravikes*, men skolene kan ha utfyllende ordensregler. Det var også flere likhetstrekk i skolenes organisering.

* se neste delkapittel, 4.2 «ungdomstråkk» for forklaring

«UNGDOMSTRÅKK»

Hva sier ungdom selv at de gjør i skolens organiserte og uorganiserte tid utendørs? Hvilke savn og ønsker har ungdommen for skolens utearealer? Hvilke områder misliker ungdommen rundt skolen? For å svare på disse tre underspørsmålene i problemstillingen har jeg valgt å bruke «barnetråkk» som metode for å tilegne meg kunnskap om hva ungdommene selv sier de gjør.

«Barnetråkk»- metoden, som er utviklet av Eva Almhjell på slutten av 70-tallet, utvikler seg stadig og Norsk form har i dag en egen veileder for bruk av metoden (2010). Renata Aradi har i sin artikkel om «Kartlegging av barns bruk av plass. Erfaringer fra Fredrikstad, Norge» (2010) gjort en evaluering av «barnetråkk» i papirform og digitalt form i Norge, Sverige og Finland. Ved å sammenligne ulikhetene i metodene har hun funnet svakheter og styrker. En av de største svakhetene i den norske digitale versjonen er at den ikke gir mulighet for å vise hvilket kjønn som markerer og at tidligere markeringer er synlig i kartene før man begynner å markere egen bruk. Det oppstår også oftere feil i programvaren og det kan være vanskelig å utføre «barnetråkk». Jeg har valgt å gjøre «barnetråkk» i papirform fordi den digitale utgaven fremdeles har en del svakheter og jeg ikke har mulighet for å gjøre egne endringer i hva jeg vil ha ut av informasjon. Heretter kalles metoden for «ungdomstråkk».



Fig. 4.6 kart til «ungdomstråkk» med supplerende spørsmål

Til «ungdomstråkket» valgte jeg å lage et forenklet kart, basert på informasjon jeg hadde fra ortofoto og befaringen 26. januar. Kartet viser grønne flater, delt inn i gressflater og skogflater, bygninger og grusbaner i ulike gråtoner og de hvite flatene er asfaltflater (fig. 4.6, vedlegg 4 for alle kart). Spørsmålene skal supplere informasjonen som elevene markerer i kartet. Jeg valgte ut tre hovedkategorier; *bruk og bevegelse*, *mislikte steder* og *savn og ønsker*. Innledende spurte jeg om *kjønn*, *etnisitet* og *fremkomstmiddel til og fra skolen*, og avsluttende ønsket jeg å få vite om de var med på *organisert idrett* og *uorganisert idrett*.

Bruk og bevegelse: Ungdommenes bruk og bevegelse i skoletiden ble delt inn i ulike aktivitetstyper. Typene aktiviteter er valgt ut fra typiske aktiviteter ungdom kan gjøre. Elevene kunne notere *antall dager* (0-5 skoledager) de gjorde de ulike aktivitetene, om de gjorde aktiviteten *alene, rangere* aktivitetene i forhold til hverandre og skrive *kommentarer*. Aktivitetstypene elevene kunne markere og kommentere, var: *spiller ballspill, sitte inne, butikk/kiosk/kantine, henge med venner, skate, være utenfor skolens område, ski/vinteraktiviteter og andre ting*. Siste spørsmål til *bruk og bevegelse* var å tegne ned bevegelsesmønsteret i løpet av skoledagen; hvor de går til og fra skolen og i friminuttene.

Mislikte steder: Den eneste muligheten man har for å få kunnskap om hva og hvor ungdommen misliker og mistrives, er ved å spørre dem. En god måte å få frem mislikte steder er ved å bruke kart. Jeg fikk ungdommene til å markere områdene med tall på kartet og krysse av for hva som gjorde at de mislikte stedet. Alternativene ble delt inn i *aldri, skummelt, stygt og kjedelig*. Det var mulig å krysse av på flere alternativer og elevene kunne i skrive kommentarer til stedene de markerte.

Savn og ønsker: På samme måte som *mislikte steder* er det vanskelig å tilegne seg kunnskap om hva ungdommene savner og ønsker, uten at man får dem til selv å si det. På dette spørsmålet ville jeg først og fremst få dem til å skrive ned det de kom på. Jeg ville at de skulle bruke kartet som et supplement hvis det var områder de ønsket at noe nytt skulle foregå, eller gi muligheter for.

Besøkene ble gjort fredag 7. februar på Holmlia skole, tirsdag 10. februar på Tokerud skole og fredag 28. februar på Jordal skole. I tabell 4.1 ser man at det er et større antall elever fra Holmlia enn de to andre skolene. På Tokerud og Jordal skole fikk jeg disponere kroppsøvingstimen til en av niende klassene, mens jeg på Holmlia gjorde «ungdomstråkket» på niende trinn i valgfaget «Fysisk aktivitet og helse».

Ved første besøk på skolene fikk jeg mulighet til å snakke med kroppsøvingslærerne før eller etter timen. På to av skolene fikk jeg også snakke med ansatte i ledelsen. Deres samtaler har sammen med informasjon fra skolenes hjemmesider gitt grunnlag til min beskrivelse av skolene. Samtalene er viktig for å få et bredere kunnskapsgrunnlag til den videre observasjonen.

Når timen begynte, introduserte jeg meg for elevene og fortalte kort om hva jeg ønsket at de skulle hjelpe meg med. Elevene fikk ikke vite at oppgaven omhandler fysisk aktivitet, men at jeg ønsket å få informasjon hvor de oppholder seg og hva de gjør ute i skolegården, både i friminutt og i faglig sammenheng. Da jeg gjennomførte undersøkelsen, valgte jeg å dele klassen inn i jente- og guttegrupper, fordi guttene var i flertall. Tabell 4.1 viser at det er et stort overtall av gutter på Holmlia og Jordal, men også Tokerud har flertall selv om fordelingen er jevnere her. Jenter kan ha en tendens til å «drukne» i grupper hvor guttene er i flertall. Gutter har ofte et større behov for oppmerksomhet og jentene tør ikke å stikke seg frem i mengden i fare for å virke dumme eller si noe upassende.

Det var interessant å observere hvordan jentene oppførte seg i rene grupper under undersøkelsen, sammenlignet guttene. På Holmlia satt jentene seg i to grupper på to og en gruppe med tre. Det kunne virke som de kom fra ulike klasser og de var stille og sjenerte. Jentene på Tokerud og Jordal var livlige og

høylytte, de stilte mange spørsmål underveis. Guttene på Holmlia hadde ulike fokus i de forskjellige gruppene. En gruppe lagde mye styr fordi de gikk glipp av timen, en annen hadde fokus på meg og siste gruppe ut var så slitne fra fotballen at de nesten ikke sa et ord. På Tokerud observerte jeg at guttene var roligere enn jentegruppa og guttene på Jordal hadde et støynivå på linje med jentene. Gruppene fikk 20 minutter til å besvare spørsmålene og for hver gruppe ble kartet over skolen og tilleggsspørsmålene gjennomgått. Elevene fikk utdelt fargeblyanter og tusjer for å markere i kartet.

Det viste seg at ved å bruke denne metoden fikk jeg informasjon langt utover hva de markerte i kart og svarte på. Observasjoner jeg gjorde av elevenes holdninger til oppgaven, hvordan de reagerte på de ulike spørsmålene og hva de sa, har tilført kunnskap om hvilke følelser de har for skolens utearealer og omkringliggende steder. Det kom frem svakheter i spørsmålene og strukturen på kartet som ga meg mulighet for endringer fra første til siste skole.

	GUTTER	JENTER	MED I UNDR.	TOT. I KL
TOTALT	60	29	89	100
HOLMLIA	29	7	36	40
JORDAL	15	9	24	30
TOKERUD	16	13	29	30

Tabell 4.1 elever som var med i «ungdomstråkk»-undersøkelsen

FELTOBSERVASJON

Hva gjør ungdommen faktisk, og hvor befinner de seg i friminuttene? Har lengden på friminuttet innvirkning på hvilke type aktiviteter ungdom gjør og hvor de oppholder seg? Er det noen forskjell mellom jenter og gutter? Observasjoner av elevene vil kunne si noe om aktivitetstype, aktivitetsnivå og utemiljøet.

Ved feltobservasjon er det viktig å tenke på hvilken rolle man skal ha ved observasjon. I Tjoras bok om *kvalitative forskningsmetoder i praksis* (2012) skriver han at Raymond Gold var en av de første til å presentere ulike roller i observasjon. Gold har redegjort for fire ulike roller: *fullstendig deltaker*, *observerende deltaker*, *deltakende observatør* og *fullstendig observatør*. Jeg har valgt en rolle med *deltakende observasjon* fordi det vil vært vanskelig å sitte i skolegården for å studere aktiviteten med elever rundt, uten å bli sett eller påvirke.

Mitt ønske med å observere er å se de faktiske forhold opp mot hva ungdommen selv sier de gjør. Thagaard (2013) påpeker at observasjon egner seg godt når man vil studere relasjoner mellom mennesker. Hun sier dette er fordi forskeren kan fokusere på hvordan enkeltpersoner forholder seg til hverandre i sosiale settinger. Miller og Dingwall (1997) sier at observasjon er den beste måten å skaffe seg kunnskap om den intersubjektive konstruksjonen av virkeligheten. Ved å observere har man ikke noe annet valg enn å «lytte til hva verden forteller oss» (ibid).

For observasjonen var det viktig at jeg skulle klare å skille mellom aktivitetsnivået blant elevene. Det er begrenset hvor mange nivåer av ulik aktivitet jeg alene klarer

å registrere. Jeg rådførte meg med Kolle (pers. medd.) som støttet mitt forslag om disse tre ulike nivåer:

- lav (stillesitting, «henge»)
- moderat (gå rundt, kan ha små pauser innimellom)
- høy intensitet (løper rundt, f. eks spille fotball)

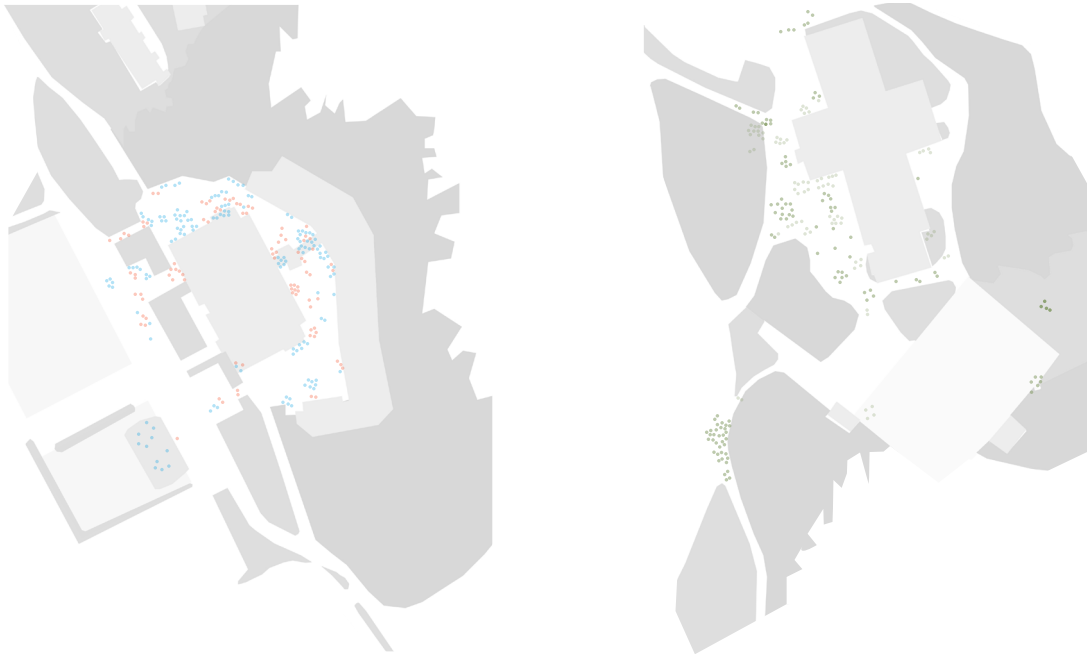


Fig. 4.7 kart til feltobservasjonene, rød for jenter, blå for gutter og grønn viser aktivitetsnivå

Ved observasjon valgte jeg ut ulike områder fra «ungdomstråkk» som jeg identifiserte som områder med mye bruk og aktivitet (fig. 4.7 viser hvordan markeringen ble gjort). Skolens ledelse ble i forkant informert og jeg fikk sitte innendørs mellom observasjonene for å gjøre notater av det jeg så. *Hvordan man skal registrere data er viktig å ta stilling til ved gjennomføring av observasjonstudier* (Tjora, 2012). Tjora skriver at den vanligste metoden er å nedtegne observasjoner og notere refleksjoner knyttet til det man ser og hører. For mine observasjoner bruke jeg utsnitt fra kartene som jeg brukte under «ungdomstråkk». Jeg brukte to farger, rød for jenter og blå for gutter. I tillegg brukte jeg tallene 1-3 for å markere aktivitetsnivåene deres. Slik Tjora anbefaler, noterte jeg også ned hva slags aktiviteter elevene gjorde og i tillegg skrev jeg ned sitater fra noen interessante samtaler.









Når jeg ankom Holmlia skole, første skole ut, var jeg usikker på hvordan jeg skulle få til å registrere alle observasjonene på egenhånd. Planen var å gjøre en testobservasjon på en skole før jeg begynte feltobservasjonene. Det var meldt regn den uken jeg hadde planlagt de første feltobservasjonene og siden jeg ønsket fint vær når jeg observerte ble feltobservasjonene fremskyndt en uke. Feltobservasjonene ble utført i uke 14, over tre dager, med flott vårvær og varme fra sola (tabell 4.2). Jeg observerte at mange ungdommer gikk uten ytterjakke og med is i hånda.

Det ideelle hadde vært å være to til å gjøre observasjoner, men det er vanskelig å få tak i noen som er tilgjengelige på dagtid i ukedagene. Løsningen for observasjonene ble å dele skolen inn i ulike områder for de korte friminuttene og anta at bruk og bevegelse er tilnærmet lik i disse friminuttene. I «storefri» gikk jeg rundt for å se hele området.

Metoden fungerte godt for de to skolene med flere korte friminutt, Holmlia og Jordal. På Tokerud, hvor det kun var et kort og et langt friminutt, valgte jeg gå rundt i begge friminutt. Jeg fikk likevel observert og registrert aktivitet og hadde god oversikt på alle tre skolene.

Da jeg i begynnelsen planla gjennomføringen av de ulike metodene, antok jeg at det var behov for å besøke skolene i flere omganger for å gjøre observasjoner. Etter første observasjonsrunde følte jeg at observasjonene hadde gitt meg nok kunnskap om elevenes bruk og aktivitetsnivåer. Jeg valgte derfor å kutte ut runde to med feltobservasjoner på Jordal og Tokerud. Holmlia skole ble aktuell for runde to, da jeg fikk vite om «Holmlialekene» som skulle starte opp etter påskeferien, uke 16. På denne måten fikk jeg observere *før og etter tiltak*, og kan se om det er noen forskjell i aktivitetsnivå. (se kap. 5.3.2, «feltobservasjon», for informasjon om «Holmlialekene»).

«*Det jeg opplever, stoler jeg på at andre også føler*» - Inge Dahlman (27.03.14), om hvordan vi landskapsarkitekter bruker oss selv i å forstå det vi opplever rundt oss, både relasjoner mellom mennesker og mennesker og landskap.

DATO	SKOLE	VÆR	TEMPERATUR
02.04.14	HOLMLIA	 / 	4 - 9 °C
03.04.14	TOKERUD	 / 	5 - 7 °C
04.04.14	JORDAL	 / 	5 - 10 °C
24.04.14	HOLMLIA	 / 	10 - 13 °C

Tabell 4.2 værforhold ved feltobservasjonene

ANALYSE AV DET FYSISKE MILJØ

Ved å analysere det fysiske miljøet rundt skolen, både nabolaget og skolegården vil det være mulig å forstå ungdommens valg av aktivitetstyper og hvordan landskapet kan påvirke. Fører ulike terrengformer og vegetasjon til variert bruk av skolegården? Har skolens bygningsstruktur og formspråk innvirkning på hvordan utearealene oppfattes? Hvor viktig er sol-/skyggeforhold på skolens utearealer?

Ulike analysekart vil kunne gi svar på disse spørsmålene. Analysekartene kan deles inn i to; skolen i tilknytning nærområdet og skolegården. Viktige analyser over nærområdet vil være terreng, landform og helningsgrad, vegetasjonssjikt- og typer og hvordan skolen ligger i landskapet i forhold til bebyggelsen rundt. Analyser på skolegården vil være bygningsstruktur, samspill mellom bygg og utearealer, innganger, benker og andre objekter (strøpboks, sjakt og annet som er med på å skape variasjon i skolegården), ulike type flater (vegetasjon, asfalt, steinbelegg, trapper).

Ved å knytte disse analysene opp mot «ungdomstråkk» og feltobservasjonene vil jeg kunne si noe om hvilken sammenheng aktivitetsnivå, aktivitetstyper og utemiljøet har.

4.3 METODEPROBLEMER OG VURDERING AV DATAENES KVALITET

SAMTALER MED LÆRERE OG LEDELSE

I etterkant av samtalene jeg hadde med lærere og ledelse ser jeg at samtalene vinklet seg ulikt i forhold til hvem jeg snakket med. Jeg hadde satt opp en del spørsmål jeg ønsket å få svar på, men ikke alle jeg snakket med hadde kunnskap om det jeg lurte på eller ønsket å svare. Dette påvirker informasjon jeg har fra de ulike skolene og antageligvis også hvordan jeg ser på skolens organisatoriske og pedagogiske bruk. Der hvor jeg hadde samtaler før utførelsen av «ungdomstråkk» kan jeg ha blitt påvirket i hvordan jeg ordla meg og oppførte meg mot elevene. I ett tilfelle var kroppsøvingslæreren med under «ungdomstråkk» og kan ha fortalt dem om hva de skulle vise og skrive på kartet.

UTVALG AV ELEVER

Elevene i «ungdomstråkk»-undersøkelsen gikk på samme årstrinn, to klasser i kroppsøving og et valgfag, «Fysisk aktivitet og helse» hvor elevene i større grad er interessert i å være aktive, kan være feilrepresentert for skolen fordi det antageligvis er elever som er opptatt av å være i aktivitet som velger faget.

MEG SELV SOM INFORMANT

Å bruke meg selv som informant og observatør ved utførelsen av «ungdomstråkk» gjør at jeg kan vinkle spørsmål og dataene slik jeg tror og ønsker at de skal være. I noen av besvarelsene har jeg måttet tolke svar og i noen tilfeller husker jeg elever som har «tøffet» seg eller tullet med svarene. Disse besvarelsene har jeg valgt å ikke ta med i resultatene. Det kan likevel være besvarelser som er med i resultatene som ikke er reelle fordi jeg ikke klarte å følge med på hva alle elevene gjorde til enhver tid. Ideelt sett burde jeg hatt med meg en lærer eller andre som kunne observert hvordan elevene svarte på spørsmålene. På Holmlia var den ene kroppsøvingslæreren med meg på alle gruppene og hjalp elevene med spørsmålene.

Selv om jeg prøvde å være tydelig på hva jeg spurte etter kan elevene ha misforstått muntlig og skriftlige spørsmål eller fulgt dårlig med da jeg forklarte oppgaven. Det var flere elever som svarte for sine kveldsaktiviteter der hvor jeg ønsket svar om bruk i friminutt. Jeg forklarte på nytt til de jeg hørte snakke seg i mellom om dette.

FORHOLDET MELLOM OBSERVATØR OG AKTØR

Da jeg utførte «ungdomstråkk» måtte jeg i stor grad involvere meg i hvordan ungdommen tolket og forsto spørsmålene. Jeg innså at jeg som student har et annet ordforråd enn ungdommer. Elevene spurte mange spørsmål og jeg registrerte at noen var fristet til å tulle med svarene. I slike tilfeller presiserte jeg hva jeg var ute etter i et forenklet språk. Det at jeg sa mer om hva jeg var ute etter kan ha påvirket dem til å svare slik jeg ønsket og ikke hva de faktisk gjør.

Ved feltobservasjon valgte jeg *deltagende observasjon* fordi jeg antok at noen ville stille spørsmål ved min tilstedeværelse. På alle skolene opplevde jeg tilfeller hvor flere elever kom bort til meg. Jeg tenkte også at noen elever ville gjenkjenne meg fra «ungdomstråkk» og komme bort til meg. På alle skolene så jeg elevene som hadde vært med i undersøkelsen uten at det så ut til at de kjente igjen meg.

4.4 ETISKE PROBLEMER

PERSONVERNOMBUDET

Da jeg hadde valgt caseområder og bestemt videre metode kontaktet jeg personvernombudet, NSD, for å få en bekreftelse på om jeg måtte søke om tillatelse for «ungdomstråkk» og feltobservasjonene. Jeg fikk bekreftet at det ikke var nødvendig å søke om tillatelse, så lenge «ungdomstråkk» ble gjort på papir og ingen enkeltbesvarelser ble lagret på data. Det var heller ikke lov å ta bilder av elevenes ansikter og jeg ble anbefalt å ta bilder etter skoletid eller på helgedager. Samtalen ble gjort 21. januar 2014.

ANONYMITET

Ungdom under 18 år regnes som barn og alle deres besvarelser og observasjon er anonyme i oppgaven. De kan ikke redigere det bildet som skapes av dem fordi foreldre ikke har blitt bedt om å samtykke til at deres barn kan delta i undersøkelsen.

Jeg har fått tillatelse fra skolene til å gjøre anonyme undersøkelser og observere elevene, uten å ta bilder. Skolen har ikke innhentet tillatelse fra foreldre på forhånd fordi det ikke skal være mulig å gjenkjenne en enkelt elev i studien.

Lærere og skoleledelses uttalelser er godkjent før oppgaven publiseres.

BRUK AV FOTO

Alle bilder fra skolene er tatt på dager hvor det ikke er skole eller i et tidsrom hvor det ikke var elever ute. Der det er personer på bildene, er de tatt fra langt hold slik at de ikke er gjenkjennelige eller ansikt gjort uskarpt. Jeg så det ikke nødvendig å skaffe tillatelse til å ta bilder i skoletiden for å ha elever med i bildet. Bildene er tatt for å få et inntrykk av skolens utearealer og omgivelser.



Bilde 5.1 trappeanlegg

5 HOLMLIA SKOLE

Holmlia skole ligger i bydel Søndre Nordstrand, sør i Oslo, i drabantbyen Holmlia. Med rundt 4500 leiligheter og til sammen ca. 12 000 beboere er drabantbyen blant Oslos største og nyeste.

Ungdomsskolen ble bygd i 1984 og har i 2013/2014 fem klasser på åttende trinn, fire klasser på niende og tiende trinn med til sammen 320 elever. Skolen er en internasjonal skole i et flerkulturelt samfunn.

Informasjon om skolens organisatoriske bruk er fra samtaler med Johan Westgård og Fredrik Alzibawi 07.02.14 og skolens hjemmeside (Utdanningsetaten, Holmlia skole, 2014).

HOLMLIA SKOLE

BYGGEÅR: 1984

ANT. ELEVER: 390*/ 320

DELTAGERE: 12*/ 36

AKIVITETSNIVÅ: 35,3 min/dag

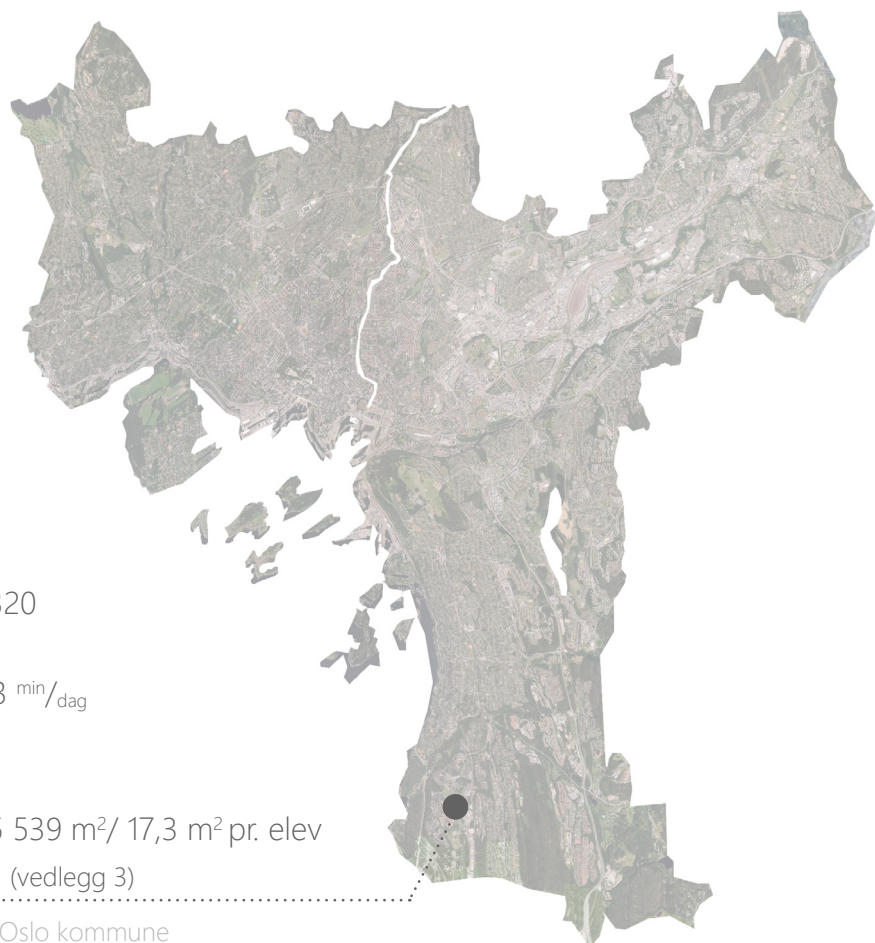
TOMT: 11 1337 m²

BYGG: 2 746 m²

NETTO UTEAREAL: 5 539 m²/ 17,3 m² pr. elev

*tall fra undersøkelsen i 2011 (vedlegg 3)

Fig. 5.1 Holmlias beliggenhet i Oslo kommune





Bilde 5.2 inngang Holmliahallen



Bilde 5.3 nordside av skoletorg



Figur 5.2 forenklet kart over Holmlia skole, tall viser hvor bildene er tatt, se bildetekst (feks 3 på kart tilsvarer bilde 5.3)



Bilde 5.4 sykkelparkering & nordsiden av skolen



Bilde 5.5 nordside av skoletorg vinterstid

5.1 BESKRIVELSE AV SKOLEGÅRDEN

Skolen ligger sentralt på Holmlia med Lusetjern barneskole som nærmeste nabo. Området til ungdomsskolen er bygd over Holmlia idrettshall. De to skolebygningene ligger derfor på en høyde og mellom byggene danner det seg et torg. Fra skolens område er det bygd et vestvendt trappelanlegg med sittemuligheter.

Ved siden av skolegården ligger Lusetjerdalen idrettsanlegg med ballbinge, grusbane, kunstgressbane og en større gresslette. Bebyggelsen rundt er bygd tett opp mot skolene og idrettsanlegget. Holmliasenteret, en steinkast unna, tilbyr en rekke kjedebutikker. I Holmlia idrettshall har skolen kroppsøving. Actis treningssenter og Holmlia bad har også sine lokaler under skoleanlegget.

I følge innsamlet data om Oslo-skolene i (vedlegg 2) har Holmlia et netto uteareal på 5 539 m². Med 320 elever tilsvarer dette et areal på 17,3 m² per elev, 27,9% av det anbefalte minstekravet (Thorén, 2003).

5.2 SKOLENS ORGANISATORISKE BRUK

I følge skolens hjemmeside er skolens visjon «Felleskap, kunnskap, vennskap!» (Utdanninsetaten, *Holmlia skole*). På skolens hjemmesider står det at «Skolen jobber med å oppnå dette ved å ha fokus på ro, orden og et godt arbeidsmiljø som er grunnleggende for at læring skjer. Skolen jobber for at elevene skal få et best mulig utgangspunkt for liv og læring i framtida.»

Skolen har i tillegg til kommunens fellesreglement innført et eget regelverk (ibid). Holmlia har en muntlig regel (finnes ikke på skolens hjemmesider om reglement) når det gjelder skolegården og utendørs bruk: *Det er i skoletiden forbud mot bruk av sykkel, skateboard og sparkesykkel og rullende elementer.*

FRIMINUTT

I løpet av dagen har elevene tre friminutt på ti minutter, hvor alle må ut, og «storefri» på 40 minutter. De korte friminuttene begynner klokken 09.20, 10.30 og 13.20, mens «storefri» er 11.40-12.20. Elevene har mulighet for å spise i kantinen i «storefri». Mange elever velger å dra til Holmliasenteret eller hjem for å spise. Tabell 5.1 viser total friminuttid per dag og i løpet av alle tre årene.

FRIMINUTT	pr. dag/3 år * KROPPSØVING	pr. dag/3 år * AKT.NIVÅ/FRIMINUTTID
70 min/665t	28 min/285t	(35,3 ^{min} /dag)50,4%

Tabell 5.1 tildelt tid for friminutt og kroppsøving, samt tiden de er i aktivitet i friminutt per dag.

PEDAGOGISK UTEBRUK

Holmlia bruker Lusetjerdalen idrettsanlegg og nærliggende turområder i kroppsøving og valgfaget «Fysisk aktivitet og helse». Bruk av uteområdene foregår før høstferien, uke 40, og etter påske. Hver vinter arrangeres det en aktivitetsdag hvor elevene kan stå på ski eller skøyter. Det er mulighet for å leie ski og skøyter gratis av idrettslaget, både på aktivitetsdagen og alle tirsdager og torsdager, vinterstid. I åttende og niende klasse arrangerer skolen overnattingstur hvor elevene drar ut i naturen og sover ute.



Bilde 5.6 kunstgressbane



Bilde 5.7 tekepluss Lusetjern skole



Bilde 5.8 volleyballbaner

5.3 RESULTATER

5.3.1 «UNGDOMSTRÅKK»

«Ungdomstråkket» ble gjennomført fredag 7. februar i faget «Fysisk aktivitet og helse». Det var i alt 36 elever med i undersøkelsen. Faget er et valgfag og har et stort flertall gutter, se tabell 5.2.

Holmlia skole har mellom 60-70 prosent elever med innvandrerbakgrunn. Elevene som gjennomførte «ungdomstråkk» ligger litt i overkant med 72% som enten er første- eller andregenerasjonsinnvandrere.

Resultatene av hvordan elevene kommer seg til og fra skolen viser at de aller fleste går. Det var mulig å krysse av på flere transportmidler, men av tabell 5.2 ser man at et fåtall sykler, bruker buss eller blir kjørt.

Når det gjelder aktiviteter på fritiden utmerker jentene seg. Alle jentene er med på organisert idrett; dette ha noe med faget undersøkelsen ble gjort i.

	GUTTER	JENTER	TOTALT
ELEVER I UNDERSØKELSEN	29	7	36
ETNISITET			
norsk	8	3	11
andre generasjons innvandrere	15	4	19
første generasjons innvandrere	6	0	6
TRANSPORT TIL/FRA SKOLEN			
gå	28	7	35
sykkel	5	1	6
buss	2	0	2
bil	2	0	2
AKTIVITET UTENFOR SKOLETID			
organisert idrett	18	7	25
uorganisert idrett	18	5	23

Tabell 5.2 oversikt over elevenes besvarelser i «ungdomstråkk»

Elevenes besvarelser er markert på kart for de ulike spørsmålene. UngKan 2 viste at det var signifikante forskjeller mellom guttenes og jentenes aktivitetsnivå i 15-års alderen og jeg har derfor valgt å skille mellom gutter og jenter.

GUTTER

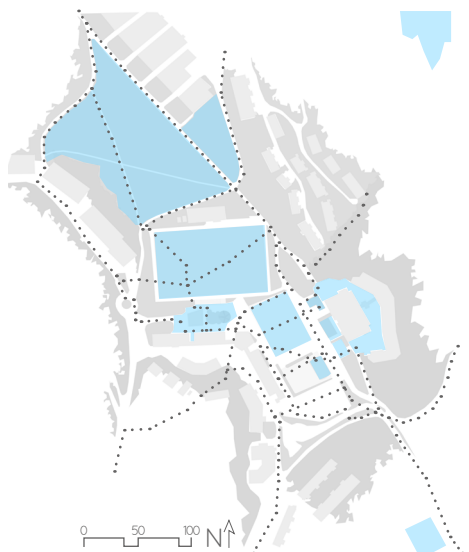


Fig. 5.3a guttenes bruk og bevegelse på skolen, tall viser snitt av antall dager aktiviteten blir gjort (0-5)

BRUK & BEVEGELSE

A	ballspill.....	1,8
B	sitte inne.....	3,1
C	butikk/kiosk/kantine.....	2,1
D	henge med venner.....	3,1
E	skate.....	
F	utenfor skolens område....	1,5
G	ski/vinteraktiviteter.....	0,4
H	annet.....	

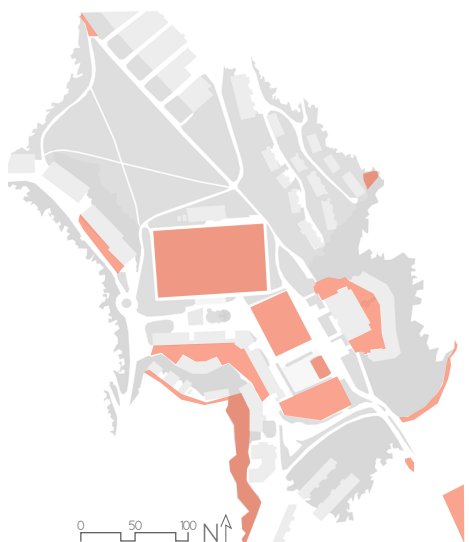


Fig. 5.3b guttenes mislikte steder fordelt i fire kategorier, ¹⁾ brukes aldri ²⁾ skummelt ³⁾ stygt ⁴⁾ kjedelig

MISLIKTE STEDER

1	ballbinge.....	1) 4)
2	skoleveier uten lys.....	1) 4)
3	parkeringsplass.....	3)
4	volleyball.....	3) 4)
5	grusbane.....	1) 3) 4)
6	skoletorget.....	4)
7	mørk skolevei.....	2)
8	annet.....	

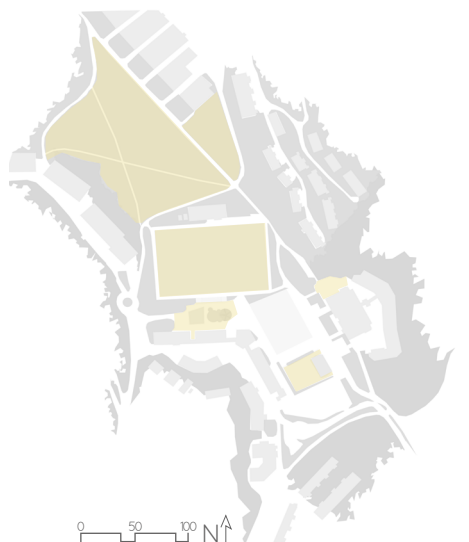
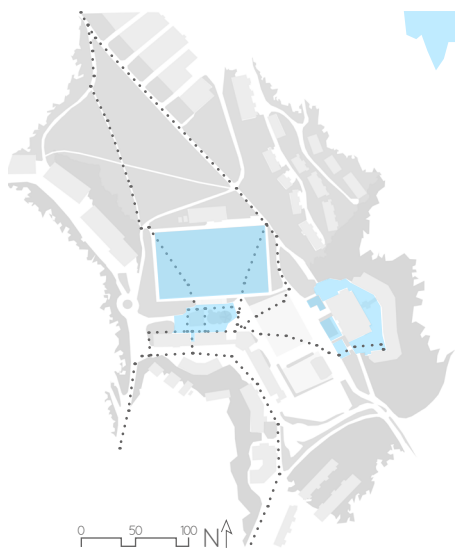


Fig. 5.3c guttenes savn og ønsker i skolens nærrområder

SAVN & ØNSKER

- noe å gjøre på gressletta
- basketballbane
- mer lys på skoleveien
- mer ballspill
- parkouranlegg
- treningspark
- cricketbane
- skateanlegg/lekeplass

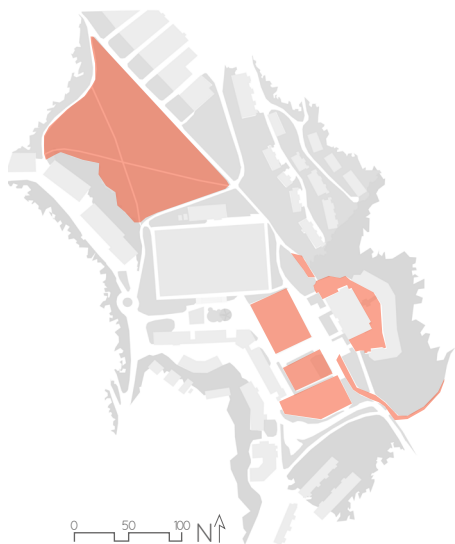
JENTER



BRUK & BEVEGELSE

A	ballspill.....	1,7
B	sitte inne.....	4,6
C	butikk/kiosk/kantine.....	4,5
D	henge med venner.....	5,0
E	skate.....	
F	utenfor skolens område....	0,9
G	ski/vinteraktiviteter.....	0,6
H	annet.....	

Fig. 5.4a jentenes bruk og bevegelse på skolen, tall viser snitt av antall dager aktiviteten blir gjort (0-5)



MISLIKTE STEDER

1	ballbinge.....	1) 4)
2	sykkelparkering.....	1) 4)
3	parkeringsplass.....	1) 4)
4	gresslette.....	1)
5	grusbane.....	3)
6	skoletorget.....	4)
7	mørk skolevei.....	4)
8	annet.....	

Fig. 5.4b jentenes mislikte steder fordelt i fire kategorier, ¹⁾ brukes aldri ²⁾ skummelt ³⁾ stygt ⁴⁾ kjedelig



SAVN & ØNSKER

- spille fotball uten gutter
- lite sted å bare henge på
- et sted å sitte når det regner
- mer plass på skolen

Fig. 5.4c jentenes savn og ønsker i skolens nærrområder



Bilde 5.9 sti mot Holmliasenteret



Bilde 5.10 grusbane

BRUK & BEVEGELSE

Figur 5.3a og 5.4a viser bruk og bevegelse i skoletiden. Den blå fargen viser områder elevene bruker til noe spesifikt, mens den stiplede linjen viser bevegelsesmønsteret til og fra skolen og hvor de beveger seg i friminuttene. Skjemaet er delt inn fra bokstaven A til H. Dette er spørsmål om hvor ofte elevene gjør ulike aktiviteter. Elevene kunne svare fra null til maks fem, siden skoleuken består av fem dager, tallene viser i snitt antall dager de ulike aktivitetstypene.

I følge elevenes markeringer på kart bruker guttene flere arealer og beveger seg i et større område. Områdene hvor både guttene og jentene oppholder seg er Holmliasenteret, skoletorget, fotballbanen, områder på barneskolen, hvor niende klasse har klasserom, og trappeanlegget. I tillegg bruker guttene den store gressletta, grusbanen, ballbingen og vandrer bort til «kebabsjappa».

På spørsmålet om hvor ofte de benytter ulike områder er det tydelig forskjell på guttene og jentene når det gjelder å sitte inne. Jentene sier alle at de henger med venner hver dag på skolen. Elevene hadde også mulighet for å gi kommentarer ved siden av besvarelsene. Ballspill er nesten likt for gutter og jenter, og her kommenterte flere at de kun gjorde dette i kroppsøving. Skating er ikke tillatt i skoletiden og det var heller ingen elever som skrev at de skatet i skoletiden eller som uorganisert aktivitet på fritiden.

MISLIKTE STEDER

Spørsmålene rundt «bruk og bevegelse» gir mulighet for å se hva elevene selv sier de gjør. I denne studien får jeg i ettertid mulighet for å observere hva elevene faktisk gjør i friminuttene. Ved observasjon vil det ikke være mulig å kontrollere hvilke steder elevene oppfatter som uattraktive i form av *stygt*, *skummelt*, *kjedelig* eller *aldri brukt*. Dette gjør spørsmålet i «ungdomstråkk» ekstra viktig.



Bilde 5.11 lekeplass



Bilde 5.12 benker på skoletorget

I figur 5.3b og 5.4b er de mislikte stedene markert med rødt i kart og fått tall fra en til åtte. Elevene kunne krysse av for om 1) *brukes aldri*, 2) *skummelt*, 3) *stygt* og 4) *kjedelig*, med mulighet for å krysse av ved flere alternativer.

Det er kun to steder guttene og jentene er enige om at de misliker. Ballbingen *brukes aldri* og er *kjedelig*, mens skoletorget er kun *kjedelig*. Ellers har guttene og jentene særdeles ulike syn på hva og hvorfor de ikke liker steder. Guttene markerer større deler av arealene som de misliker som enten *skummelt*, *stygt* eller *kjedelig*. Jentene har markert områder de i liten grad bruker, se figur 5.3b og 5.4b. Noen markeringer på guttenes kart var ikke begrunnet, men jeg har valgt å markere dem i kartet for å vise spredningen av mislikte steder.

SAVN & ØNSKER

Hvilke områder elevene benytter seg av syntes de er enkelt å svare på. *Savn* og *ønsker* etter spesifikke aktiviteter i skolegården, eller områdene rundt, var vanskeligere å komme på. Spørsmålet var: *Hva skulle skolegården tilbudsom fikk deg til å ville gå ut i friminuttet i stedet for å sitte inne?*

Savn og *ønsker* er markert gult på kartet i figur 5.3c og 5.4c. Guttene er i større grad flinkere til å komme på aktiviteter de savner og områder hvor de ønsker det skal foregå noe. Ønskene deres er konkrete, men ambisiøse, og fokuserer på idrettsaktiviteter. Noen gutter ønsker seg *parkouranlegg*, andre *cricketbane* og *skateanlegg*. Selv med fire ulike baner på idrettsanlegget savner guttene *basketballbane* og *mer ballspill*.

Jentene har *ønsker* knyttet nærmere selve skoleanlegget. De savner *steder å henge på*, *benker å sitte på*, *mer plass* og når det kommer til ballspill ønsker de å kunne *spille fotball uten guttene*.

5.3.2 FELTOBSERVASJON

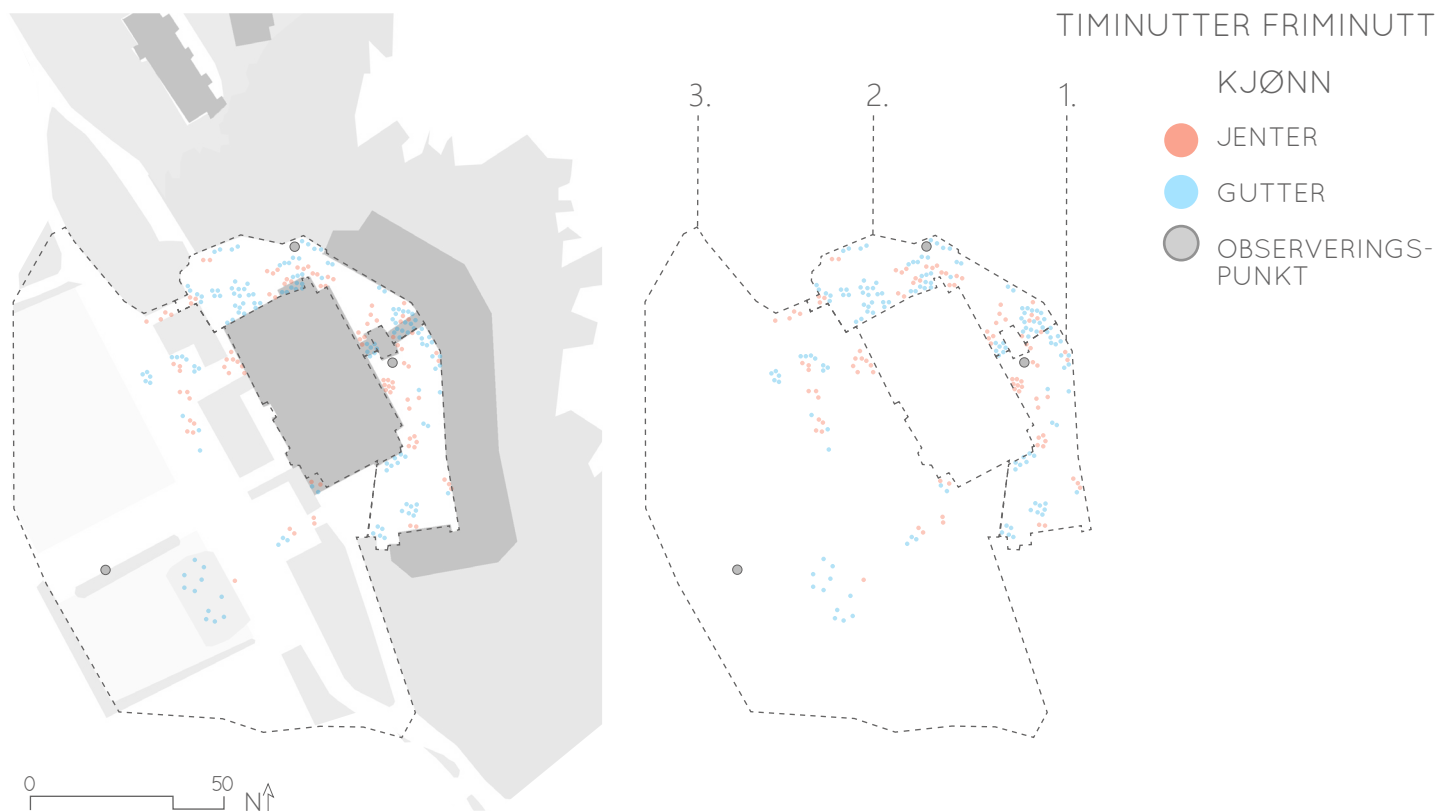


Fig. 5.5a fordeling av kjønn i ti minutters friminuttene

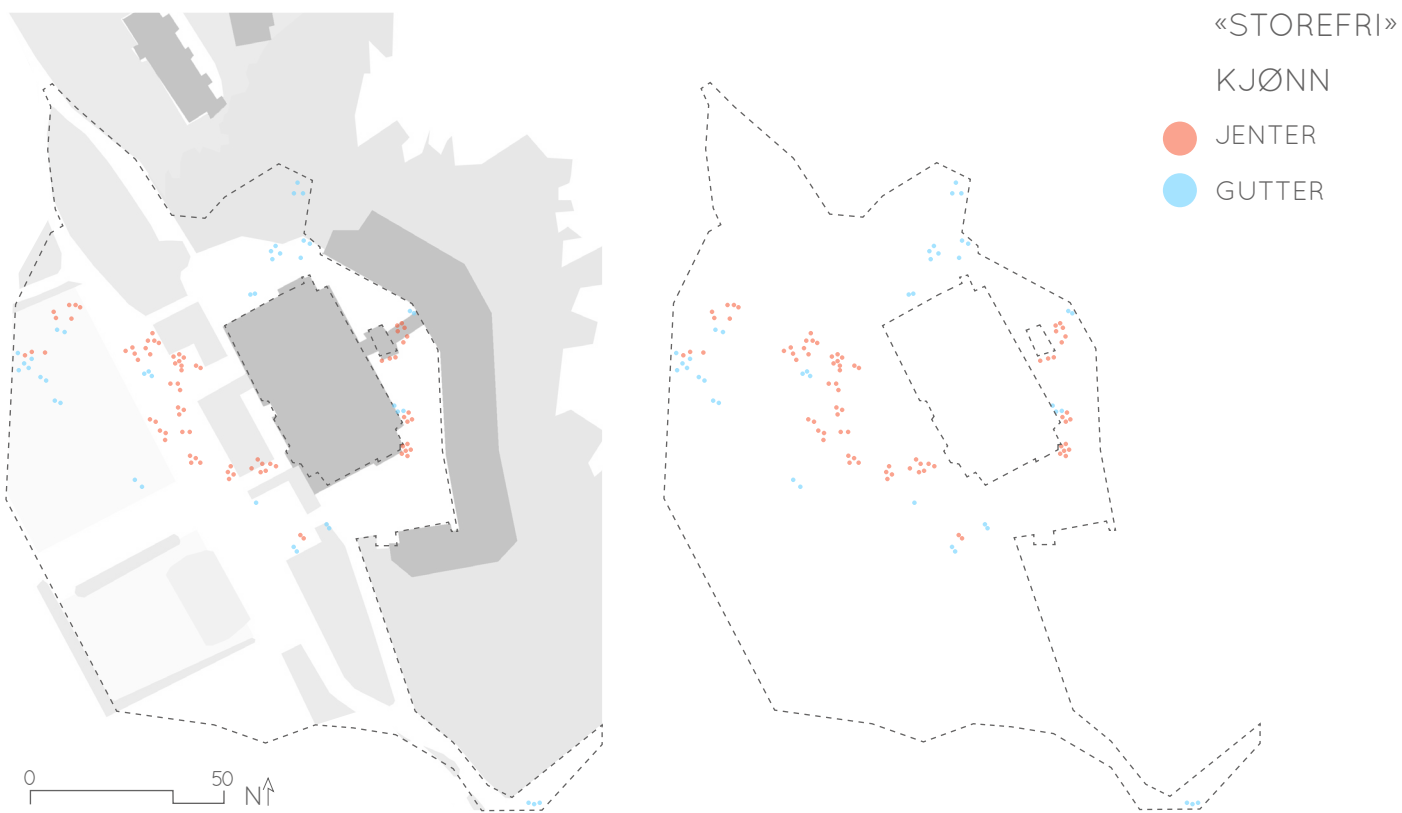


Fig. 5.5b fordeling av kjønn i «storefri»

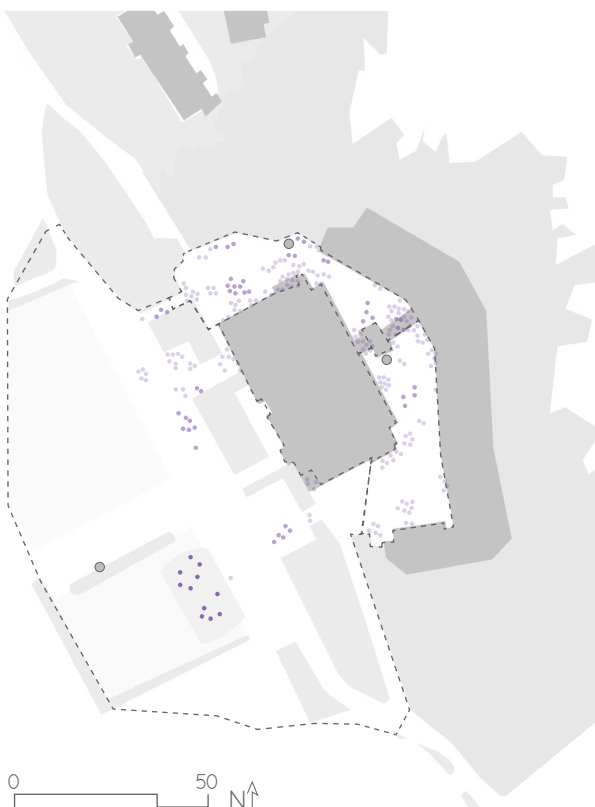
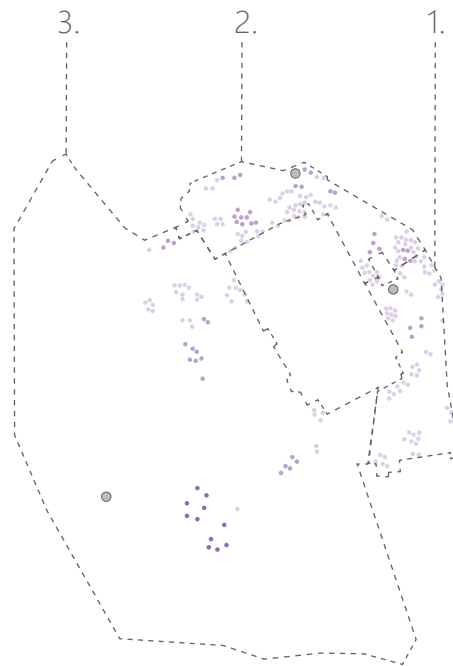


Fig. 5.6a fordeling av aktivitetsnivå i ti minutters friminuttene

TIMINUTTER FRIMINUTT



1. AKTIVITETSNIVÅ
- 1 LAVT
stillesitting, henger
 - 2 MODERAT
går rundt, små pauser
 - 3 HØY INTENSITET
spiller fotball, løper rundt
 - OBSERVERINGS-PUNKT

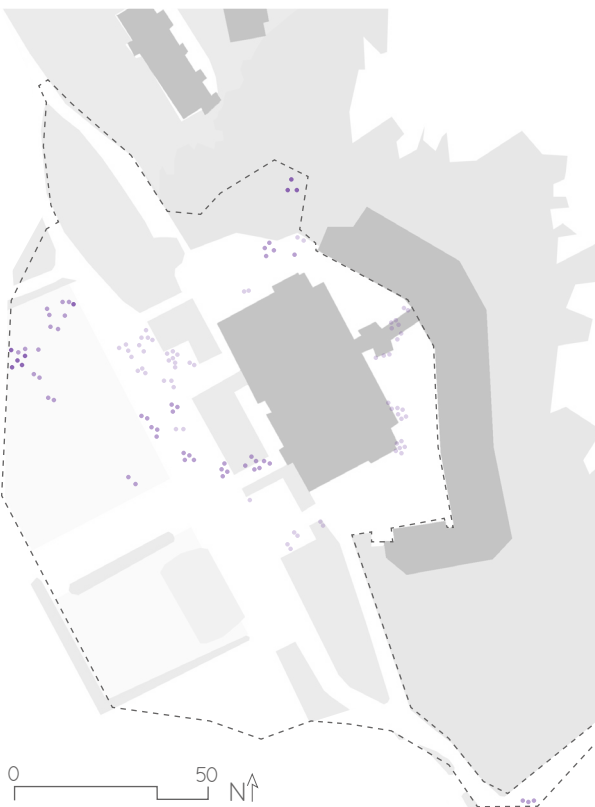
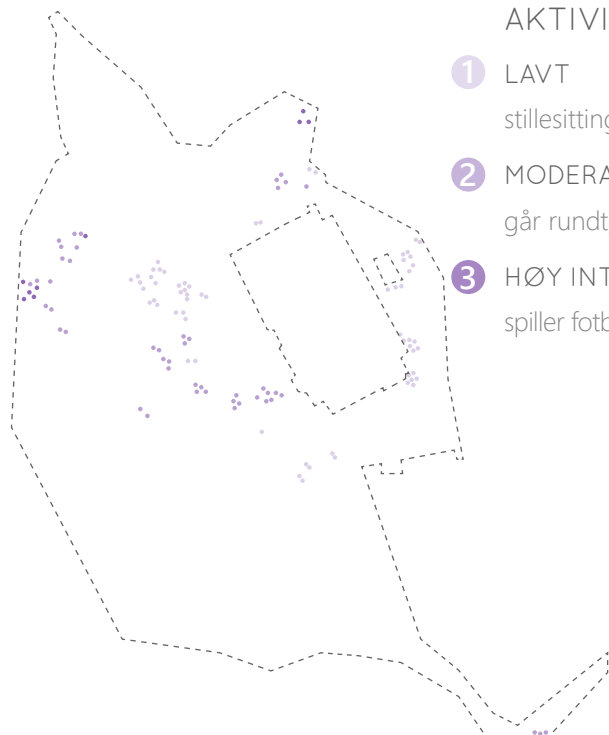


Fig. 5.6b, fordeling av aktivitetsnivå i «storefri»

«STOREFRI»



- AKTIVITETSNIVÅ
- 1 LAVT
stillesitting, henger
 - 2 MODERAT
går rundt, små pauser
 - 3 HØY INTENSITET
spiller fotball, løper rundt



Bilde 5.13 inngang M



Bilde 5.14 sykkelparkering

Feltobservasjonene ble gjort i etterkant av «ungdomstråkk». Jeg ønsket å gjøre feltobservasjoner når vinteren var over for å se aktiviteten om våren. Den største delen av skoleåret er uten snø på bakken og jeg har inntrykk av at elevene i større grad får lov til å oppholde seg innendørs på vintertid.

På Holmlia gjorde jeg feltobservasjoner i to omganger. Ved første feltobservasjon fikk jeg rede på at skolen skulle arrangere «Holmlialekene»* etter påskeferien. Dette ga meg mulighet for å samle inn data om elevene før og etter tiltaket, altså «Holmlialekene».

FØRSTE FELTOBSERVASJON

Onsdag 2. april dro jeg tilbake til Holmlia skole for å gjøre observasjoner av elevene i friminuttene. Skolen har delt inn skoledagen med fire friminutt, tre på ti minutter og et langt «storefri» på 40 minutter.

Jeg valgte å dele inn skolen i tre soner for ti minutters friminuttene, se figur 5.1. Ved å dele skolegården inn i soner kunne jeg sitte på et punkt mens jeg observerte. Jeg antar at ungdommen gjør omtrent det samme i ti minutters friminutt og har i ettertid slått registreringene sammen. I figur 5.5a og 5.6a ser man fordelingen av jenter og gutter og aktivitetsnivået.

TI MINUTTER FRIMINUTT

I første friminutt, 09.20-09.30 er det overskyet og rundt fire grader i lufta. Jeg observerer nedre del av skoletorget. Elevene strømmer ut fra utgangsdører overalt. De fleste krysser skoletorget for å skifte klasserom. Noen henger like utenfor klasserommene og de står i klart definerte klynger. Jeg observerer et par elever som står helt alene. De henger litt med hodet mens de har musikk på ørene og stirrer på mobilen. Til tross for at det er forbud mot «rullende elementer» ser jeg fire stykker med sparkesykkel.



Bilde 5.15 «mosaikk-slangebenk»

Klokken 10.30 har skylaget lettet litt og solen prøver å trenge gjennom. Temperaturen har økt en grad og det er fremdeles ganske kaldt. I dette friminuttet har jeg satt meg på øvre del av skoletorget. Jeg sitter på et sitteelement bygd som en drage i mosaikk. Ei jente kommer bort til meg og lurer på om jeg er en ny lærer. Jeg forklarer at *jeg er på Holmlia for å observere hva elevene her gjør i friminuttene*. Eleven smiler til meg og rusler avgårde til venninnene sine og snakker med dem, antageligvis om meg og hva jeg gjør.

Jeg observerer at elevene har en tendens til «å henge» ved ulike objekter på torget. Noen sitter på en strøboks, andre «henger» ved en luftsjakt. Det er to benker på torget, men det er få som velger å sette seg på disse. Små gjenger blir stadig større og endrer seg. Også i dette friminuttet står mange i nærheten av inngangene og krysser skoletorget for å skifte klasserom.

Det er noen jenter som «henger» i trappa og løper litt rundt. Jeg forstår det som at de småerter hverandre; lugger i håret og tuller om gutter. Jentene vandrer mer rundt enn guttene, som står i store gjenger hele friminuttet. En guttegjeng er trege med å gå inn etter at det har «ringt inn».

Siste friminutt for dagen bruker jeg til å observere forsiden med trappe- og sitteanlegg, samt inngang til kantine og idrettshall. Klokken er 13.20 og det er ni grader; mange har latt jakka bli igjen inne. *Mottaksklassen** spiller fotball i ballbingen allerede før jeg kommer ut på plassen. Mange jenter rusler frem og tilbake på veien foran skolen, mens de iakttar det som foregår rundt. De stopper etterhvert opp for å snakke med et par lærere. En del elever har satt seg ned i trappene og nyter vårluften og varmen fra solstrålene som klarer å trenge gjennom skylaget. Det samler seg en stor gjeng utenfor idrettshallen som snakker om at de skal svømme. De ser ut til å glede seg og er engasjerte i samtaler seg i mellom og med lærerne.



Bilde 5.16 bygningen hvor niende klasse holder til



Bilde 5.17 Poster, «Holmlialekene»

«STOREFRI»

«Storefri» begynner 11.40 og varer til 12.20. Friminuttet varer såpass lenge at det gir mulighet for å sirkulere rundt i dette friminuttet. I figur 5.5b og 5.6b kan man se hvor elevene er og i hvilket aktivitetsnivå de er.

Når det «ringer ut» strømmer det ut elever fra utgangene; i løpet av to minutter er skoletorget helt tom! På fremsiden registrerer jeg aktivitet inn i kantinen og ellers går strømmen av elever nordover og sørover fra skolen. Det er også friminutt på Lusetjern skole og det er vanskelig å skille syvende klassene fra åttende trinn. Likevel ser jeg niende trinn, som har klasserom på barneskolen, krysse grusbanen for å gå til kantina.

En lærer kommer bort til meg og sier, med et smil om munnen, at om jeg skal finne noen ungdommer, må jeg gå til Holmliasenteret. Nedover mot stien til Holmliasenteret går ungdommer mot «kebabsjappa» eller til senteret. Det er umulig å observere om de jeg ser er ungdom fra skolen eller andre som ikke tilhører skolen. Jeg ser et par gutter fra «ungdomstråkket» som tar seg en pause i krysset for å spise mat mens de «tuller» litt rundt.

Etter en halvtime begynner elevene å komme tilbake til skolens område. Lusetjern skole er ferdig med sitt friminutt og det er nå enklere å se hvor ungdommene er og hva de gjør. Jeg har inntrykk av at de først kommer tilbake når barneskolens friminutt «ringer inn», slik at de kan bruke arealer som disse barna opptar i sitt friminutt. I de siste minuttene ser jeg samme tendens som i ti minutters friminuttene: elevene henger like utenfor inngangene og venter på at det skal «ringe inn».

«HOLMLIALEKENE»

«Er du Holmlias sprekeste elev?» står det skrevet på en plakat som er hengt opp i skolegården. 24. april er første dag og første øvelse ut i «Holmlialekene» av totalt fem dager med konkurranser. Arrangementet er et tiltak gjort av kroppsøvlingslærerne. I løpet av fem dager skal det utføres fem ulike styrkeøvelser. Konkurransen foregår i «storefri» og alle kan være med.



Bilde 5.18 inngang I



Bilde 5.19 området hvor «dekkløft»-konkurransen foregikk

Jeg var med og observerte første dag. Utfordringen denne dagen var «dekkløft». I løpet av hele konkurransen skal deltakerne gjennom nærmere spesifiserte øvelser som: «dekkløft», «sitt», «lempe langt» og «sirkus». Deltagelse gis to poeng og det gis tilleggs poeng til de to med best resultat, både for jenter og gutter (per. medd. Westgård). Det hele skal avsluttes med en hinderbane - finale blant topp 15 deltagerne.

Lærerne er spente. Dette er det første «friminutt – tiltaket» som blir gjort på Holmlia både for å bedre fysisk aktivitet og sosiale forhold. Hjernen bak ideen, Johan Westgård, hadde tenkt på dette tiltaket en god stund, og han fikk god støtte da han delte ideen med kollegaene.

Tre kroppsøvlingslærere og et par elever gjør klar til konkurransen en god stund før friminuttet begynner. Jeg får teste «dekkløft»- øvelsen og syntes det er vanskeligste er å balansere dekket. Jeg tror det kan være tungt for noen av elevene.

Musikken skrus på og elevene strømmer ut av dørene på «skoletorget». I begynnelsen er det få som tør å prøve seg, men et par gutter forsøker seg og får det til. Etterhvert prøver ei jente seg. De andre jentene rundt er kjempestolte, men vil ikke prøve og sier de er «for svake». Kroppsøvlingslærerne (som alle er menn) viser øvelsen og flere gutter ønsker å prøve seg. De kvinnelige lærerne står i mengden og prøver å engasjere jentene, uten hell.

Det står til en hver tid minst 30 elever og ser på og noen av guttene prøver seg etterhvert. Fire minutter før det «ringer inn» løser «spenningen» rundt jentene seg og nå har flere av dem lyst til å prøve. Nærmere hundre elever står nå og ser på, de fleste har kommet tilbake til skolen. Stemningen er god og det er kø for å teste «dekkløft».

Til sammen 33 elever deltok, av dem var det ti jenter. Flere gjorde øvelsen to ganger. Lærerne var fornøyde med oppmøtet og håpet at det ville komme enda flere ved neste øvelse.

5.3.3 ANALYSE AV DET FYSISKE MILJØ

For å kunne se om fysisk aktivitet påvirkes av utemiljøet har jeg valgt å se på landskapet rundt skolen og nærmiljøet. På et overordnet nivå har jeg sett på terreng og helning, og vegetasjon og sjikt. Hvordan skolen ligger i landskapet og henvender seg mot omgivelsene rundt påvirkes i stor grad av disse to faktorene. Selve skolegården kan påvirkes av bygningsstruktur, innganger, høyde og utforming, og sol/skyggeforhold på tomte. Terrengform og vegetasjon på selve tomte kan også være en påvirkningsfaktor.

TERRENG & HELNING

Faktorer som hvordan skolen ligger i terrenget og er med på å skape romlighet i skolegården og hvordan skolen henvender seg ut mot nærmiljøet er avgjørende for om skolen føles som en del av nabolaget. Figur 5.7 viser terrenget med 5 meters koter og fire helningsgrader; tilnærmet flatt, skrående, oppbygd og bratt terreng. Holmlia skole har en fjellrygg som omfavner skolen i øst og skolen henvender seg mot vest hvor idrettanlegget og barneskolen ligger. «Skoletorget»



Fig. 5.7 Helningsgrad i områdene rundt Holmlia skole

er flatt og områdene til idrettsanlegget er også tilnærmet flatt. Selve skolen og «skoletorget» ligger på et opphevet platå som tas opp av trapper og skrående terreng.

VEGETASJON & SJIKT

Fjellryggen som omfavner skolen består av tett skog og arealer rundt idrettsanlegget og skolen har også tette skogområder. Skråningen som tar opp nivåforskjellen mellom «skoletorget» og idrettsanlegget består av gressbakker og buskfelt. Mellom skolene er vegetasjon åpen, bestående av et par trekker plantet i grusdekke. Figur 5.8 viser de ulike vegetasjonstypene som danner ulike sjikt. Gressflatene skaper lite variasjon og danner åpne rom på samme måte som harde flater gjør. Skogen består av høy og tett vegetasjon som gir lite innsyn, enkeltrærne gir et frodig innslag, og i trekkene skaper romlighet. Buskfeltene er også med på å danne romlighet, spesielt rundt trappeanleggene hvor buskene er plantet på hver side. Blomsterbeddene på «skoletorget» er med på å myke opp det ellers stramme og nakne torget.



Fig. 5.8 Vegetasjonstyper rundt Holmlia skole

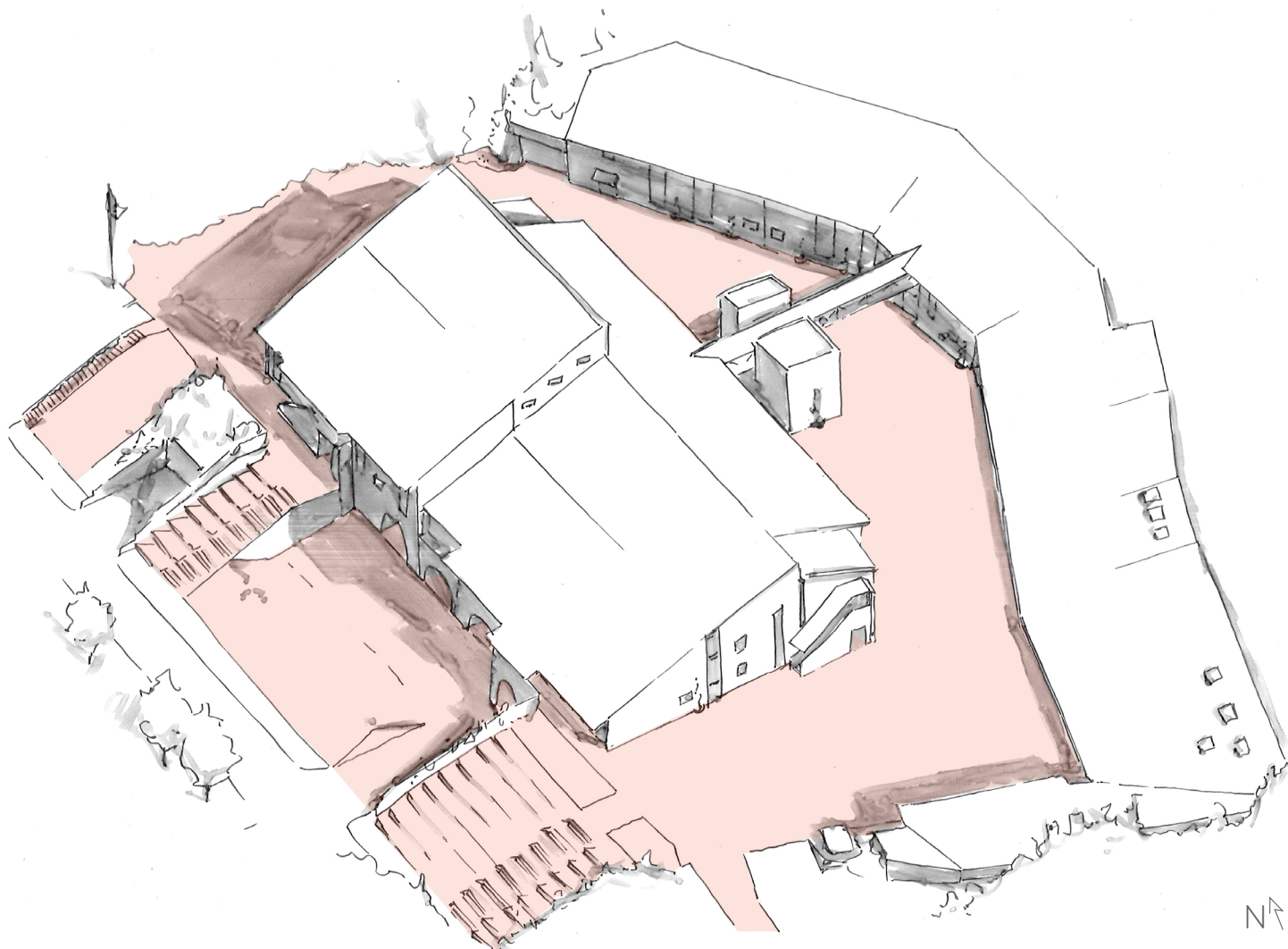


Fig. 5.9 Aksonometrisk tegning av skolegård og skyggedannelse midt på dagen

BYGNINGSSTRUKTUR & SOL/SKYGGE

Skolen består av to bygninger hvorav den ene ligger mot fjellsiden i øst og den andre mellom to høydenivåer. Det østliggende bygget er flervinklet slik at det omfavner torget fra øst til sør. Bygningen har én etasje i den sørlige delen og to etasjer i den nordlige. Dette skaper minimalt med skygge på «skoletorget» fra morgenen av. Fjellsiden vil likevel danne skygge når solen står lavt på himmelen. Bygning nummer to er et kompakt bygg med to og tre etasjer, i tillegg til å ha en underetasje på vestsiden i det lavere nivået. Skolegården vil få en del skygge i nord på grunn av den kompakte bygningen og bygningens tredje etasje. De to bygningene knyttes sammen med en bro i annen etasje, ca. midt over torget. Figur 5.9 illustrerer hvordan skyggen vil kastes over skolegården midt på dagen, ca. kl. 12. Ferskenfargen markerer skolegårdens flater og viser hvor skyggen faller.



Fig. 5.10 Kart over skolegårdens innganger, dekker og vegetasjon

SKOLEGÅRDEN

Figur 5.8 viser selve skolegården og dens innganger, ulike belegg, vegetasjon, benker og andre elementer. På «skoletorget» er det bygd opp små blomsterbed langs byggene. Både blomsterbedene og slangebenken (markert gul, nord i skolegården) er dekorert av mosaikk og skaper en helhet i skolegården, se bilder 5.14 og 5.15. Beleggene består av asfalt (mellomgrå) og steinbelegg (lys grå), samt trappeanlegg i betong og tre (mørk grå). Skolen har 16 innganger hvorav 10 er elevinnganger (leder inn til klasserom).

Fig.5.8a Oversikt over jentene og guttenes bruk i forhold til utforming av skolegården

- jenter
- gutter
- begge kjønn
- vegetasjon
- steinbelegg
- asfalt
- trappeanlegg
- enkelttre
- benk & elementer
- inngang



5.4 OPPSUMMERING

HVILKE AKTIVITETSTYPER FORETREKKER UNGDOM?

Ungdommene på Holmlia sier selv at de oftest «henger» med venner enten inne, i kantina eller på Holmliasenteret. Ved observasjon kommer det tydelig frem at «å henge» i klynger er en populær aktivitet. Det avhenger likevel av hvor langt friminutt elevene har, hvor de velger å oppholde seg.

Gutter bruker flere arealer enn jentene, og typiske aktiviteter er ulike ballspill. Både jenter og gutter har en sterk tilhørighet til Holmlia og er stolte av stedet de kommer fra. Deres *mislikte steder* er i stor grad steder de *sjelden bruker, ikke har interesse av, eller finner kjedelig. Savn og ønsker* viser store ulikheter mellom guttene og jentene. Også her er ballspill i fokus hos guttene, mens jentene helst ønsker steder de kan være sosiale sammen.

Det er stor forskjell på aktiviteten i korte og lange friminutt. I de korte friminuttene er det lite aktivitet og de fleste oppholder seg i skolegården ved en inngang. «Storefri» gir elevene rom for å spre seg og bedrive aktiviteter utenfor selve skolegården. Jo lenger unna skolegården elevene oppholder seg, jo høyere er aktivitetsnivået. I de tilfellene det ble registrert høyt aktivitetsnivå var det ballspill, bruk av sparkesykkel eller lekeslåsning som ble observert.

Fig.5.8b Oversikt over elevenes aktivitetsnivå i forhold til utforming av skolegården

- høyt akt.nivå
- moderat akt.nivå
- lavt akt.nivå
- vegetasjon
- steinbelegg
- asfalt
- trappeanlegg
- enkelttre
- benk & elementer
- inngang



HVILKEN BETYDNING HAR UTFORMINGEN AV SKOLENS UTEAREALER?

Terrangformen og vegetasjonen skaper en omfavneelse rundt skolen og selve nærmiljøanlegget. Selve idrettsanlegget ligger i et lavere nivå og har store flater. Skolen ligger henvendt mot Lusetjern skole og idrettsanlegget i vest. Det er få store skyggeflater i skolegården. Det er ulike muligheter for å sitte, både på benker og andre elementer/objekter (strøkkasse, ventilasjonsanlegg, trapper). Skolebygningen har svært mange innganger og de to bygningene skaper et torg som elevene er nødt for å krysse for å bytte klasserom.

Elevene oppholder seg stort sett på harde flater eller i trappeanlegget. Gjengene står ofte i tilknytning innganger, objekter på torget (vinduskarmer, luftsjakt, strøkboks). Det er ingen aktivitet å observere på gressflatene, men et par gutter i skogholtet blir registrert.

HVORDAN PÅVIRKES SKOLENS ORGANISATORISKE & PEDAGOGISKE OPPLEGG FYSISK AKTIVITET I SKOLEHVERDAGEN?

Holmlia skole arrangerer årlige turer i naturen og aktivitetsdager. Det er et tydelig engasjement blant lærerne og de blir støttet av ledelsen. Elevene har respekt for lærerne og lærerne respekterer elevene. Skolens beliggenhet med idrettsanlegget utenfor og idrettshallen i fjellet under skolen, gjør at skolen ligger i kjernen av områdene for fritidsaktiviteter. Flere lærere bor i området og møter elevene på treningssteder og andre steder utenfor skoletid.



Bilde 6.1 fremside & hovedinngang

6 JORDAL SKOLE

Jordal skole er en nyere ungdomsskole, oppført 1999, i bydel Gamle Oslo. Jordal ligger i dalsøkket mellom Kampen og Vålerenga. Skolen er bygd i tilknytning Jordal Amfi, idrettspark og idrettshall.

Per dags dato har skolen 490 elever fordelt på tre trinn; åttende, niende og tiende. Jordal er mottaksskole for elever med generelle lærevansker for hele Oslo-området. Skolen tar primært inn elever fra Vålerenga, Kampen og Gamlebyen, men har også en egen klasse for elever med utviklingshemming, og mottaksklasse for nykommere uten norskferdigheter.

Informasjon om skolens organisatoriske bruk er fra samtale med Thomas Stien 28.02.14 og Jordal skoles hjemmeside (Utdanningsetaten, Jordal skole, 2014)

JORDAL SKOLE
BYGGEÅR: 1999
ANT. ELEVER: 425*/ 490
DELTAGERE: 20*/ 24
AKVITETSNIVÅ: 30,3 min/dag
TOMT: 6 290 m²
BYGG: 2 174 m²
NETTO UTEAREAL: 1 757 m² / 3,6 m² pr. elev
*tall fra undersøkelsen i 2011 (vedleg 3)

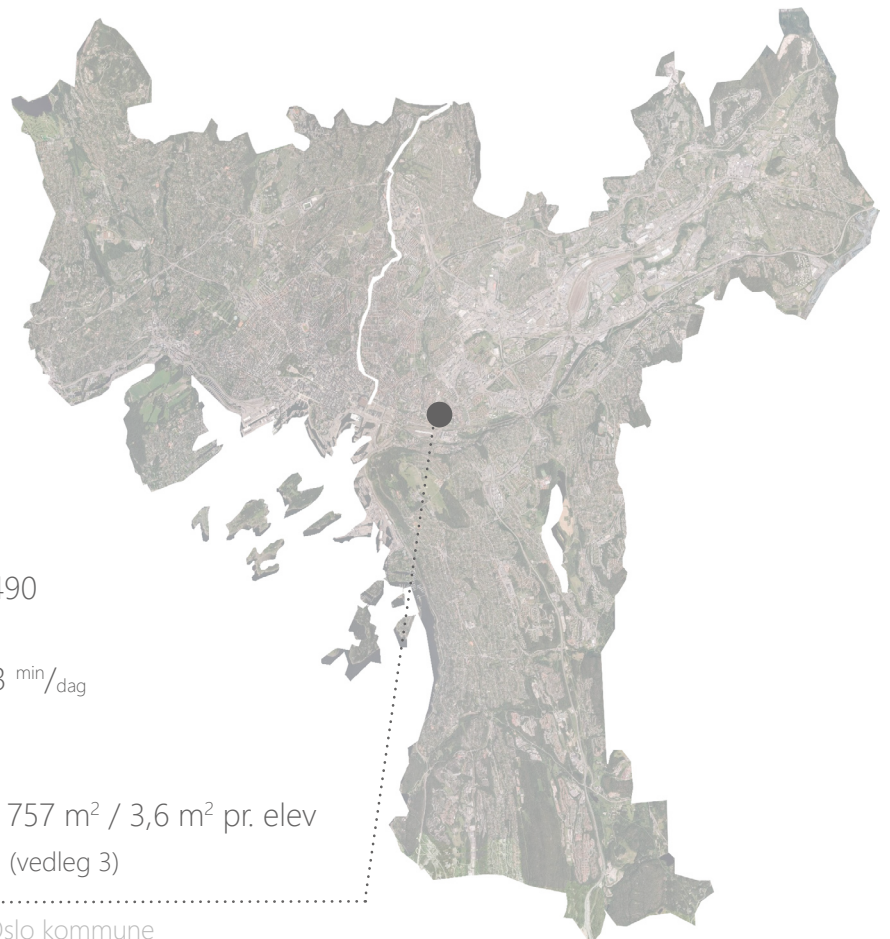


Fig. 6.1 Jordals beliggenhet i Oslo kommune



Bilde 6.2 elevninggang & øvre torg



Fig. 6.2 forenklet kart over Jordal skole tall viser hvor bildene er tatt, se bildetekst (feks 3 på kart tilsvarer bilde 6.3)



Bilde 6.3 vintersituasjon, trapp mot «skoletorg»



Bilde 6.4 østside av torget

6.1 BESKRIVELSE AV SKOLEGÅRDEN

Skolebygget ligger tett på Strømsveien fra hovedinngangen og vender ut mot Jordal idrettsanlegg på fremsiden, i et skrående terreng. Skolen ligger i et tettbebygd strøk, men på grunn av idrettsanlegget føles det luftig rundt skolen. Selve skolegården består av et torg på forsiden av bygningen og sykkelparkering og en basketballbane på østsiden. I området rundt ligger flere matvarebutikker og kiosker.

Jordal skole ligger i sentrumskjernen av Oslo og har en liten skolegård på 1 757 m² (Vedlegg 2). Netto utearealer tilsvarer 3,6 m² per elev med skolens 490 elever. Etter anbefalinger i «Skolens utearealer» (Thorén 2003) bør skolen ha et tilgjengelig uteareal på 19 750 m². Det vil si at dagens skolegård tilsvarer 8,9% av anbefalte minstekrav fra rapporten.

6.2 SKOLENS ORGANISATORISKE BRUK

På Jordal skoles hjemmeside står det at deres visjon er «Vi ser hele mennesket!» (for hele visjonen, se skolens hjemmesider, Udir, *Jordal skole*). Satsingsområdet til Jordal skole er klasseledelse. Lærerne skal få respekt av elevene og samtidig vise respekt overfor dem. Skolen har egne mål for undervisning og regler som skal følges i timene. Brytes reglene får eleven en «følgessedel» (ibid).

FRIMINUTT

Elevene må ut i alle friminutt, men kan spise matpakken inne i «storefri». Friminuttene er delt inn i tre ti minutter lange friminutt, kl. 09.30, 10.40 og 13.30 og et siste fem minutter friminutt 14.40. «Storefri» er fra klokken 11.50-12.30. Mange elever går på butikken eller hjem i «storefri», men de aller fleste sitter inne på skolen. I de korte friminuttene blir elevene bedt om å ut hvis de prøver å sitte inne. Tabell 6.1 viser total friminuttid og kroppsøvingstid per dag og i løpet av alle tre årene, og hvor stor andel av friminuttet elevene er i moderat-høyt aktivitetsnivå.

FRIMINUTT	pr. dag/3 år * KROPPSØVING	pr. dag/3 år * AKT.NIVÅ/FRIMINUTTID
70min/665t	28min/285t	(30,7 ^{min} /dag)44,5%

Tabell 6.1 tildelt tid for friminutt og kroppsøving, samt tiden de er i aktivitet i friminutt per dag.

PEDAGOGISK BRUK

«Utegym» foregår utover høsten frem til det blir for kaldt, og fra april på våren. I kroppsøvingstimene ute arrangeres joggeturer til Carl Berner, Halsen og Helsfyr, og fotball på kunstgressbanen. Det arrangeres fotballcup hvert halvår, ute og inne. Elevene drar til Tøyenbadet en gang i året og det er pålagt i undervisningen for tiende klasse.

Valgfaget «Fysisk aktivitet og helse» er et populært fag og har 90-100 elever fordelt på de tre trinnene. Det er generelt et stort engasjement i kroppsøving, spesielt blant guttene. Til tider er det vanskelig å legge til rette for jentene fordi de sjeldent kommer med konkrete ønsker. Likevel kan det oppstå konflikter mellom elever og lærer fordi fokus på utseende og synlige muskler ofte er elevenes motivasjon.



Bilde 6.5 skolen sett fra idrettsanlegg



Bilde 6.6 sykkelparkering



Bilde 6.7 bowl på skateanlegg



Bilde 6.8 lekeplass



Bilde 6.9 kunstgressbane

6.3 RESULTATER

6.3.1 «UNGDOMSTRÅKK»

Den utvalgte niende klassen fra Jordal hadde 24 elever, 15 gutter og 9 jenter. I tabell 6.2 ser man videre fordelingen av etnisitet, transport til og fra skolen og aktivitet utenfor skoletid. Undersøkelsen ble gjort i kroppsøvningsfaget, fredag 28. februar, første og andre time.

Jordal skole har mellom 55-60 % elever med innvandrerbakgrunn. Den utvalgte klassen har 62 % første- eller andre generasjonsinnvandrere. Blant guttene er det jevnt fordelt, mens andelen norsk-etniske jenter er representert med én elev.

En god del elever tar buss til og fra skolen, se tabell 6.2. Bussforbindelsene rundt skolen er gode og bussen stopper rett ved hovedinngangen. En del elever velger å gå til og fra skolen, mens nærmest ingen sykler eller blir kjørt.

De fleste guttene er med på organisert idrett, i hovedsak fotball. På spørsmålet om uorganisert idrett svarer et høyt antall gutter og en god del jenter ja. Igjen er det fotball som dominerer blant gutta og mange av både guttene og jentene utdyper at de henger med venner på fritiden.

	GUTTER	JENTER	TOTALT
ELEVER I UNDERSØKELSEN	15	9	24
ETNISITET			
norsk	8	1	9
andre generasjons innvandrer	7	5	12
første generasjons innvandrer	0	3	3
TRANSPORT TIL/FRA SKOLEN			
gå	7	7	14
sykkel	1	1	2
buss	9	4	13
bil	1	0	1
AKTIVITET UTENFOR SKOLETID			
organisert idrett	12	4	16
uorganisert idrett	13	6	19

Tabell 6.2 oversikt over elevenes besvarelser i «ungdomstråkk»

Elevenes besvarelser er markert på kart for de ulike spørsmålene. UngKan 2 viste at det var signifikante forskjeller mellom guttenes og jentenes aktivitetsnivå i 15-års alderen og jeg har derfor valgt å skille mellom hva kjønnene gjør, misliker og ønsker.

GUTTER

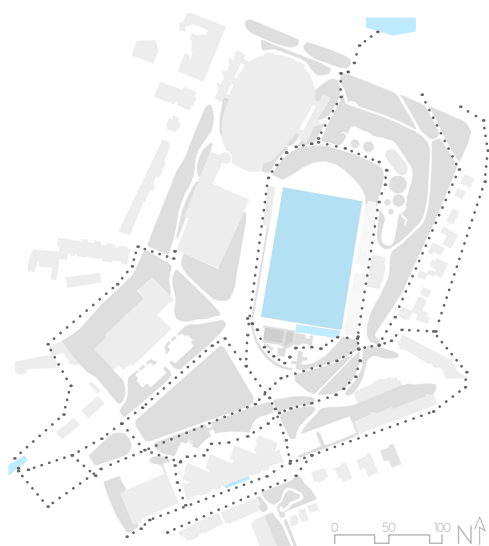


Fig. 6.3a guttenes bruk og bevegelse på skolen, tall viser snitt av antall dager aktiviteten blir gjort (0-5)

BRUK & BEVEGELSE

A	ballspill.....	1,7
B	sitte inne.....	3,5
C	butikk/kiosk/kantine.....	2,2
D	henge med venner.....	4,3
E	skate.....	
F	utenfor skolens område....	1,5
G	ski/vinteraktiviteter.....	
H	annet.....	

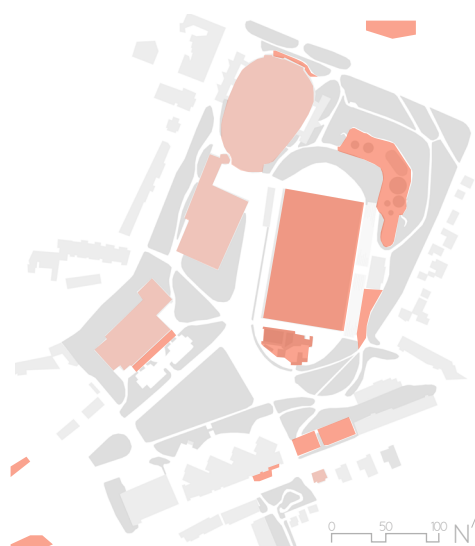


Fig. 6.3b guttenes mislikte steder fordelt i fire kategorier, ¹⁾ brukes aldri ²⁾ skummelt ³⁾ stygt ⁴⁾ kjedelig

MISLIKTE STEDER

1	lekeplass.....	1) 3) 4)
2	barnehage.....	2)
3	skateanlegg.....	2) 3) 4)
4	basketballbane.....	1) 4)
5	kiwi/rema 1000.....	3) 4)
6	sykkelparkering.....	3)
7	skolen.....	3) 4)
8	jordal amfi & jordalhallen.	3) 4)

SAVN & ØNSKER

- bedre basketballbane
- lage ordentlig bane
- bedre sittemuligheter inne

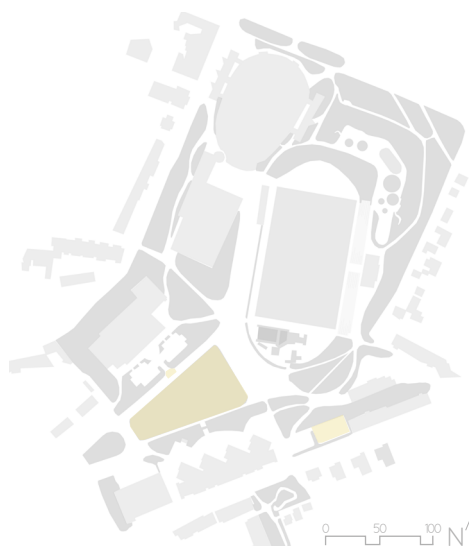


Fig. 6.3c guttenes savn og ønsker i skolens nærområder

JENTER

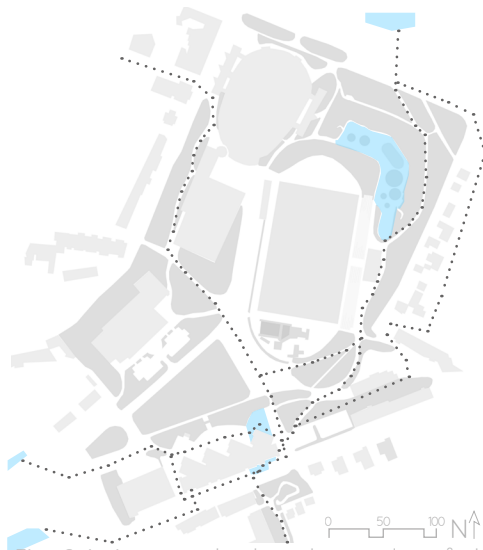


Fig. 6.4a jentenes bruk og bevegelse på skolen, tall viser snitt av antall dager aktiviteten blir gjort (0-5)

BRUK & BEVEGELSE

A	ballspill.....	
B	sitte inne.....	5
C	butikk/kiosk/kantine.....	3,4
D	henge med venner.....	4,3
E	skate.....	
F	utenfor skolens område....	2,0
G	ski/vinteraktiviteter.....	
H	annet.....	0,2

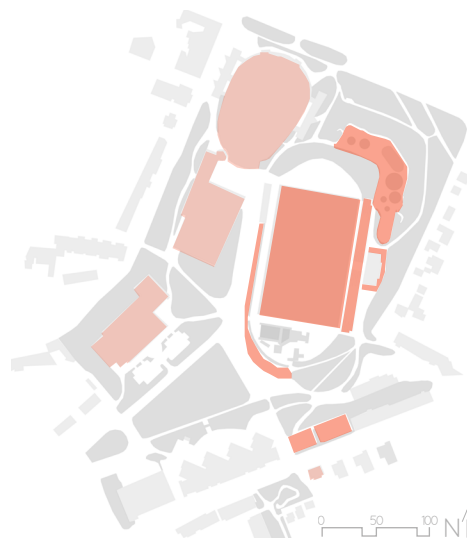


Fig. 6.4b jentenes mislikte steder fordelt i fire kategorier, ¹⁾ brukes aldri ²⁾ skummelt ³⁾ stygt ⁴⁾ kjedelig

MISLIKTE STEDER

1	lekepass.....	1) 3) 4)
2	jordal amfi & jordalhallen.	1) 4)
3	sykkelparkering.....	1)
4	basketballbane.....	1) 3) 4)
5	gammelt hus.....	1) 2) 3)
6	skateanlegg.....	3) 4)
7	bak tribunen.....	3) 4)
8	annet.....	



Fig. 6.4c jentenes savn og ønsker i skolens nærområder

SAVN & ØNSKER

- svømmemuligheter
- kantine



Bilde 6.10 skateanlegg



Bilde 6.11 lekeplass

BRUK OG BEVEGELSE

Figur 6.3a og 6.4a viser «bruk og bevegelse» i skoletiden. Den blå fargen viser områder elevene bruker til noe spesifikt, mens den stiplede linjen viser bevegelsesmønsteret til og fra skolen og hvor de beveger seg i friminuttene. Skjemaet er delt inn fra bokstaven A til H. Dette er spørsmål om hvor ofte elevene gjør ulike aktiviteter. Elevene kunne svare fra null til maks fem, siden skoleuken består av fem dager, tallene viser i snitt antall dager de utøver de ulike aktivitetstypene.

Elevene besvarer første del, hvor de viser «bruk og bevegelse» i skolegården, og områdene rundt. Ett punkt mange elever markerer, er området rett utenfor hovedinngangen, mot Strømsveien. Ellers er avkrysningen av de ulike matbutikkene gjentagere både blant jentene og guttene. Her svarer jentene at de er oftere på butikken enn guttene (figur 6.3a og 6.4a). Noen få gutter markerer kunstgressbanen, men presiserer at den kun blir brukt i kroppsøvfaget. Ingen av jentene sier de bruker banen, hverken i friminuttene eller i undervisningen.

Blant jentene «henger» noen på fremsiden av skolen, ved en utgang med tilknytning til klasserommet deres. Jentene svarer at de ofte sitter inne, faktisk hver dag.

Bevegelsesmønsteret til jentene er konsentrert rundt skolens arealer og bevegelse til og fra skolebygget og butikkene. Det ser ut til at guttene beveger seg over større arealer og spredt utover idrettsanlegget og nærmiljøet rundt.

Jordal har et skateanlegg mellom skolen og kunstgressbanen. Ingen av elevene bruker dette i skoletiden eller på fritiden. Det kommer tydelig frem i neste punkt, *mislukte steder*, at elevene ikke har noe noen gode assosiasjoner tilknyttet anlegget.

MISLIKTE STEDER

Elevene skriver at de bruker få av områdene rundt skolen og flere uttaler underveis at de ofte sniker seg til å sitte inne. Selv om elevene bruker få av skolens arealer, har de likevel klare meninger om steder de ikke liker rundt skolen.



Bilde 6.12 gresslette



Bilde 6.13 basketballbane



Bilde 6.14 tribune

I figur 6.3b og 6.4b er de mislikte stedene markert med rødt i kart og fått tall fra en til åtte. Flere elever markerte bygninger og jeg har valgt å markere de i en lysere rødtone på kartene. Det var mulighet for å krysse av flere alternativer: 1) *brukes aldri*, 2) *skummelt*, 3) *stygt* og 4) *kjedelig*.

Jordal amfi og idrettshaller blir markert av både jentene og guttene. Guttene skriver at det er *stygge bygg*, jentene *braker det aldri*. Begge kjønn synes bygningene har *kjedelig innhold*. Den ene idrettshallen brukes som gymsal for Jordal skole.

Det er flere steder som alle er enige om at de *ikke liker*. Lekeplassen gjentar seg gjennom besvarelsene. Mange bruker den *aldri*, men de aller fleste peker på at den er *stygg* og *kjedelig*. Noen kommenterer at lekeplassen er ødelagt og gammel, og derfor *ikke blir brukt*.

Basketballbanen og kunstgressbanen blir også markert hos mange. Jentene skriver at hele området rundt kunstgressbanen *aldri blir brukt* av dem og noen steder er også *skumle*.

Ellers kommenterer flere, gutter spesielt, at de *ikke liker* skateanlegget. Noen gutter synes butikkene er *kjedelige* og *stygge* og det samme gjelder hovedinngangen utenfor skolen.

SAVN OG ØNSKER

I alle gruppene er det et gjennomgående problem å komme på *noe de kunne ønske foregikk på skolen*. Et par elever i hver gruppe kommer på en eller to aktiviteter de savner, men de fleste ønskene er for innendørs bruk. Ungdommene ønsker seg *kantine*, *sittemuligheter inne* og *svømmemuligheter*.

Av guttene som skriver ned sine ønsker, markerer de *den store gressletta* mellom skolen og *idrettshallen*, og *basketballbanen*. Kommentarene til områdene de markerer, er at de ønsker seg *bedre basketballbane* og at skolen skal få en *ordentlig bane*. Et par av jentene markerer to av matbutikkene uten å gi noen forklaring på hvilke *savn* eller *ønsker* de har for butikkene.

6.3.2 FELTOBSERVASJON

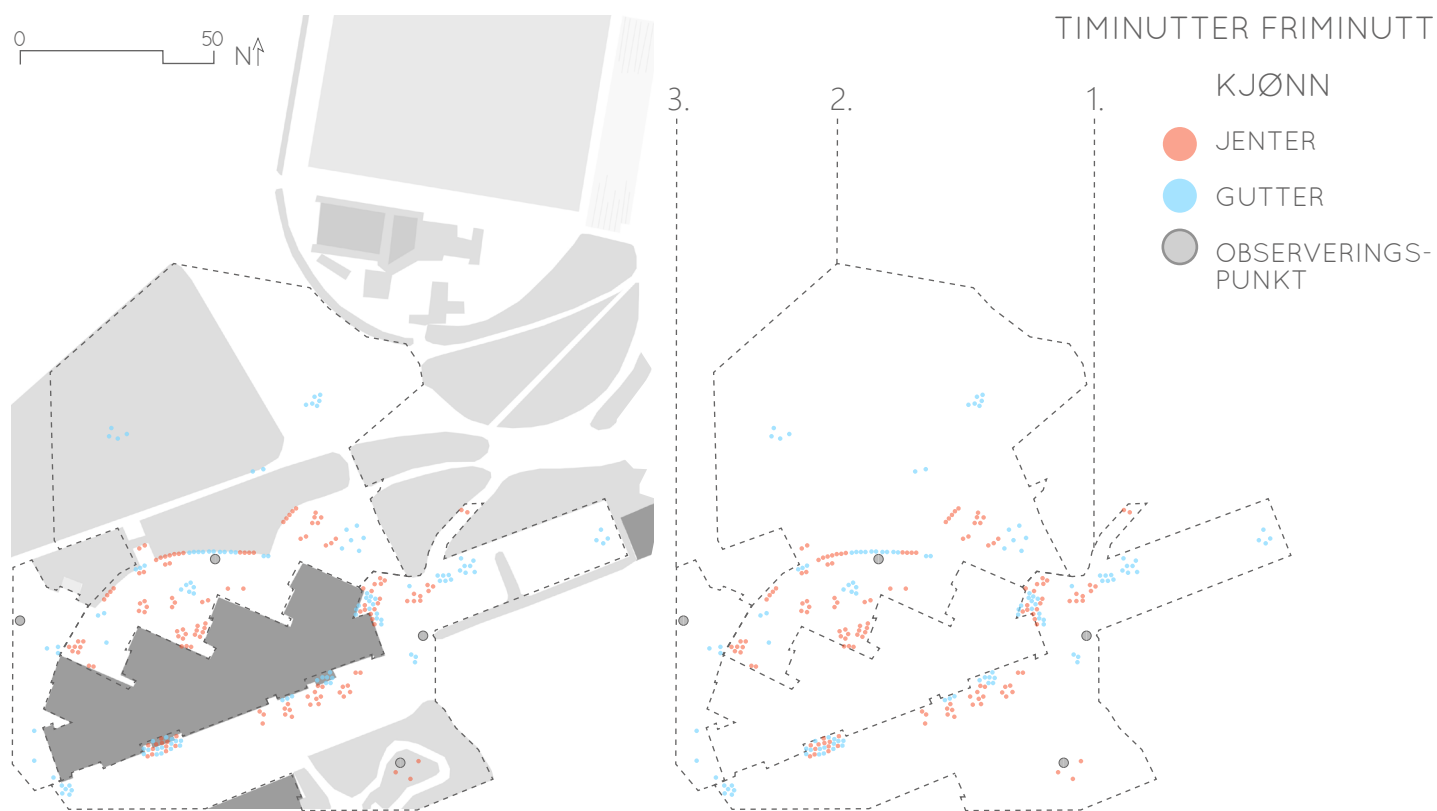


Fig. 6.5a fordeling av kjønn i ti minutters friminuttene

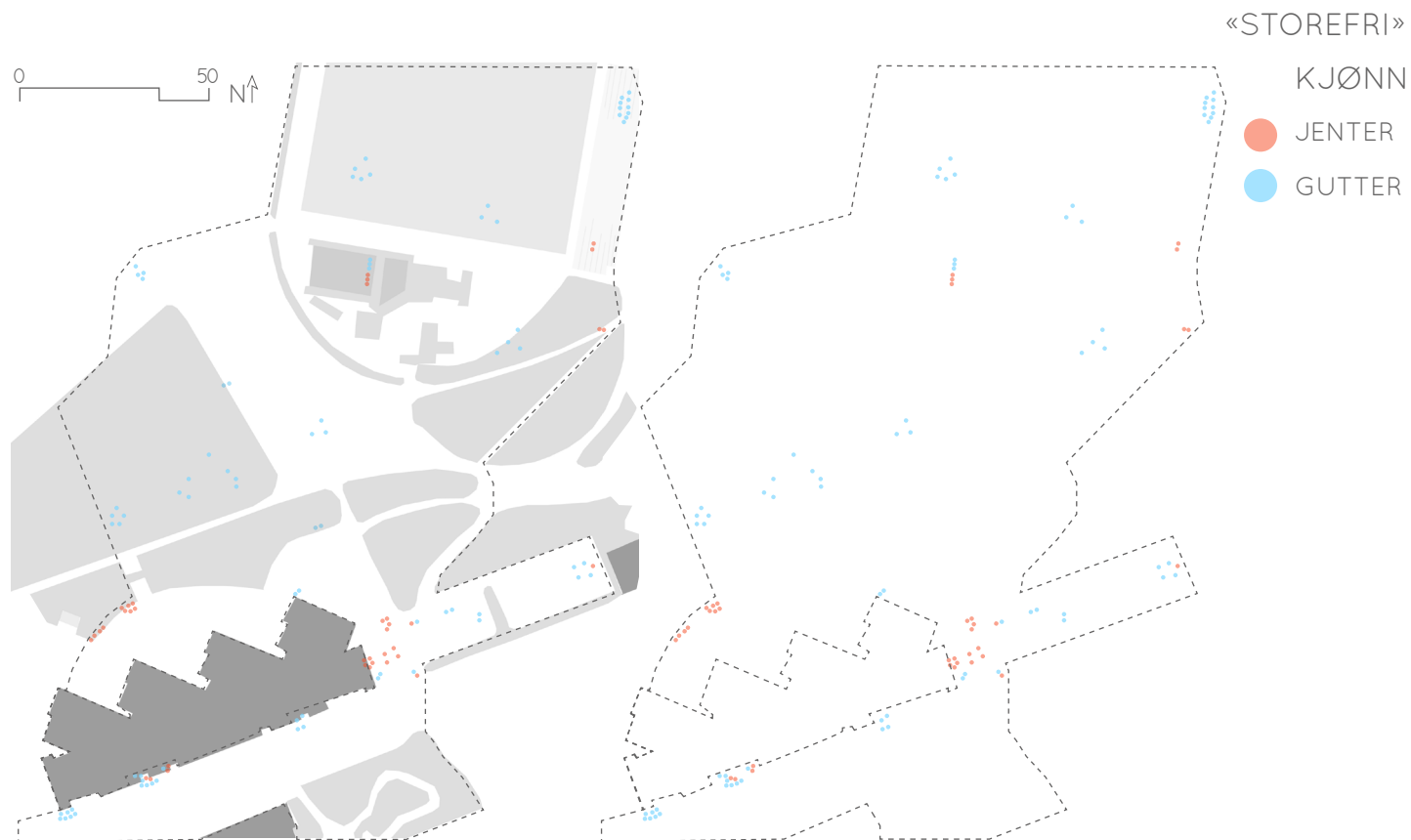


Fig. 6.5b fordeling av kjønn i «storefri»

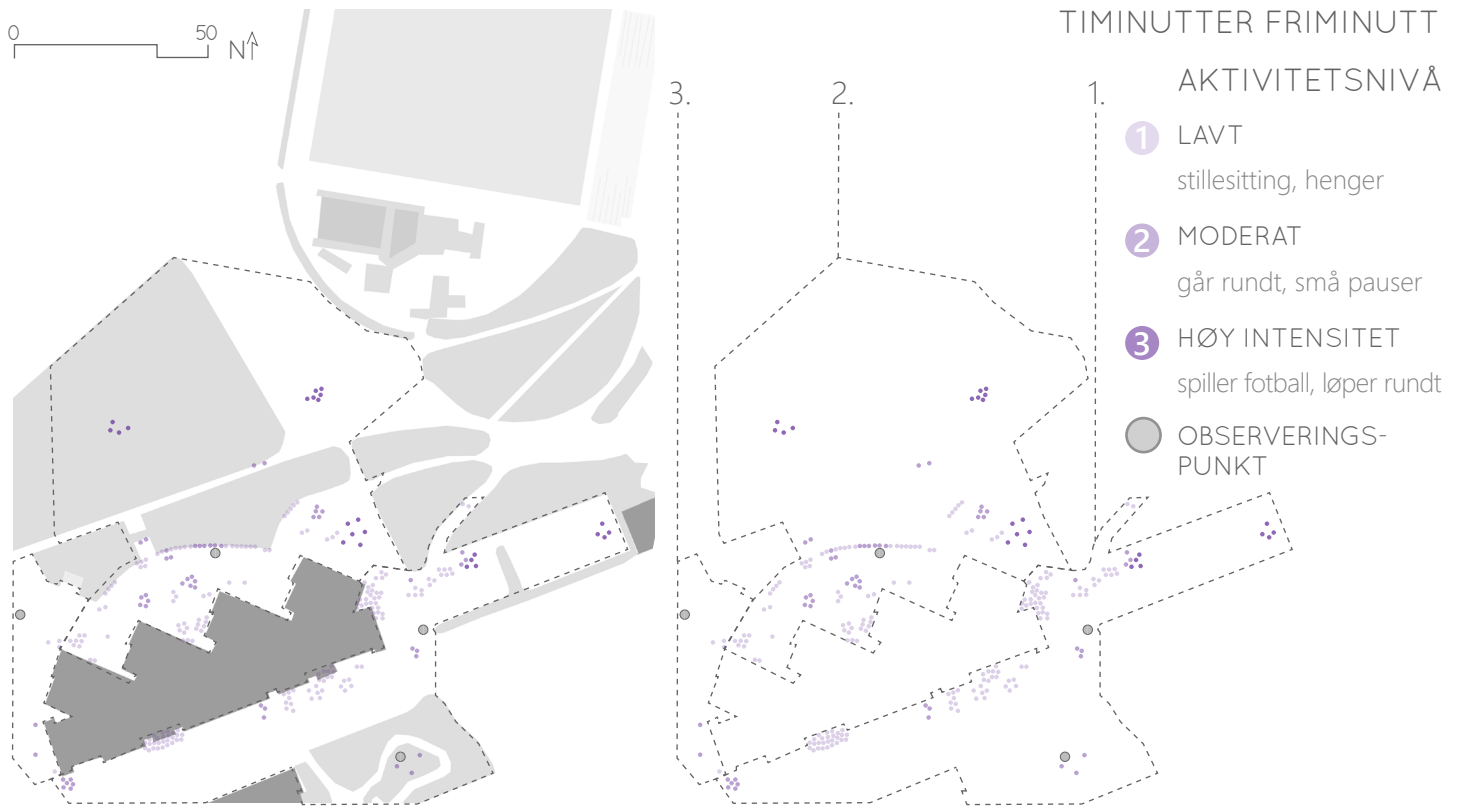


Fig. 6.6a fordeling av aktivitetsnivå i ti minutters friminuttene

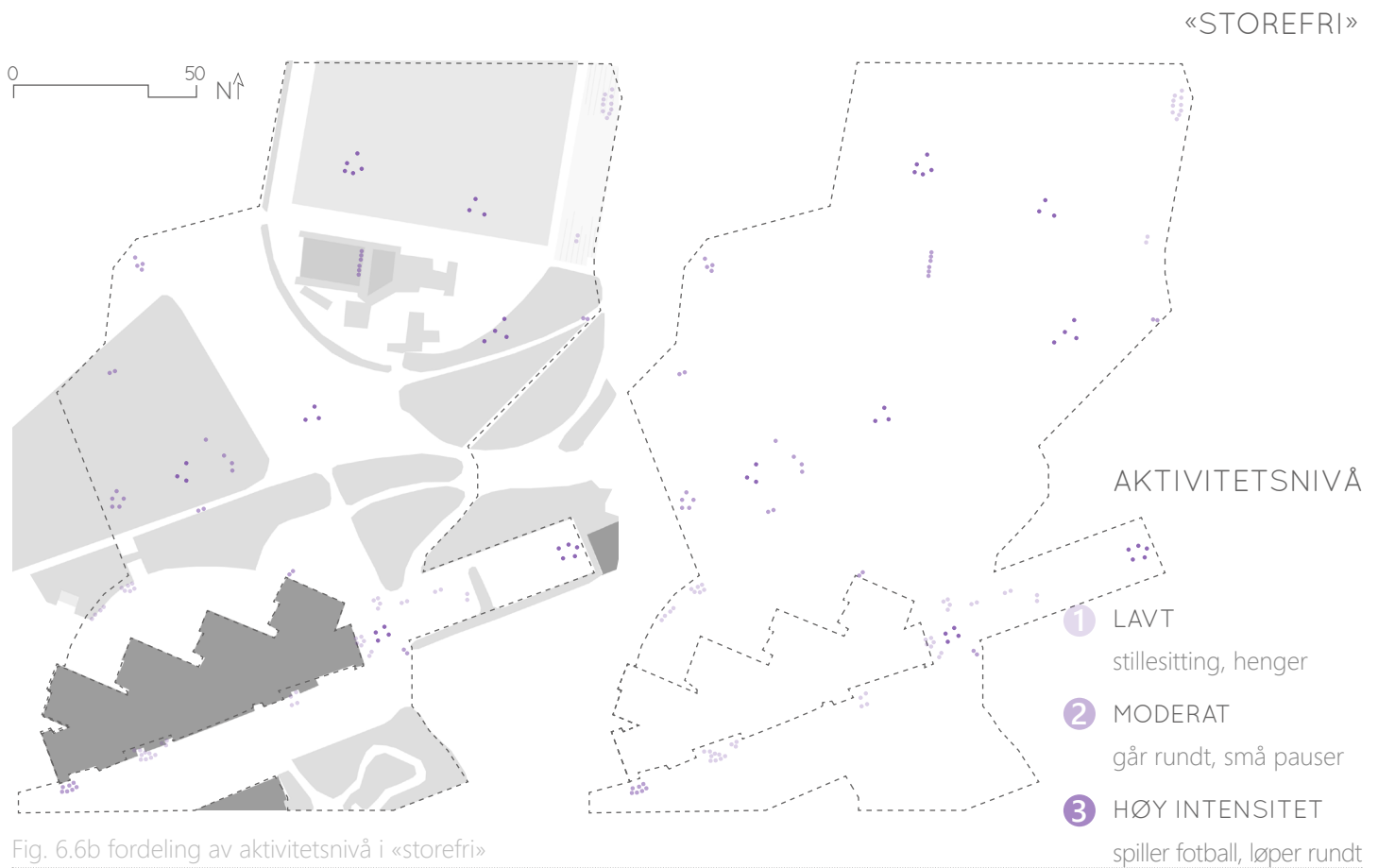


Fig. 6.6b fordeling av aktivitetsnivå i «storefri»



Bilde 6.15 hovedinngang



Bilde 6.16 benker på torget

Jeg reiste inn til Oslo og Jordal skole fredag 5. april for å gjøre siste feltobservasjon av første runde på de tre utvalgte skolene. Denne dagen var den fineste av observasjonsdagene, med strålende sol som varmet godt.

10 MINUTTER FRIMINUTT

Jordal skole har en noenlunde lik inndeling av friminutt som Holmlia, jeg valgte derfor å dele opp ti minutters friminuttene i tre ulike områder rundt skolen.

I første friminutt observerte jeg skolens hovedinngang, elevinngang og fasade mot Strømsveien. Fra lekeplassen, på motsatt side av Strømsveien, fikk jeg et godt overblikk og her satt jeg i begynnelsen av friminuttet. Etterhvert valgte jeg å vandre litt frem og tilbake for å observere elevene som hang ved inngangene og bak gjerdet ved elevinngangen.

Elevene hengerved inngangene, spesielt ved hovedinngangen. «Trivselsagentene»*, lærerne som har vakt, passer på at elevene ikke sitter inne i gangen og får dem til å gå ut. Noen jenter leker på lekeplassen, tre jenter skater på fortauet, mens en liten gjeng gutter spiller basket på basketballbanen.

I andre friminutt (område 2, figur 6.5) setter jeg meg på fremsiden av skolebygget hvor det er tre elevinnganger. Det er bygd opp et stort torg med trapper ned mot idrettsplassen. Klokken er 10.40 og det er store flater med skygge. Langs kanten av torget er det benker hvor elevene setter seg ned. Benkene hvor solstrålene treffer, er helt fulle, mens de i skyggen er tomme. Det er en del bevegelse mellom inngangene og noen står i gjenger der det ikke er skygge. Ungdommene står eller sitter for det meste og jeg registrerer noe «knuffing» mellom gutter. Noen gutter spiller også fotball på en liten, gressflekk ved trappene.



Bilde 6.17 trapp ned til Jordal idrettsanlegg



Bilde 6.18 trapp fra Strømsveien til p-plass

Fjerde friminutt er også på ti minutter; været er helt fantastisk! Området nedenfor torget blir brukt til parkeringsplass og jeg observerer ingen elevbruk av arealet. Det er skygge over hele plassen og det er kjølig, på tross av det nydelige været. En trapp går opp fra plassen til Strømsveien. Den blir lite brukt, men jeg registrerer en elev med en lærer som går der og en gutt venter på å komme inn til tannlegen som har inngang i midtpartiet av trappen.

Det siste og femte friminuttet er kun fem minutter langt. Friminuttet går fra 14.40-14.45 og det kan se ut til at mange elever er ferdig for dagen og er på vei hjem. Jeg registrerer ikke dette friminuttet fordi friminuttet er etter tiden jeg har fra UngKan 2 (klokken 9-14).

«STOREFRI»

Fra 11.50-12.30 har elevene lunsj og «storefri». Elevene bruker lang tid på å gå ut og mange blir inne for å spise mat. Jeg velger å rusle rundt skolebygget og mot kunstgressbanen for å se hvor elevene sprer seg. Rundt kunstgressbanen spiller noen gutter ball og på tribunen samles en stor guttegjeng. Det er få elever rundt selve skolebygget, men ved elevinngangen i nord spiller fire jenter badminton. Det er en god gjeng elever som går nedover Strømsveien, til busstoppet, Galgeberg café og Rimi.

Skateanlegget blir brukt av en barnehage i finværet. De «aker» på rampene og klatrer rundt, likevel oppdager jeg seks elever som sitter på toppen av den store «bowlen» og plutselig setter de utfor kanten og sklir ned. Jentene hyler og ler, mens guttene tøffer seg for hverandre.

6.3.3 ANALYSE AV DET FYSISKE MILJØ

TERRENG & HELNING

Områdene rundt skolen er relativt flate, slik man kan se av figur 6.7. Bygningen ligger i en skråning som tar opp nivåforskjellen mellom Strømsveien og forsiden av skolebygget. Trapper og skråninger tar opp neste nivå ned mot idrettsanlegget. Figuren viser fem meters koter og fire helningsgrader; tilnærmet flatt, skrånende, oppbygd og bratt terreng. Skolen henvender seg mot idrettsanlegget, ligger på et høyere nivå og har godt utsyn mot de åpne områdene. Sørsiden ligger tett på Strømsveien og romdannelsen strekker seg over veien og mot bebyggelsen på motsatt side. Terrengformen danner en nedsunken skålfom hvor Jordal skole ligger sørøst i skråningen.



Fig. 6.7 Helningsgrad i områdene rundt Jordal skole

VEGETASJON & SJKT

Fra Jordal skole og mot idrettsanlegget er det anlagt et parklignende anlegg. Som man kan se i figur 6.8, er det større flater med gress og busker. Trær er plantet i rekker eller små klynger. Området oppleves som luftig, hvor eldre trær, med tunge kroner, skaper en illusjon av rom. Det er kun et lite område nordvest for Jordal idrettshall med skoglignende vegetasjon. Trærne og den skålformede terrengformen er med på å skape romfølelse sammen med bygningene rundt.



Fig. 6.8 Vegetasjonstyper rundt Jordal skole

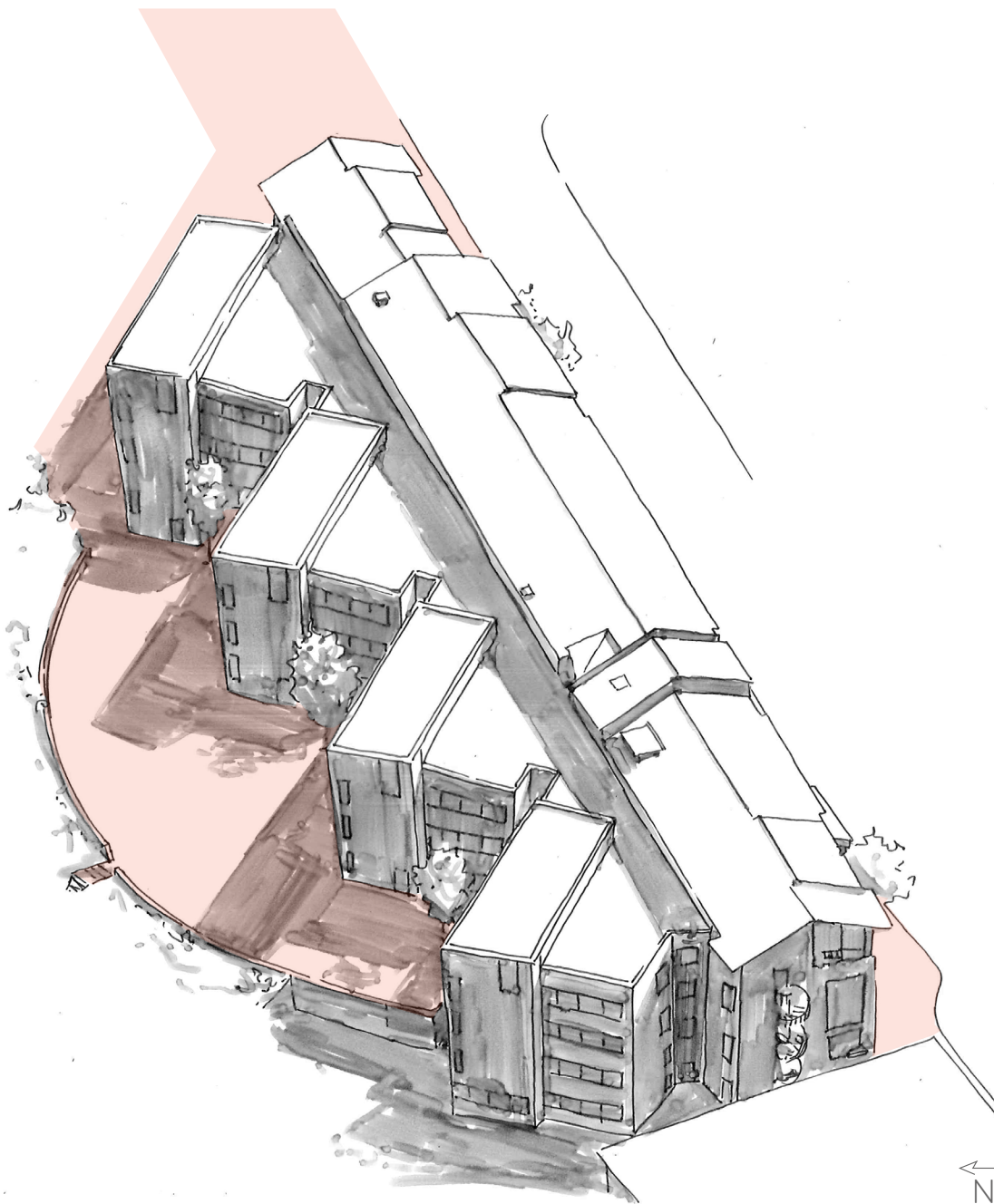
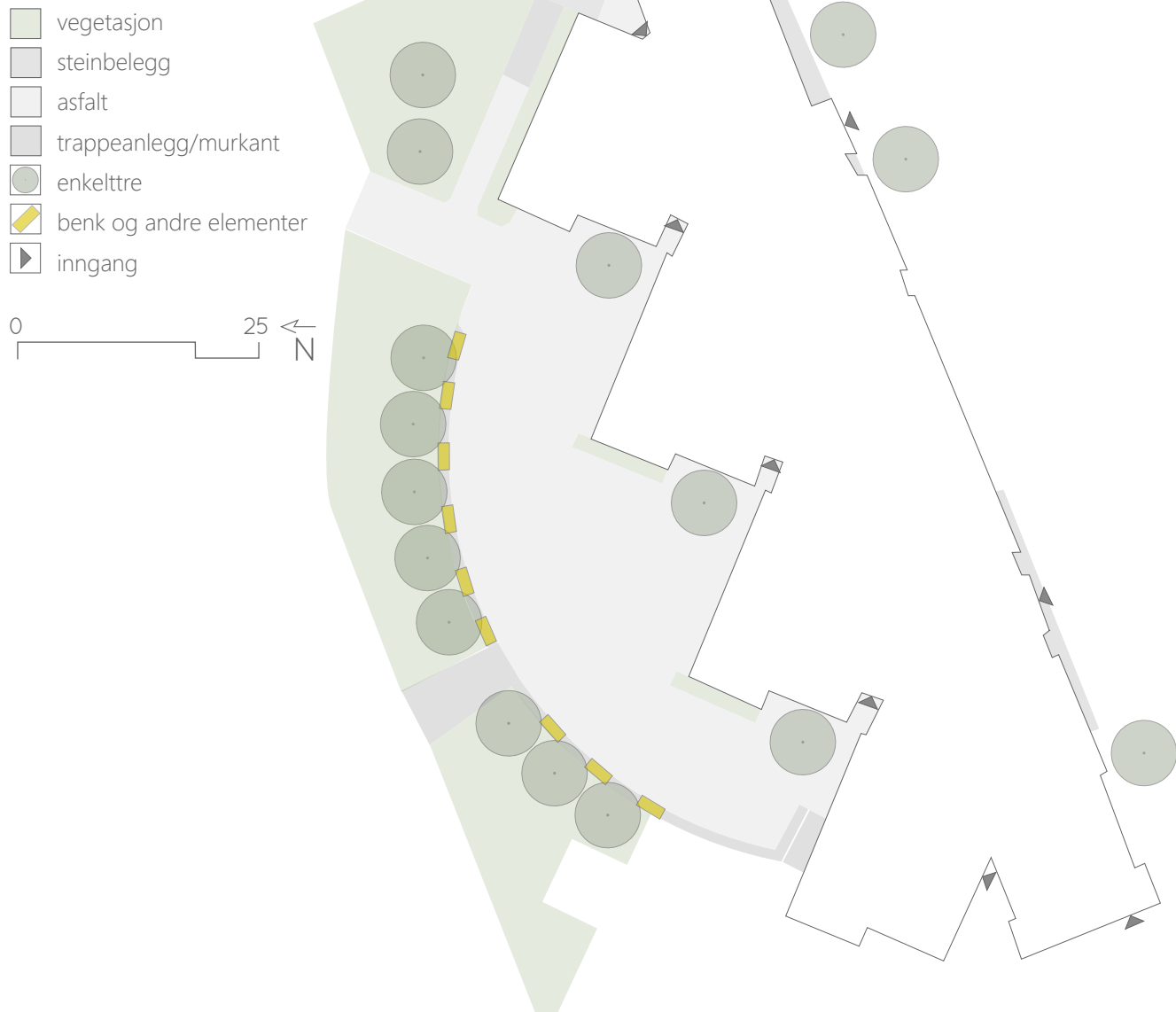


Fig. 6.9 Aksonometrisk tegning av skolegård og skyggedannelse midt på dagen

BYGNINGSSTRUKTUR & SOL/SKYGGE

Skolebygget er plassert mellom Strømsveien og Jordal idrettsanlegg i en vest/øst akse. På sørsiden har bygget tre etasjer som vender ut mot Strømsveien og på nordsiden er terrenget lavere og har fire etasjer med utsyn mot idrettsanlegget. Bygget har en rett langside mot veien og er bygd med fire utstikkere mot idrettsanlegget. Dette skaper flere rom på «skoletorget» på nordsiden. På grunn av nivåforskjellen, byggets høyde og retning, blir det store skyggeflater på «skoletorget» som i utgangspunktet har store bruksflater, se figur 6.9. På østsiden av bygget blir det ikke skygge før på ettermiddag. Sørsiden av skolen har sol hele dagen, blondeskygger fra gatetrær legger skygge over små områder ved inngangspartiene.

Fig. 6.10 Kart over skolegårdens innganger, dekker og vegetasjon



SKOLEGÅRDEN

Jordals skolegård består av et smalt parti mellom hovedveien og bygningen, et nedre «skoletorg» på fremsiden (nord) og et område øst for bygningen. «Skoletorget» har store, harde flater med enkeltrær og noen gress- og buskfelt med større, eldre trær. Figur 6.10 viser skolegårdens harde flater; lys grå er asfalt, mellomgrå steinbelegg og mørkgrå trapeanlegg og murkanter. Gule felt markerer benker, og ved «skoletorget» er benkene plassert oppå murkanten som rammer inn torget. Bygget har ni innganger, markert med grå piler i figuren, som alle, unntatt den vestliggende, fører til skolens klasserom eller administrasjonen.

6.4 OPPSUMMERING

HVILKE AKTIVITETSTYPER FORETRER UNGDOM?

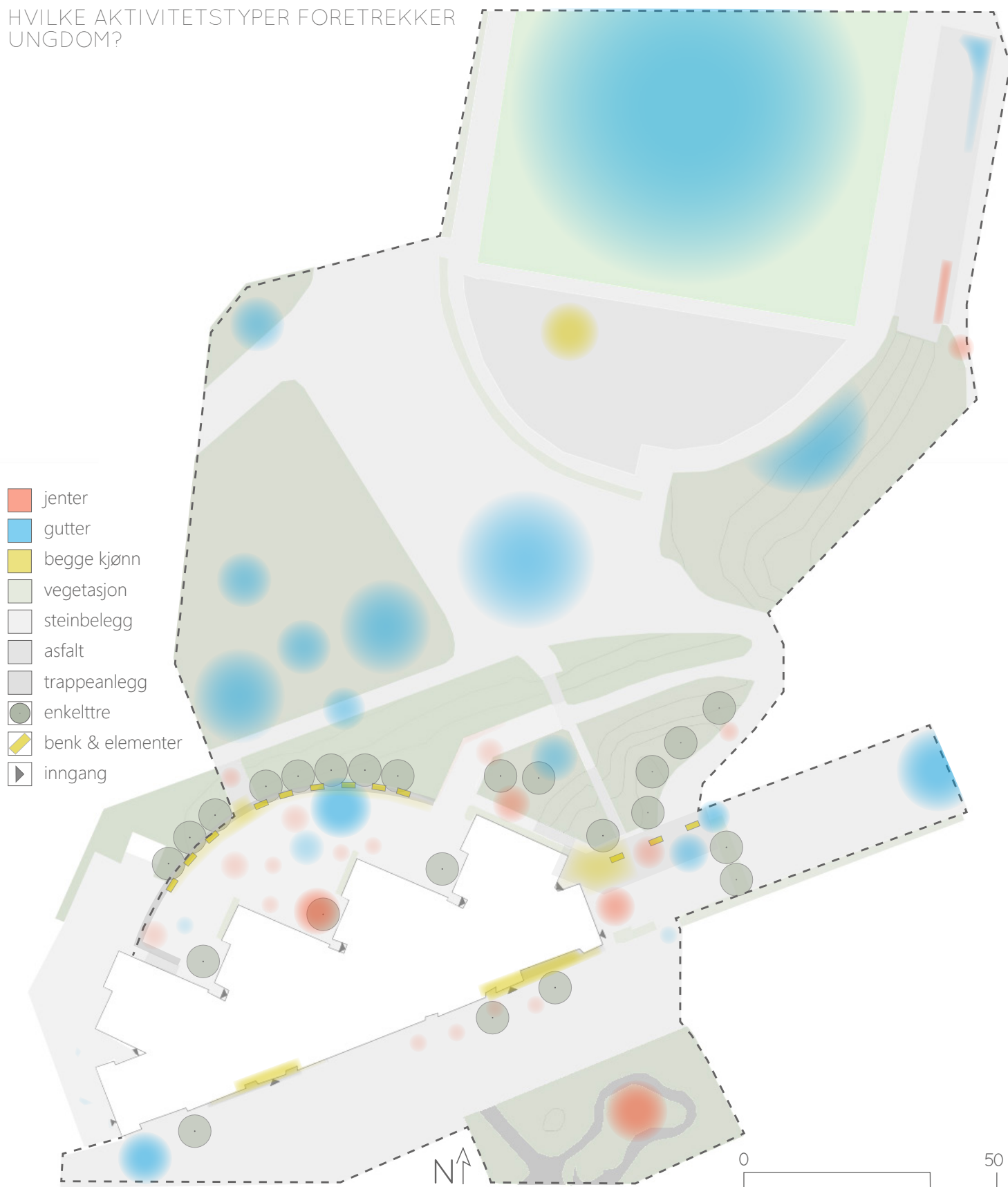


Fig.6.11 Oversikt over jentenes og guttenes bruk i forhold til utforming av skolegården

m 1:1 250

Elevene ved Jordal skole bruker friminuttene til «å henge» med venner ved inngangene på skolebygget i de korte friminuttene og i «storefri» går de fleste på en av matbutikkene. Observasjonene av ungdom samsvarer i stor grad med hva ungdommene selv sier de gjør i «storefri», mens oppholdet på «skoletorget» er større enn de selv sier.

Jordal ligger i Oslo sentrum og elevene tilknytning og forhold til stedet er liten. Flere har negative relasjoner til skolen og misliker området generelt. Både kunstgressbanen og skateanlegget er steder som flere elever har negative relasjoner til. Det ble likevel registrert aktivitet på områdene i «storefri». Den fraværende tilknytningen til Jordal gjør at svært få har noen *savn og ønsker* tilknyttet området. Guttenes ønsker er flere og bedre arealer for ballspill.

I «storefri» er badminton, basket, fotball og skating populære aktiviteter som gir et høyere aktivitetsnivå. Da er elevene spredt over store områder, tydelig i kontrast til de korte friminuttene.

HVILKEN BETYDNING HAR UTFORMINGEN AV SKOLENS UTEAREALER FOR AKTIVITETSMØNSTERET?



Fig.6.12 Oversikt over elevenes aktivitetsnivå i forhold til utforming av skolegården

m 1:1 250

Skolebygget ligger på et høyere nivå enn idrettsanlegget og henvender seg ut mot anlegget. Flere trapper knytter skolen og anlegget sammen og vegetasjonen mellom er åpen. Den parklignende vegetasjonen består av gress, lave buskfelt og store, eldre trær. Byggets plassering og rotasjon i terrenget gir store skyggeflater over «skoletorget». «Skoletorgets» utforming er en halvbue med benker som vender mot skolebygget hvor det er flere utganger. Det gir et godt rom med «kommuniserende vegger».

Elevene oppholder seg i tilknytning til innganger, men ikke der hvor det er store skyggeflater. Benkene på skolen blir mye brukt både til å sitte på og til å balansere og leke på. Flere elever benytter gressflatene til å spille ball, men størsteparten av elevenes bruk foregår på de harde, flate dekkene.

HVORDAN PÅVIRKES SKOLENS ORGANISATORISKE & PEDAGOGISKE OPPLEGG FYSISK AKTIVITET I SKOLEHVERDAGEN?

Jordal arrangerer årlige turneringer, bruker nærmiljøet og Oslos østliggende områder i kroppsøving og har en stor interesse for valgfaget «Fysisk aktivitet og helse». Skolens satsning på gjensidig respekt mellom lærer og elev ses i kroppsøvingsfaget. Det ser også ut til å være engasjerte lærere som yter for elevene.



Bilde 7.1 Tokeruds skolegård

7 TOKERUD SKOLE

Tokerud skole ligger i bydel Stovner, nordøst for Oslo sentrum, i skogkanten ved Liastua. Det bor omlag 30 000 mennesker fordelt i blokker og rekkehus rundt Tokerud skole.

I dag har skolen rundt 270 elever fordelt på tre trinn. Ungdomsskolen har blitt kåret til en av de tre beste skolene i Oslo av SSB (ref. Udir, *Tokerud skole*) for å ha fleksible lokaler, trygt skolemiljø, moderne utstyr og erfarne lærere. Skolen ble bygd i 1975, rehabilitert i 2007, men etter større funn av muggsopp i flere klasserom ble det bestemt at skolen skal rives i august 2014. I 2016 skal det nye skolebygget stå klart.

Informasjon om skolens organisatoriske bruk er fra samtale med rektor Ann Katrin Schille 11.02.14 og Tokerud skoles hjemmeside (Udir, Tokerud skole, 2014).

TOKERUD SKOLE

BYGGEÅR: 1975

ANT. ELEVER: 280*/ 270

DELTAGERE: 22*/ 29

AKIVITETSNIVÅ: 27,0 min/dag

TOMT: 12 796 m²

BYGG: 2 665 m²

NETTO UTEAREAL: 8 533 m²/ 31,6 m² pr. elev

*tall fra undersøkelsen i 2011 (vedlegg 3)

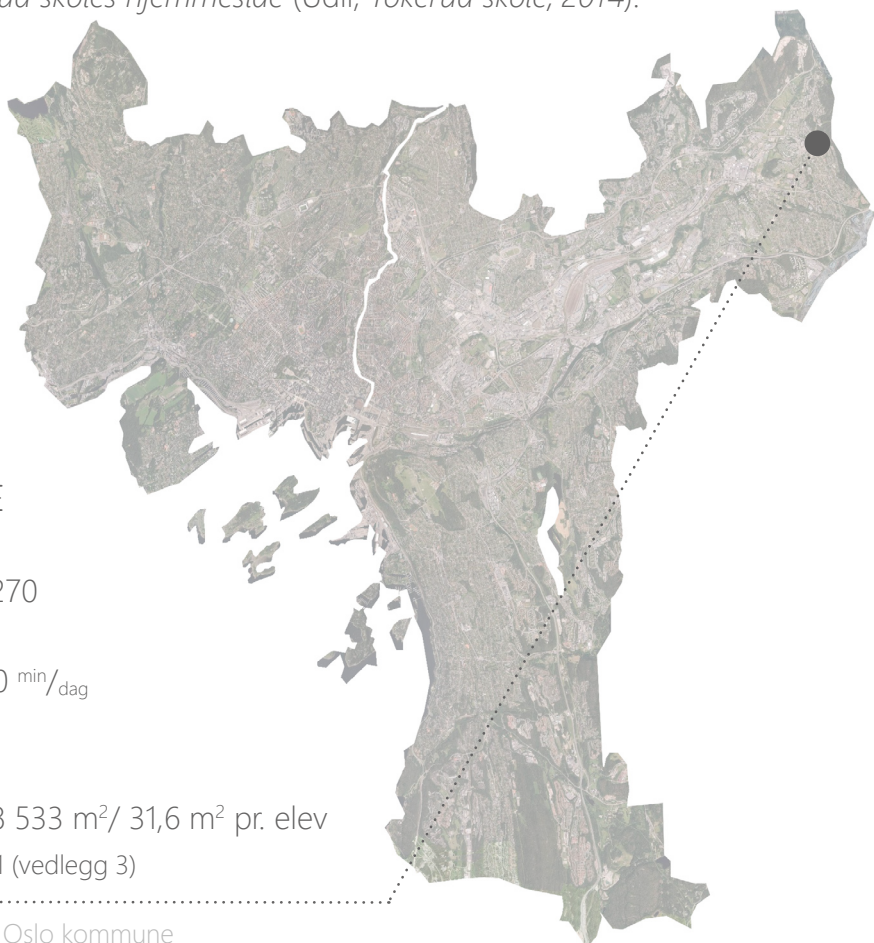


Fig. 7.1 Tokeruds beligghet i Oslo kommune



Bilde 7.2 inngangsparti



Bilde 7.3 baksiden av skolebygg



Fig. 7.2 forenklet kart over Tokerud skole tall viser hvor bildene er tatt, se bildetekst (feks 3 på kart tilsvarer bilde 7.3)



Bilde 7.4 slalåmbakken på en søndag



Bilde 7.5 vintersituasjon

7.1 BESKRIVELSE AV SKOLEGÅRDEN

Skolen ligger tilbaketrukket med skogen kransende rundt. Skolebygget er korsformet, rotert i en akse nord/sør. Utearealene er sentrert rundt bygningen med asfalt og noe vegetasjon. Ved forsiden av bygget er det en skogkulle som skjermer skolegården fra en turvei. Med skolens nærhet til skogen er naturen lett tilgjengelig, både i undervisning og friminutt.

I gangavstand fra skolen ligger Stovnersenteret med kjedebutikker og T-banestoppet Stovner er tilknyttet senteret. Ved skolen er det etablert en slalåmbakke med skitrekk, kunstgressbane, ballbinge, idrettsplass og fire tennisbaner.

Tokerud skole har i følge innsamlet data om Oslo-skolene, vedlegg 2 størst netto uteareal av de tre skolene, på 8 533 m². Med 270 elever tilsvarer dette 31,6 m² per elev, 63,2 prosent av det anbefalte minstekravet (13 500 m²) i fra Helsedirektoratets rapport om «Skolens utearealer» (Thorén, 2003).

7.2 SKOLENS ORGANISATORISKE BRUK

Som de andre Oslo-skolene følger også Tokerud skole et felles reglement. I tillegg har de seks husregler som skal bidra til en bedre arbeidsdag for elevene (Udir, *Tokerud skole*). Skolen har ingen reglement som styrer bruken av skolegården.

FRIMINUTT

Friminuttene er delt inn i «storefri», fra 10.30-11.15, og et kortere friminutt klokken 12.45-13.00. En stor andel elevene velger å gå til Stovnersenteret eller hjem i «storefri». Det er også populært blant guttene å spille fotball på kunstgressbanen i sommerhalvåret. Elevene har lov til å sitte i den nyåpnede kantina på skolen i friminuttene, noe som er populært blant jentene. Tabell 7.1 viser friminutt- og kroppsøvingstid per dag og alle årene og hvor stor del av friminuttet elevene er i moderat til høyt aktivitetsnivå.

FRIMINUTT	pr. dag/3 år	* KROPPSØVING	pr. dag/3 år	* AKT.NIVÅ/FRIMINUTTID
	60min/570t		18min/171t	(27,0 ^{min} /dag)45,0%

Tabell 7.1 tildelt tid for friminutt og kroppsøving, samt tiden de er i aktivitet i friminutt per dag.

PEDAGOGISK BRUK

Ledelsen ved skolen er opptatt av fysisk aktivitet og Tokerud er en Fysak-skole*. Rektor, Ann Katrin Schille, er opptatt av ulike læremetoder og sier at hun opplever at elever lærer bedre med fysisk aktivitet blandet i de teoretiske fagene. Hun sier det beste for elevene ville vært *en time gym hver morgen*, spesielt for guttenes del, slik at de ble mindre urolige i løpet av skoledagen. Slik det er i dag har skolen ingen uteaktiviteter utenfor timene som blir disponert i kroppsøvingsfaget, valgfagene «Fysisk aktivitet og helse» og «Natur, miljø og friluftsliv». Det arrangeres årlig tur i kroppsøvingsfaget hvor fokus ligger på friluftsliv. I tiende klasse reiser elevene til Galdhøpiggen, med mål om å bestige toppen, en tur skolen sier de aller fleste synes er flott og innholdsrik.

* Fysak-skole skal stimulere elevenes fysiske aktivitet gjennom undervisningen



Bilde 7.6 ballbane



Bilde 7.7 kunstgressbane



Bilde 7.8 tennisbaner

7.3 RESULTATER

7.3.1 «UNGDOMSTRÅKK»

11. februar besøkte jeg Tokerud skole for å gjennomføre «ungdomstråkket». I niende klassen som jeg fikk låne, var 29 av 30 elever tilstede, og alle fullførte undersøkelsen. Jeg valgte å ta jentene ut i én gruppe, selv om de var 13 stykker. Dette førte til at første gruppe, jentegruppen, ble større enn de to neste gruppene hvor det var åtte gutter i hver.

Ved å se på tabell 7.2, ser man at gruppen med førstegenerasjonsinnvandrere er større enn de norsk etniske. Den utvalgte klassen har 86 prosent elever med innvandrerbakgrunn, som er en høyere andel enn skolens snitt på rundt 70 prosent.

Videre viser figuren at nesten alle elevene går til og fra skolen, noen få sykler innimellom. Det er ingen som blir kjørt til skolen og mange elever forteller at de bor like i nærheten av skolen.

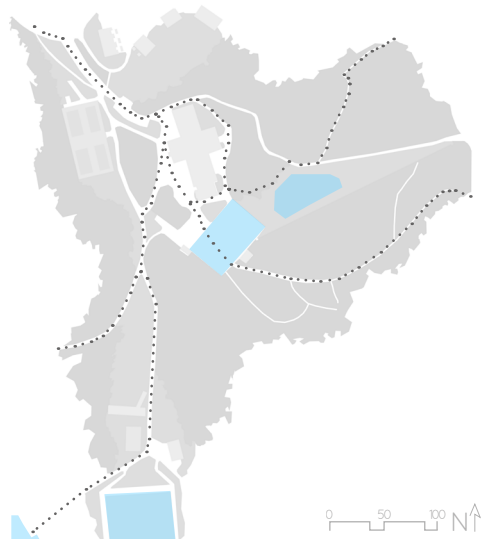
På fritiden er mange gutter med på organisert idrett, de fleste spiller enten fotball eller basket. Av jentene er det kun to som er med på organisert idrett. Omtrent halvparten av både jentene og guttene sier de driver med uorganisert idrett. De fleste guttene møtes for å spille basket eller fotball, mens jentene «henger».

	GUTTER	JENTER	TOTALT
ELEVER I UNDERSØKELSEN	16	13	29
ETNISITET			
norsk	3	1	4
andre generasjons innvandrere	10	8	18
første generasjons innvandrere	3	4	7
TRANSPORT TIL/FRA SKOLEN			
gå	16	12	28
sykkel	4	2	6
buss	1	1	2
bil	0	0	0
AKTIVITET UTENFOR SKOLETID			
organisert idrett	12	2	14
uorganisert idrett	7	6	13

Tabell 7.1 oversikt over elevenes besvarelser i «ungdomstråkk»

Elevenes besvarelser er markert på kart for de ulike spørsmålene. UngKan 2 viste at det var signifikante forskjeller mellom guttenes og jentenes aktivitetsnivå i 15-års alderen og jeg har derfor valgt å skille mellom hva kjønnene gjør, misliker og ønsker.

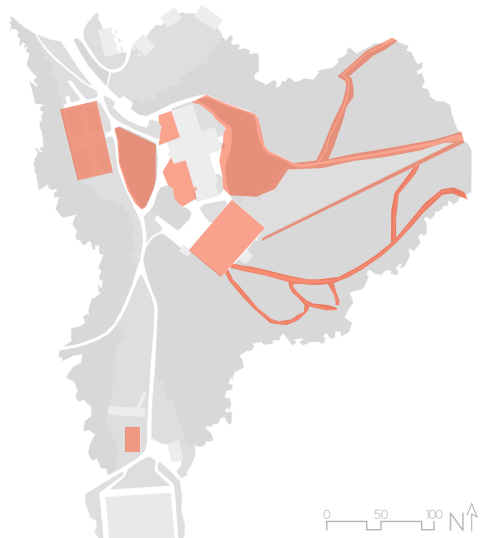
GUTTER



BRUK & BEVEGELSE

A	ballspill.....	2,0
B	sitte inne.....	2,7
C	butikk/kiosk/kantine.....	1,4
D	henge med venner.....	4,4
E	skate.....	
F	utenfor skolens område....	2,3
G	ski/vinteraktiviteter.....	0,3
H	annet.....	0,2

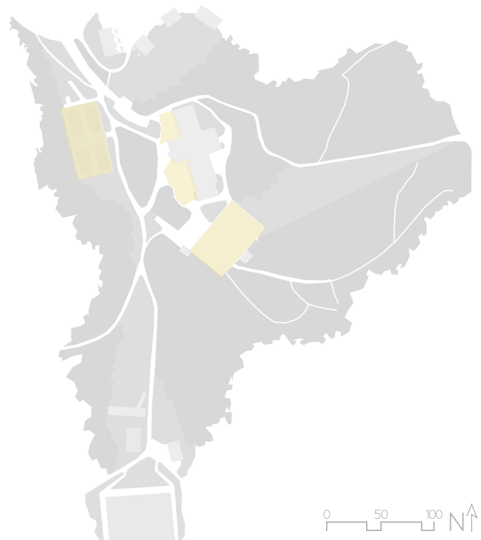
Fig. 7.3a guttenes bruk og bevegelse på skolen, tall viser snitt av antall dager aktiviteten blir gjort (0-5)



MISLIKTE STEDER

1	idrettsplass.....	1) 3) 4)
2	tennisbane.....	1) 4)
3	kunstgressbanen.....	1) 4)
4	skitrekk.....	1) 4)
5	ballbinge.....	1)
6	skogen.....	2) 4)
7	skolegården.....	3) 4)
8	annet.....	

Fig. 7.3b guttenes mislikte steder fordelt i fire kategorier, ¹⁾ brukes aldri ²⁾ skummelt ³⁾ stygt ⁴⁾ kjedelig

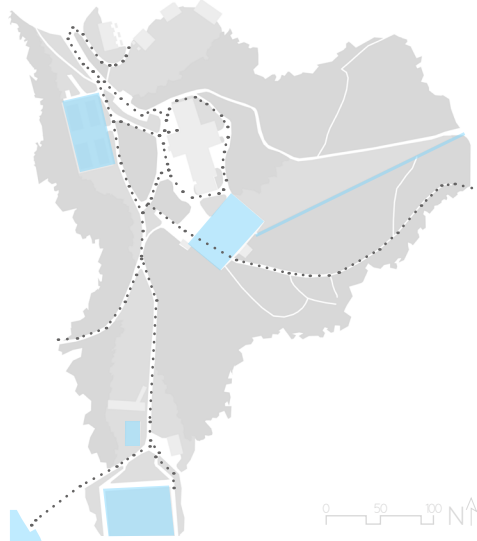


SAVN & ØNSKER

- nye basketballkurver
- smashball
- svømmebasseng
- større gymsal og kantine
- krakker til å sitte på ute
- bedre skolegård
- lengre friminutt
- mer fotball

Fig. 7.3c guttenens savn og ønsker i skolens nærområder

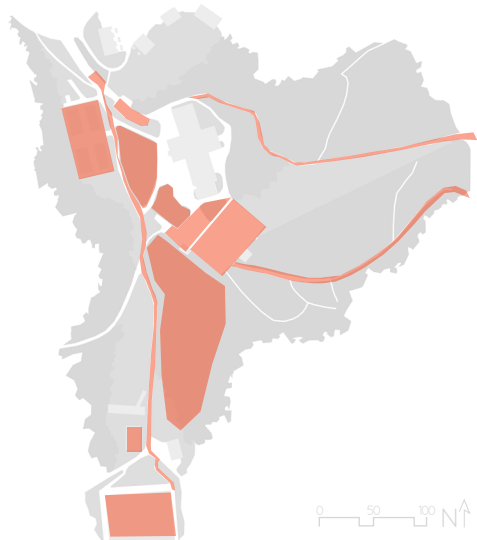
JENTER



BRUK & BEVEGELSE

A	ballspill.....	1,0
B	sitte inne.....	3,4
C	butikk/kiosk/kantine.....	3,3
D	henge med venner.....	4,6
E	skate.....	
F	utenfor skolens område....	3,3
G	ski/vinteraktiviteter.....	0,3
H	annet.....	

Fig. 7.4a jentenes bruk og bevegelse på skolen, tall viser snitt av antall dager aktiviteten blir gjort (0-5)

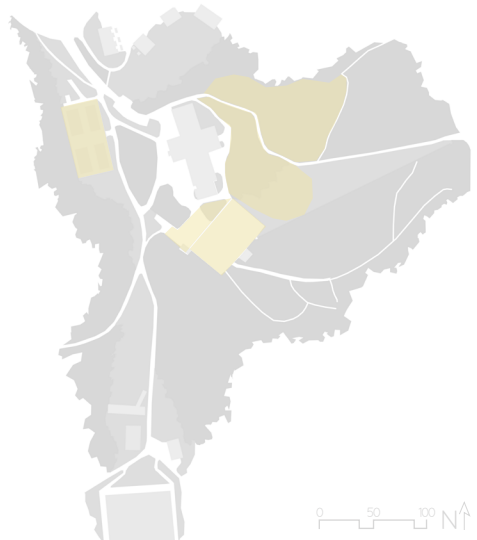


MISLIKTE STEDER

1	idrettsplass.....	1) 2) 4)
2	tennisbane.....	1) 3) 4)
3	kunstgressbanen.....	1) 4)
4	parkeringsplass.....	4)
5	ballbinge.....	3) 4)
6	skogen.....	3)
7	skolegården.....	3) 4)
8	turstien fra skole til bane..	2)

Fig. 7.4b jentenes mislikte steder fordelt i fire kategorier, ¹⁾ brukes aldri ²⁾ skummelt ³⁾ stygt ⁴⁾ kjedelig

SAVN & ØNSKER



- områdene rundt skolen
- gjøre noe med tennisbane
- spille håndball og kanonball
- mer ballspill
- bedre idrettsplass
- svømmehall
- større gymsal

Fig. 7.4c jentenes savn og ønsker i skolens nærrområder



Bilde 7.9 skummel sti



Bilde 7.10 ballbinge

BRUK OG BEVEGELSE

Figur 7.3a og 7.4a viser «bruk og bevegelse» i skoletiden. Den blå fargen viser områder elevene bruker til noe spesifikt, mens den stiplede linjen viser bevegelsesmønsteret til og fra skolen og hvor de beveger seg i friminuttene.

Skjemaet er delt inn fra bokstaven A til H. Dette er spørsmål om hvor ofte elevene gjør ulike aktiviteter. Elevene kunne svare fra null til maks fem, siden skoleuken består av fem dager, tallene viser i snitt antall dager de utøver de ulike aktivitetstypene.

Ingen av elevene sier at de oppholder seg i eller bruker skolegården. En del av jentene og noen få gutter har markert at de beveger seg rundt skolebygget, se stiplet linje i figur 7.3a og 7.4a. Kunstgressbanen og idrettsbanen brukes av noen få, mens «alle» går til senteret. Kun et par elever lar være å markere Stovnersenteret på kart eller nevne det med ord. Likevel er det få av guttene som sier at de ofte går utenfor skolens område i friminuttene.

Et par elever markerer at de bruker skitrekket og bakken. Det samme gjelder for tennisbanen og ballbingen like ved kunstgressbanen. Det er generelt få som velger å markere områder de bruker på kart. På spørsmålet om hvor ofte de gjør ulike aktiviteter, svarer elevene at de oftest «henger med venner». Jentene svarer at de ofte sitter inne i friminuttene, i kantinen.

MISLIKTE STEDER

Flere av elevene skriver at skolen er «perfekt», og omtrent i samme setning sier de at «skolen suger». *Mislikte steder* er knyttet tett opp mot skolen og skogsområdene.



Bilde 7.11 basketballkurv



Bilde 7.12 område rundt ballbanen

Skolegården er *stygg* og *kjedelig*, sier et flertall av elevene. Når jeg nevner at skolen skal rives og at det vil bli nye utearealer, svarer en del av ungdommene at det ikke betyr noe for dem, siden de ikke vil være elever ved den nye skolen.

I følge guttene bruker de *aldri* noen områder foruten selve skolebygget. Jentene fokuserer mer på stiene rundt skolen. På noen stier føler de seg *utrygge* fordi det hender de møter ekle menn der. En jente sier at idrettsplassen er *skummel* fordi ballen ofte kommer i hodet på henne når hun er der. Idrettsplassen blir også omtalt som *slitt* og *kjedelig* fordi den blir ødelagt av at skitrekket drar grus og jord over plassen.

SAVN OG ØNSKER

Ungdommene har et stort antall *savn* og *ønsker*. De fleste av ønskene som kommer fra guttene dreier seg om idrett. I figur 7.3c ser man at de fleste guttene er veldig opptatt av basketball, og det er et *ønske* om flere basketballkurver. Det blir ramset opp *smashball*, *svømmebasseng*, *mer fotball* og *større gymsal*. Blant jentene er det også en del *ønsker* rundt ballspill og annen idrett. Flere kommenterer at de gjerne skulle ønske det blir *gjort noe med idrettsplassen*.

Elevenes *ønsker* i selve skolegården er mer «diffuse» og kommentarene er *bedre skolegård*, *gjøre noe med områdene rundt skolen* osv. Noen av jentene gir uttrykk for at de synes det er vanskelig å tenke seg til steder de vil at det skal forgå noe. Når jeg forteller at det kan være hva som helst markerer ei jente skogen og sier at hun vil ha et *kjøpesenter* der.

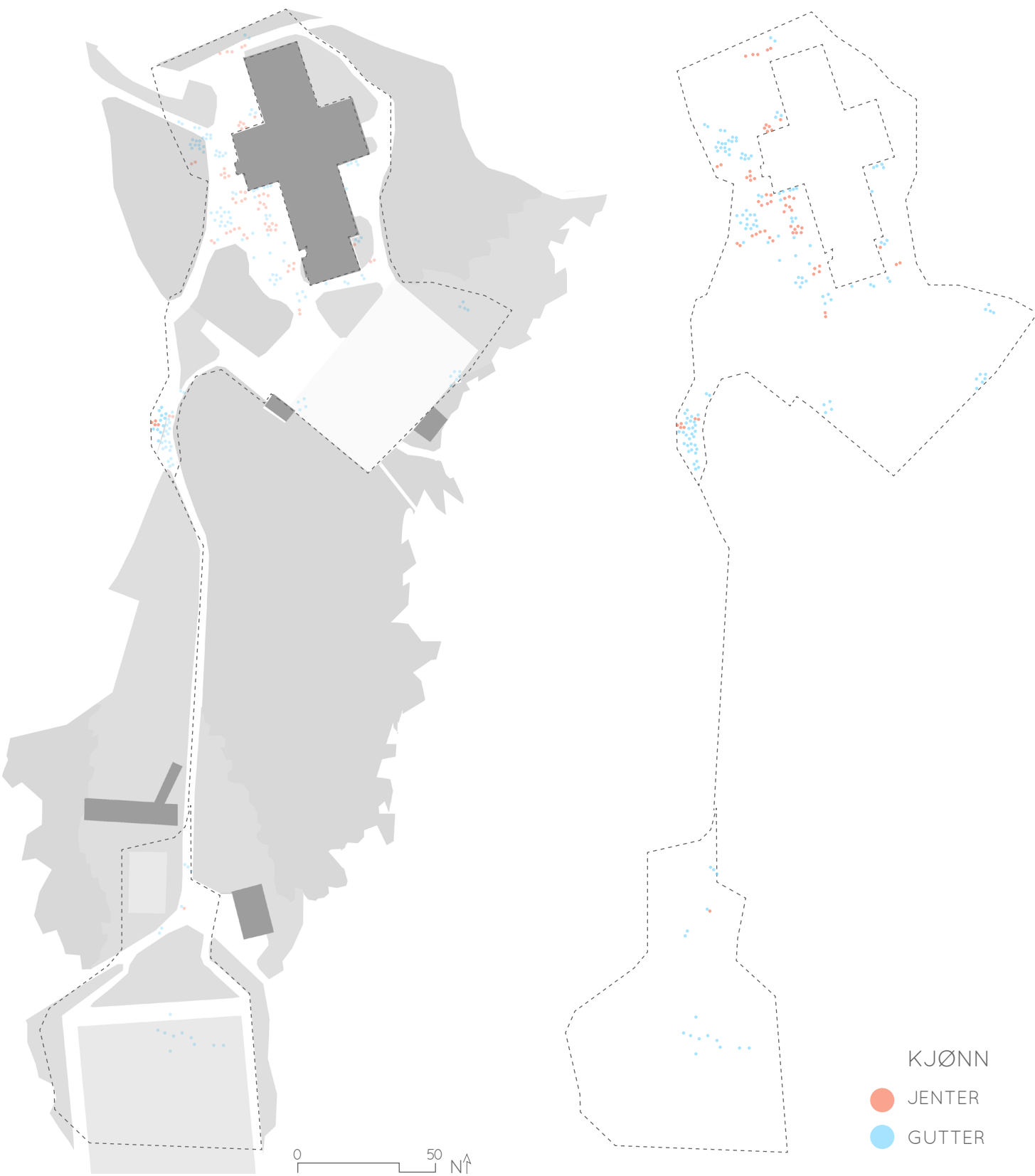


Fig. 7.5a fordeling av kjønn i «storefri»

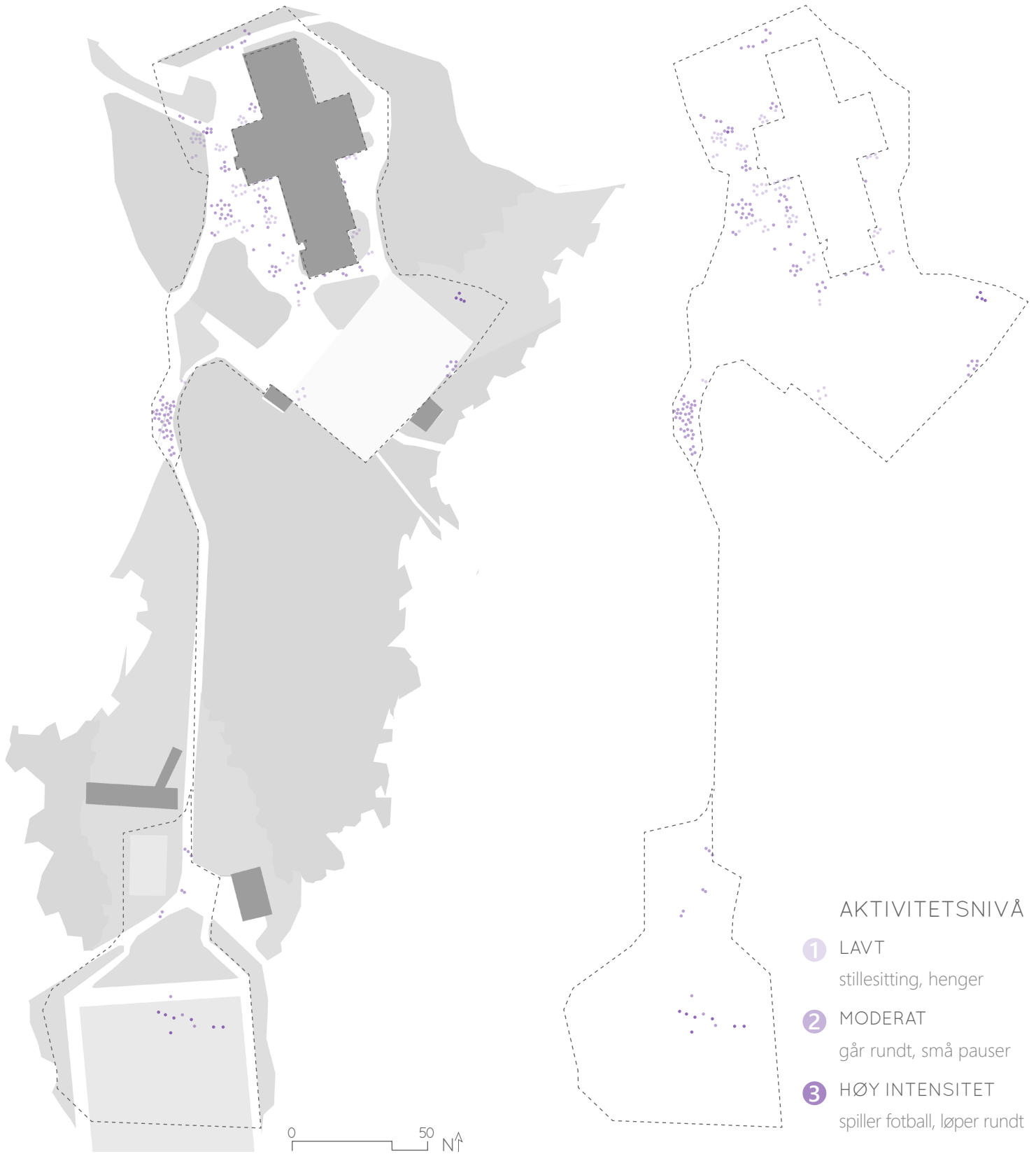


Fig. 7.6a fordeling av aktivitetsnivå i «storefri»

15-MINUTTER FRIMINUTT

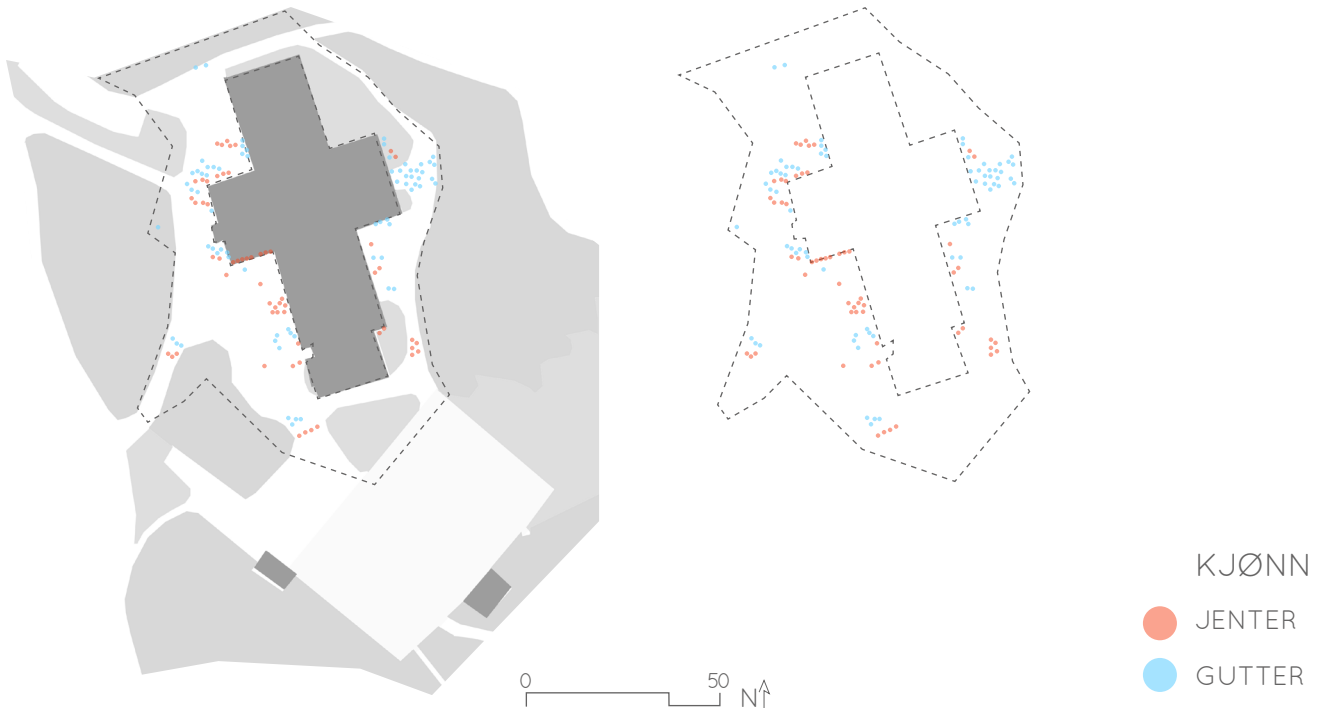


Fig. 7.5b fordeling av kjønn i ti minutters friminuttene

15-MINUTTER FRIMINUTT

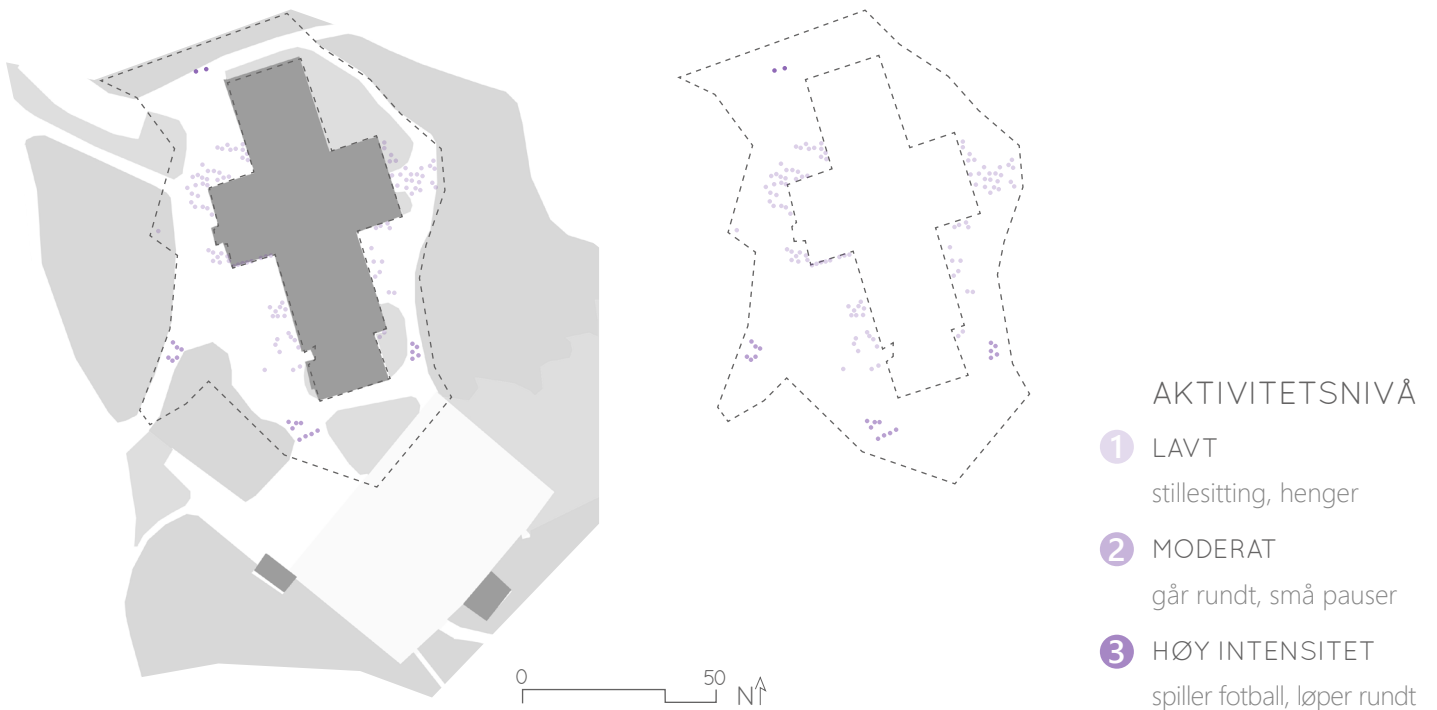


Fig. 7.6b fordeling av aktivitetsnivå i ti minutters friminuttene

Bilde 7.13 benk & sykkelstativ



Bilde 7.14 klatrevegg

Tokerud skole har to friminutt i løpet av skoledagen. Første friminutt er «storefri» på 45 minutter, 10.30-11.15, og et kvarter langt friminutt 12.45-13.00. Første observasjon blir gjort torsdag 3. april med ekte vårvær; strålende sol og 5-7 grader. Med kun to friminutt velger jeg å bevege meg i begge, for å kunne observere om det er forskjell mellom «storefri» og det korte friminuttet.

«STOREFRI»

I løpet av tre minutter er hele skolegården tom! Etterhver som elevene forlater skolen, samler de seg i gjenger som stadig blir større. De rusler stien sørover, mot kunstgressbanen og Stovnersenteret. Det er også noen som går nordover mot boligfeltet. Likevel oppholder flere elever seg i nærheten av skolen. Det overrasker meg å se fire gutter i skibakken med en stor balje som de bruker som akebrett. I samtaler med skoleledelsen og kommentarene fra «ungdomstråkk» var inntrykket at bakken ikke ble brukt.

Etterhvert velger jeg å gå nedover mot kunstgressbanen for å se om det er elever der. På kunstgressbanen kan jeg registrere syv gutter som spiller fotball ved et av målene. Det kommer og går elever i løpet av tiden jeg sitter og ser på. Fra plattformen der jeg sitter, har jeg oversikt over elevene som kommer fra senteret. En halvtime ut i friminuttet observerer jeg at noen elever rusler oppover mot skolen igjen og jeg følger etter.



Bilde 7.15 plass på baksiden



Bilde 7.16 skibakken



Bilde 7.17 benk

Det siste kvarteret er det mer liv rundt skolebygget. Ungdommene står i gjenger ved inngangen til klasserommene. Det er populært å sitte på tartandekket under klatreveggen og en stor guttegjeng henger ved sykkelparkeringen.

Figur 7.5a og 7.6a viser at det er en del elever på skolegården, men er litt misvisende siden det kun er de 15 siste minuttene hvor det er aktivitet i skolegården og ikke i hele friminuttet.

15 MINUTTER FRIMINUTT

Andre og siste friminutt varer i 15 minutter. Det er mange elever ute i skolegården, og til tross for kun 15 minutter pause, registrerer jeg en del elever som rusler nedover mot Stovnersenteret. Jeg tar tiden fra skolen til senteret, like etter at friminuttet er over; syv minutter i rolig ganglag. I den sammenhengen møter jeg flere elever på vei mot skolen igjen.

I skolegården er det de samme områdene som er populære som i «storefri». I «storefri» blir tartandekket okkupert av gutter, mens det er jentene som setter seg her i det korte friminuttet. En liten jentegjeng kommer bort til meg mens jeg står litt i utkanten av skolegården. Ei av jentene spør meg om hva jeg gjør på skolen? Jeg svarer at jeg observerer elevene på skolen og jentas svarer: « ja, vi er ganske dulle, jeg veit det!». Jentegjengen trekker seg unna og begynner å lekeslåss seg i mellom og «yppe» med noen gutter rundt.

7.3.3 ANALYSE AV DET FYSISKE MILJØ

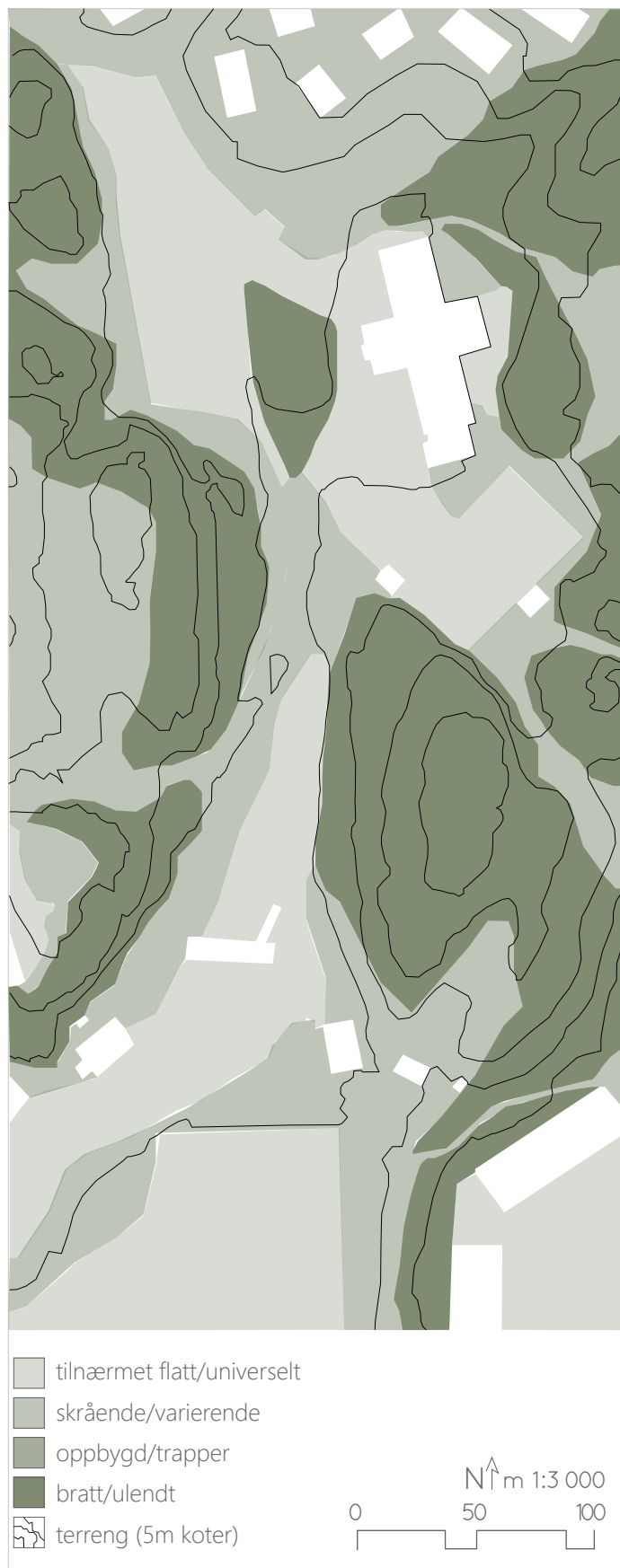


Fig. 7.7 Helningsgrad rundt Tokkerud skole



Fig. 7.8 Vegetasjonstyper rundt Tokkerud skole

TERRENG & HELNING

Selve skoleanlegget har et flatt terreng på vestsiden, og skråner opp på nord- og sørsiden til det flater ut mot annen etasje på østsiden. Figur 7.7 viser at det er bratt terreng både øst, vest og sør for skolen, med et smalere belte med slaktere eller flatt terreng forbi skolen i vest, i sørgående retning. Terrenget er vist med fem meters koter og helningen er delt inn i fire; tilnærmet flatt (lyseste farge), skrående, oppbygd (ikke tilfelle rundt Tokerud skole) og bratt terreng (mørkeste farge). Landskapet er åpent i en nord/sør akse og skolebygget ligger trukket tilbake (mot øst) for denne aksen og blir skjermet mot bebyggelsen rundt.

VEGETASJON & SJIKT

Bygningen ligger tilbaketrukket både på grunn av terrengformen og på grunn av den tette skogen i det bratte terrenget. Skolen ligger omkranset av tett vegetasjon og den har lite utsyn mot annet enn skog. Vegetasjonen er lavere med større gressletter i de områdene hvor det er flatt terreng, spesielt i aksen, se figur 7.8, hvor også stien mellom skolen og Stovner er sentrert. Nord for skolen ligger bebyggelsen tettere på, men den skiller fra skolen av et lite parkområde.

BYGNINGSSTRUKTUR & SOL/SKYGGE

Bygningsstrukturen på Tokerud skole er korsformet og sør/nord- vendt. Bygget består av to etasjer på vestsiden og en på østsiden, hvor annen etasje møter terrenget. Byggets form og beliggenhet gir store arealer med sol på dagtid. Området med mest skygge er nord for vestvingen, hvor hovedinngangen er plassert. Selv om bygget ikke gir store skyggeflater, vil den tette skogen på østsiden kaste tung skygge over den østliggende skolegården om formiddagen, se bilde 7.15. Figur 7.9 illustrerer skyggene som vil være på skolens utearealer midt på dagen, ca. kl. 12. Skogkollen på vestsiden vil på ettermiddagstid kaste skygger over den vestliggende skolegården.

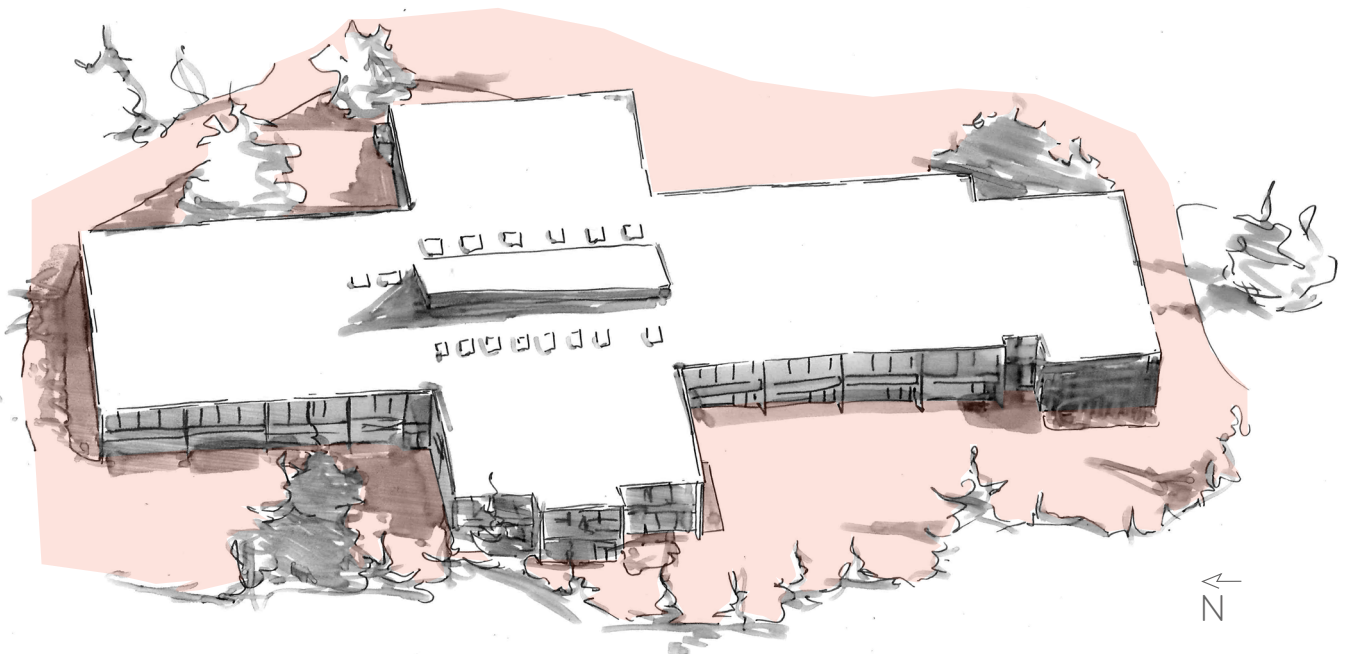


Fig. 7.9 Aksonometrisk tegning av skolegård og skyggedannelse midt på dagen



Fig. 7.10 Kart over skolegårdens innganger, dekker og vegetasjon

SKOLEGÅRDEN

Skolegården er sentrert rundt selve skolebygget og består for det meste av asfaltflater. En større skråning av gressdekke og noen få trær ligger nordøst for skolebygget. Et buskfelt er plantet sørøst og noen små buskfelt er plantet inntil bygningen, se figur 7.10. De gule feltene viser de to benkene skolen har å tilby, pluss tartandekket ved klatreveggen på sørveggen av vestvingen (bilde 7.14). Syv av inngangene går direkte inn til klasserom, i tillegg er hovedinngangen plassert rett nord for vestvingen, og den sørligste inngangen på vestsiden fører til gymsalen.

7.4 OPPSUMMERING



Fig.7.11 Oversikt over jentene og guttenes bruk i forhold til utforming av skolegården

HVILKE AKTIVITETSTYPER FORETREKKER UNGDOM?

Få elever sier at de oppholder seg i skolegården i friminuttene. Ved observasjon viste det seg at svært mange «henger» i skolegården i både kort og langt friminutt. Elevene beveger seg rundt med venner og svært mange velger å bruke friminuttene til å gå på Stovnersenteret. Det er ikke stor forskjell på aktiviteten i friminuttet på 15 minutter og «storefri» på 45.

Ulikheter mellom jenter og gutter er vanskelig å observere og lese ut fra «ungdomstråkket». Begge kjønn sier at de har interesse for ballspill og dette kommer best frem i *savn og ønsker*. Svært mange av ungdommene mislikte skogområdene rundt skolen og guttene forklarte det med at områdene var kjedelig og lite brukt, og jentene følte en viss utrygghet. Jentene synes generelt at mange områder både i og utenfor skolegården er skumle.



Fig.6.8b Oversikt over elevenes aktivitetsnivå i forhold til utforming av skolegården

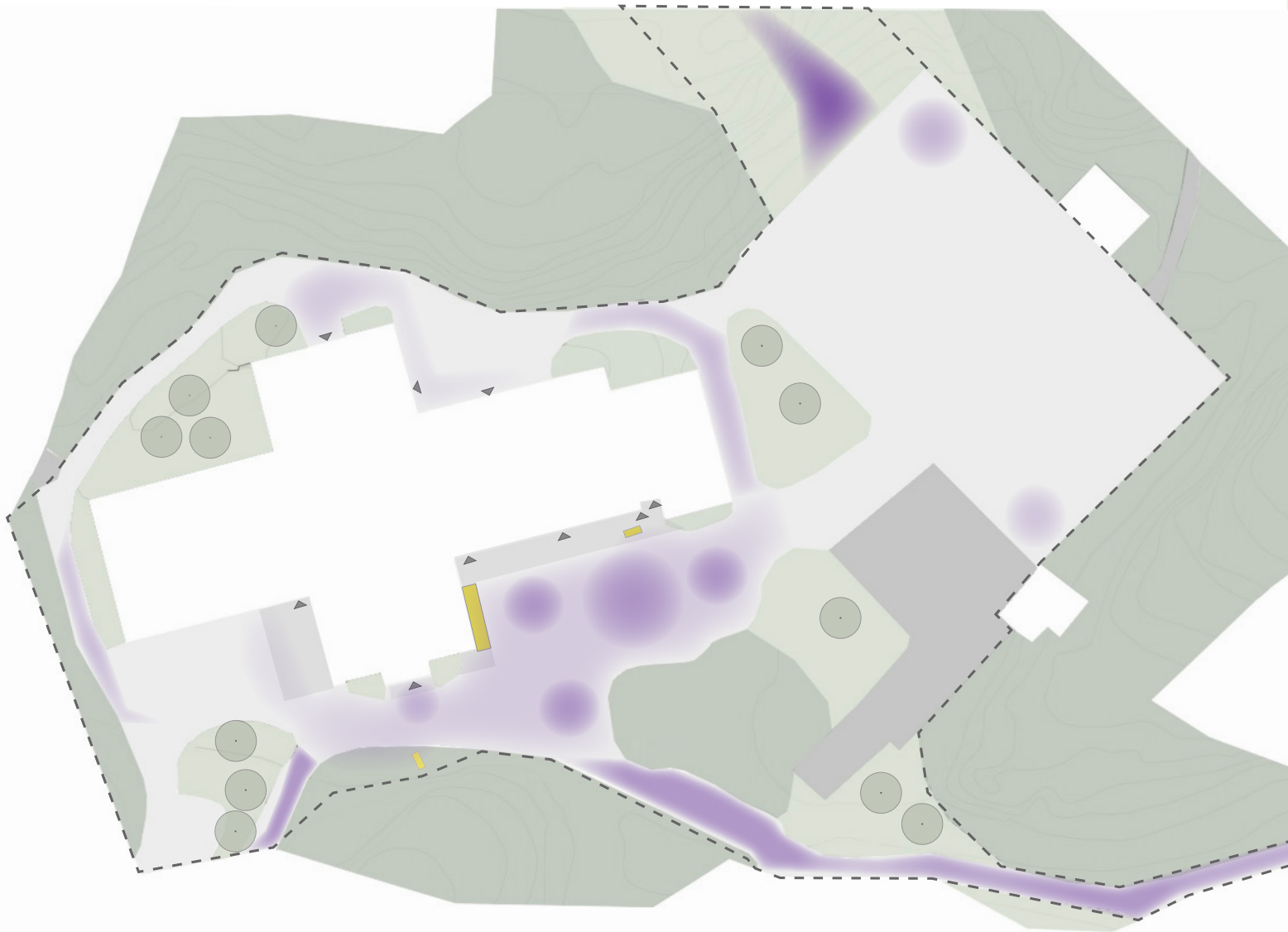


Fig.7.12 Oversikt over elevenes aktivitetsnivå i forhold til utforming av skolegården



HVILKEN BETYDNING HAR UTFORMINGEN AV SKOLENS UTEAREALER FOR AKTIVITETSMØNSTERET?

Skole er tilbaketrukket og samspiller lite med omgivelsene rundt. Den omkransede skogen rundt kaster skygge over store deler av skolegården. Bygningsstrukturen gir også skygge ved inngangspartiet store deler av dagen på grunn av vestvingen på bygget. Selve skolegården senterer seg rundt skolebygget.

Det er lite høyaktivitet i skolegården og de fleste står i gjenger på asfaltdekket. Det er spesielt den sørvestlige delen av skolegården hvor ungdommene oppholder seg. Tartandekket er det mest attraktive området å oppholde seg på. Noen elever oppholder seg i skogkanten og leker i slalåmbakken. Elevenes opphold kan ses i forhold til skyggene på skolegården. Ved inngangene i øst er det gode solforhold og elevene står nære inngangspartiene, mens det på vestsiden er skygge og elevene trekker lenger ut for å komme i kontakt med solen. Ved hovedinngangen er det steinheller som danner et markert inngangsparti og elevene står som oftest utenfor dette feltet.

HVORDAN PÅVIRKES SKOLENS ORGANISATORISKE & PEDAGOGISKE OPPLEGG FYSISK AKTIVITET I SKOLEHVERDAGEN?

Uteområdene blir i liten grad bruk i undervisningen. Elevene drar på en årlig klassesetur ut i naturen. Skoleledelsen sier de er opptatt av fysisk aktivitet og utebruk, men føler at de blir begrenset av ledelse på et høyere plan. Ungdommen er selv klare på at de tar lite initiativ og er inaktive i friminuttene. Lærerne som hadde vakt i friminuttene brukte tid på å snakke med WWelever som sto alene eller hadde behov for å snakke med en voksen.

-  høyt akt.nivå
-  moderat akt.nivå
-  lavt akt.nivå
-  vegetasjon
-  steinbelegg
-  asfalt
-  trappeanlegg
-  enkelttre
-  benk & elementer
-  inngang

m 1:1 250



0 50



N

Fig.6.8b Oversikt over elevenes aktivitetsnivå i forhold til utforming av skolegården



DEL 3 *diskusjonen*

8 DISKUSJON

I hovedsak vil diskusjonen knyttes til de ulike aktivitetsnivåene på de tre caseområdene. Diskusjonen vil ta for seg tidligere forskning og de ulike resultatene fra caseområdene for å se hvilke sammenhenger det er mellom aktivitetsnivået, aktivitetstyper og utemiljøet. Hvilke tidligere studier blir bekreftet i min casestudie, og hvilke funn har jeg gjort som ikke tidligere har blitt studert?

Denne delen vil til slutt ta for seg hvilke faktorer som kan påvirke fysisk aktivitet blant ungdomsskoleelever og hva som bør gjøres og forskes mer på. Diskusjonen vil også ta for seg hvilke områder jeg ikke har kunnet dekke med min studie, men som likevel er aktuelle å få belyst i fremtiden.

8.1 HVILKE AKTIVITETSTYPER FORETREKKER UNGDOM?

Ungdom «henger» med venner, går på butikken eller senteret og spiller fotball. Dette er likt for alle tre skolene. Fjørtoft et.al (2010) så også i deres studie at det «å henge» med venner var den mest populære aktiviteten blant ungdom. Dette var felles for både gutter og jenter, men det var likevel forskjell mellom kjønnene på andre aktiviteter de foretrakk. Guttene var mer opptatt av ballaktiviteter i «storefri» og det var i denne tiden ulikhetene ble registrert. Dette stemmer overens med Schmidts studie (2004) hvor de så at guttene var mer opptatt av fotball, mens jentene var like opptatt av å være sammen som å gjøre noe sammen.

Det var forskjell mellom de lange og de korte friminuttene. I de korte friminuttene brukte mange elever mobilen selv når de sto i gjenger, og på alle skolene var dette hovedaktiviteten blant elevene som sto alene. HEVAS-undersøkelsen (Endrestad et. al, 2004) har sett en økende trend på PC- bruk. Det kan se ut til at ungdommen ved å bruke mobil tilbringer mer tid på å være inaktive i friminuttene. I dag bruker ungdommer mobil som PC, og har tilgang på internett via Edge og 3G/4G.

Det kan være en sammenheng mellom aktivitetsnivå i skoletiden og elevenes fritidsinteresser. Blant elevene som deltok i «ungdomstråkk» på Holmlia og Jordal, var rundt 70 prosent med på organisert og/eller uorganisert aktivitet, mens det på Tokerud var i underkant av 50 prosent. Dette er ingen statistisk undersøkelse og resultatene gjelder kun for de tre utvalgte skolene. Det er likevel interessant å se om det er noen sammenheng mellom skole- og fritidsaktiviteter.

De fleste velger å gå til og fra skolen på Holmlia og Tokerud, mens det er jevnt fordelt mellom å gå og å ta bussen på Jordal. Ungdommenes valg av transport er avhengig av hvor nær skolen de bor. Helsedirektoratet (2014) oppfordrer elever til å gå eller sykle til og fra skole. De tre skolene ser ut til å være «gode» på dette punktet allerede. Det at få elever sykler på de tre skolene kan komme av at det er dyrt med sykkel eller at avstanden hjemmefra til skolen er såpass kort at det ikke er nødvendig å sykle.

Holmlia og Jordal er tilknyttet et idrettsanlegg og bruker idrettshaller i kroppsøvningsfaget. På vår og høst brukes idrettsanlegget utendørs i tilknytning dette faget. På Tokerud blir utearealene i mindre grad brukt. Av aktiviteter i undervisning er det ballsport som dominerer.

8.2 HVILKEN BETYDNING HAR UTFORMINGEN AV SKOLENS UTEAREALER FOR AKTIVITETSMØNSTERET?

Som landskapsarkitekt er det utearealenes utforming som har mitt hovedfokus. Det er på dette området jeg kan bruke min fagkunnskap. Spørsmålet er om utformingen av skolens utearealer er av betydning for elevenes aktivitetsmønster.

Alle tre skolene har en skolegård langt under det anbefalte arealkravet på 50 m² per elev (Thorén, 2003). Dette påvirker ikke aktivitetsmønsteret blant elevene på noen av skolene. Elevene forholder seg ikke til hvor skolegården slutter, men benytter arealer i nærområdet slik som de bruker selve skolegården. Ungdommenes tilgang til nærmiljøanlegg kan være av betydning og skolegårdens størrelse blir

da mindre viktig. Holmlia og Jordal har lite areal per elev og har høyt og middels aktivitetsnivå. Tokerud ligger tilbaketrasket, men har en større skolegård. Flere elever valgte å oppholde seg i skolegården i «storefri» på Tokerud enn på de to andre skolene. Årsaken til dette kan være fordi de er lenger unna andre fasiliteter eller at de har større areal per elev rundt skolen.

Elevene bruker harde flater og oppbygd terreng i tilknytning til skolegården. De bruker i liten grad trær og ulendt terreng. Skolegårdstudien (Kolle, 2003) så heller ingen bruk av skogarealer. Om dette kommer av at alle skolene har skolegårder med harde dekker og lite vegetasjon eller om dette er hva elevene faktisk foretrekker, er vanskelig å vite.

På Holmlia brukte ungdommene trappeanlegget til å «henge» i og på Jordal var murkanten langs torget populær. Det interessante var at måten de brukte trappeanlegget og murkanten på, skilte seg ut fra gjengene som sto på de harde flatene. De som brukte trappeanlegget og murkanten brukte nivåforskjellene til å sitte og stå og bevege seg rundt.

Sammenhengen Fjørtoft (1999) så hos barnehagebarn, hvor barna med ulendt terreng utviklet seg bedre motorisk enn de barna med flatt terreng, kan vise at det også er av betydning hvordan terrenget er bygd opp rundt skolen.

Lindholm (1995) har sett at «gode» skoler ofte har flere små og store rom dannet av vegetasjon. De utvalgte skolene hadde lite vegetasjon som dannet romlighet.

Alle tre skolene har ulik bygningsstruktur og ligger i ulike terreng. Jordal og Holmlia har begge et «skoletorg», hvor torget på Holmlia ligger mellom de to skolebyggene, mens Jordals torg ligger på vestsiden. Tokerud skole har en mer tradisjonell bygningsstruktur og utforming av tomten. Figur 8.1 viser skolebygningenes form i plan. Både strukturen og formspråket har innvirkning på hvordan elevene bruker utearealene.

Ulleberg (1995) har sett at skolens bygningsstruktur fremdeles ikke har en utforming som er mer sofistikert enn tidligere. Et vel planlagt bygg kan i seg selv være godt egnet for undervisningen og bruken innendørs. Det samme gjelder utearealer, de kan være nøye planlagt, men om bygning og skolegård ikke samsvarer med hverandre, skapes ingen helhet.

En av de viktigste sammenhengene jeg fant mellom bruk av utearealer og skolens bygningsstruktur, var inngangene. Elevene tilbringer tiden i de korte friminuttene rett utenfor innganger eller krysser skolegården for å gå fra en inngang til en annen. Holmlia skole med sine to bygninger hadde trafikk mellom bygningene i alle de korte friminuttene. På Jordal samlet elevene seg i store, tette klynger foran inngangene langs hovedveien. Tokerud har færre innganger enn Holmlia og Jordal, men det var likevel en sammenheng mellom utganger og opphold.

Sol og skygge er vesentlig for elevenes bruk og trivsel i skolegården. Hvordan bygningene er bygd i forhold til skolegården er derfor svært vesentlig for å unngå store skyggeflater. Vegetasjonen, særlig trær med tette kroner kan også gi store skyggeflater. Rapporten om «Skolens utearealer (Thorén, 2003) anbefaler et krav om å sikre best mulig solforhold. Både Holmlia og Tokerud har skolebygg som

ligger i nord/sør akse, mens Jordal ligger mer vest/øst. For å sikre solforhold i en skolegård, er det solen fra morgen til tidlig ettermiddag som er det viktig å huske på. Bygningens høyde har også mye å si for skyggene bygget vil gi.

På alle skolene var det merkbart mindre aktivitet i områder med større skyggeflater fra bygninger. Bløndeskygger fra trær virker ikke til å være av betydning, men trærne hadde heller ikke sprunget ordentlig ut på tidspunktet observasjonene ble gjort.

Etter å ha analysert bygningsstrukturen og sol/skyggeforhold på de tre skolene, oppdaget jeg en interessant fellesnevner. Alle bygningene henvender seg mot vest. Den tradisjonelle byggekulturen er å sørge for gode solforhold fra vest. Det er derfor påfallende at alle de tre skolene er bygd slik at områdene som er beregnet for aktivitet ligger vest for bygget og i skygge store deler av formiddag og dagen. Et optimalt skoleanlegg bør ha solforhold på store deler av skolegården i skoletiden, og heller bløndeskygger fra trær for å unngå direkte solstråler.

Hvordan skolebygget er utformet har betydning for dannelse av rom i skolegården. Figur 8.1 viser hvordan bygningene er med på å henvende seg ut mot omgivelsene. Holmlia (figur 8.1a) henvender seg ut mot omgivelsene i vest samtidig som bygningsstrukturen skaper omgivelser rundt bygningen. Jordal henvender seg ut mot omgivelsene i nordvestgående retning, se figur 8.1b, og skolen har på motsatt side en hovedvei liggende som danner en barriere og vegg mot skolen. Tøkerud, med sitt korsformede bygg henvender seg ikke mot omgivelsene, men sentreres rundt bygningen (8.1c)

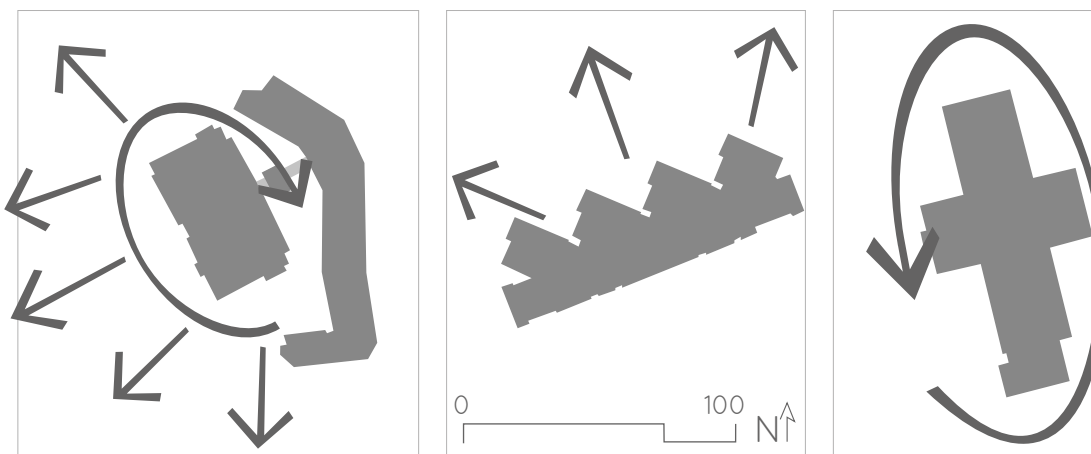


Fig. 8.1 Hvordan skolene henvender seg mot nærmiljøet, hhv. Holmlia skole, Jordal skole, Tøkerud skole

Både Sallis (2000) og Kolle (2012) har funnet ut at det er store forskjeller mellom aktivitetsnivået til gutter og jenter. UngKan 2 (ibid) viste at tiden gutter var i moderat aktivitet hadde sunket fra UngKan 1 (Anderssen et. al., 2008). Gutter velger aktiviteter som enten har høy eller lav (ingen) intensitet, det vil si at resultatene Kolle fant ved sammenligning av UngKan 1 og 2 stemmer overens med mine observasjoner. Jentene befinner seg i et nivå med lav til moderat aktivitet eller lav (ingen)aktivitet. Det ser også ut til å være en sammenheng mellom avstand til skolebygget og aktivitetsnivået. Når guttene var i et høyt aktivitetsnivå brukte de arealer lenger unna skolen. Det laveste aktivitetsnivået ble registrert nærmest bygningene.

8.3 HVORDAN PÅVIRKES SKOLENS ORGANISATORISKE OG PEDAGOGISKE OPPLEGG FYSISK AKTIVITET I SKOLEHVERDAGEN?

Det er ikke kun i friminuttene elvene har mulighet for å være i aktivitet. Hvordan elevene aktiviseres i den organiserte skoletiden påvirkes i stor grad av hvordan skolen tilrettelegger undervisning og bruk av skolegårder og nærmiljø.

Friminuttens lengde og hvordan de er delt inn ser ut til å kunne påvirke elevenes fysiske aktivitet. Tokerud har 60 minutter friminutt per dag, mens Holmlia og Jordal har 70 minutter. Dette utgjør en forskjell på nesten 100 timer i løpet av de tre årene elvene går på ungdomsskolen.

Et lengre «kort» friminutt påvirker ikke elevenes fysiske aktivitet. Elevene på Tokerud hadde samme aktivitetsmønster som de andre skolene. I «storefri» var det heller ingen forskjell. Feltobservasjonen viste også at det ikke virket som elevene var i høyere aktivitet selv med lengre friminutt.

Det at elevene på Tokerud har to friminutt i stedet for fire og fem, kan være en årsak til den lave aktivitetsnivået. Sammenlignes aktivitetsnivået opp mot antall minutter friminutt er elevene på Tokerud aktive i like lang periode av friminuttet som elevene på Jordal skole. Dette viser hvordan friminuttstrukturen kan påvirke elevens aktivitet i løpet av skolehverdagen. Disse forskjellene gjelder kun for de utvalgte skolene og det er vanskelig å si om det gjelder for andre skoler.

Alle skolene arrangerer utferder og turer i forhold til skoleplanen. Holmlia har i tillegg arrangert et tiltak i «storefri» som skal engasjere elevene til å gjøre ulike aktiviteter. HEMIL (2009) fant ut i sin evaluering av «Fysisk aktivitet og måltider i skolen» at tid og økonomi er årsaken til at skolene ikke satser på fysisk aktivitet. Kanskje kan slike prioriteringer være noe av grunnen til at det er forskjeller i aktivitetsnivået på de tre skolene.

Både Holmlia og Jordal ligger i direkte tilknytning av idrettsanlegg. Skolen og idrettsanlegget utgjør et nærmiljøanlegg med flere tilbud til innbyggerne rundt. På Tokerud ligger tennisbaner og en kunstgressbane i nærheten av skolen.

I forhold til undervisning kan det virke som skolens tilknytning til idrettsanlegg er positiv. Spesielt i kroppsøvingsfaget blir de ulike banene brukt. Dette tilfredsstillende likevel ikke en bredde av aktivitetstyper. Studien til Schmidt (2004) så på skoler tilknyttet ulike nærmiljøanlegg og så en tendens «idrettifisering» av skoleanlegg. Selv om nærmiljøanlegg skal inneholde mer enn idrett, ser man en trend til at det er kunstgressbaner det bevilges penger til.

Mennesker har ulike preferanser på hvordan vi vil utøve fysisk aktivitet (Steen-Johnsen og Neumann, 2009). På skoler tilrettelegges det i stor grad for fysisk aktivitet i fellesskap, spesielt i kroppsøvingsfaget. I timene jeg disponerte til «ungdomstråkk», valgte kroppsøvingslærerne på alle skolene å kjøre lagspill med ball. Det er kanskje ikke overraskende at den svenske spørreundersøkelsen «Sätt Sverige i rörelse» fikk et resultat som viste at hele 15 prosent sjelden eller aldri deltar i kroppsøvingsfaget. Allsidighet er viktig for å få med alle, spesielt de som ikke er så glad i den typiske lagidretten.

Hvordan skolen ligger plassert i forhold til bebyggelsen ser ut til å påvirke hvilke relasjoner ungdommene har til skolens arealer. Både Holmlia og Tokerud skole ligger i drabantbyer, som begge har negative stempel i forhold til miljø og kriminalitet (ref. Benjamin-saken og Stovnerdrapet). Folk rundt har en del fordommer mot områdene, og dette skaper en enda sterkere tilknytning og stolthet. Dette kom tydelig frem i «ungdomstråkket», som tidligere nevnt.

Det er all grunn til å tro at ledelse og læreres engasjement er viktig for elvenes fysiske aktivitet. I UngKan 2- undersøkelsen (Kolle et. al., 2012) svarte jenter og gutter ulikt for hvor godt de likte utdannede og uutdannede kroppsøvlingslærere. I min studie så jeg ikke på hvilke utdannelse kroppsøvlingslærerne hadde, men ved alle tre skolene var kroppsøvlingslærerne menn. Det interessante jeg kunne observere var kontakten mellom lærer og elev. Guttene hadde i større grad kontakt med lærerne. Det ville vært interessant og sett om det hadde vært motsatt trend med en kvinnelig lærer.

Det var spesielt synlig ved «Holmlialekene» hvordan mannlige lærere påvirket guttene positivt. Det var tre mannlige lærere som demonstrerte øvelsen i konkurransen under «Holmlialekene». De klarte i større grad å motivere guttene enn jentene, til å delta. De kvinnelige lærerne sto sammen med elevene mens konkurransen pågikk. Ingen av de kvinnelige lærerne testet ut øvelsen selv, og selv om de motiverte jentene verbalt, så det ikke ut til å ha samme effekt.

Ved alle skolene svarte kroppsøvlingslærerne at de fikk støtte fra ledelsen. I prosjektet «Skolen som nærmiljøanlegg» (Thorén, 2004) opplevde de at rektorenes engasjement var viktig for å få prosjekter gjennomført. En engasjert rektor er viktig for å holde lærerne motiverte til å yte av seg selv og ønske å gi det lille ekstra. «Holmlialekene» er et resultat av engasjerte lærere som har fått støtte fra ledelsen.

Lærerne på både Holmlia og Jordal var opptatt av å få ungdommene til å forstå hvorfor fysisk aktivitet er viktig. De hadde fokus på å ruste kroppen mot slitasje og motvirke livsstilssykdommer. De fortalte at det er et gjennomgående problem at elevenes motivasjon handler et godt utseende, med synlige muskler og ikke nødvendigvis å være sterk og ha en sunn kropp.

8.4 HVILKE FAKTORER KAN PÅVIRKE FYSISK AKTIVITET BLANT UNGDOMSSKOLEELEVER?

I de tre første kapitlene av diskusjonen har problemstillingens hovedspørsmål blitt diskutert. Kunnskapshullet (se kap.2.4) viste den manglende forskningen mellom aktivitetsnivå, aktivitetstyper og utemiljøet. Denne studien har funnet flere faktorer som kan påvirke ungdomsskoleelevers fysiske aktivitet.

- Naturelementer og ulendt terreng blir i liten grad benyttet av ungdommene. Terreng som er menneskeskapt gir en variert bruk både i aktivitetstyper og aktivitetsnivå, og bidrar til å skape rom. Harde flater innbyr til opphold, men med et lavt aktivitetsnivå.

Hva den allerede gitte utformingen har å si for hvilke områder ungdommene bruker, er uvisst. Det kunne vært interessant og sett på skoler hvor skolegården har et varierende terreng og har større flater som ikke er harde, for å undersøke hvilke faktorer som påvirker ungdommenes valg. Velger de å oppholde seg på et område fordi det mest tilgjengelig eller velger de på grunnlag av områdets utforming?

- Arealstørrelsen på skolegården betyr ikke så mye, men beliggenhet til aktivitetsarealer er viktig for at elevene har store nok arealer å boltre seg på. Forholdet mellom skolen og nærmiljøet, hvordan skolen ligger i terrenget, hvordan vegetasjon snakker med omgivelsene rundt har innvirkning på hvordan arealene brukes og aktivitetsmønsteret.

Det kan se ut til at ungdomsskolenes beliggenhet i forhold til idrettanlegg og som en del av et nærmiljøanlegg, har betydning om elevene knytter relasjoner til skolen annet enn som en skole, samt får større arealer tilknyttet friminutt og organisert undervisning utendørs.

- Bygningsstruktur - byggets tilknytning til skolegården og sol-/skyggeforhold påvirker aktivitetsmønsteret.

Mer forskning på byggeskikk på ungdomsskoler ville vært interessant. Er denne vestvendte byggeskikken tilfeldig eller et uheldig resultat av vår tankegang om at vi vil ha tilgang til sol på ettermiddagen? Barn og unge er ute i skolegården mellom kl. 9 og 14, fra august til juni. Det er sjeldent så sterk sol at det blir et problem for elevene og sol er viktig for å få D-vitamin og energi.

Et bedre samspill mellom arkitekter, landskapsarkitekter og planleggere er viktig. For å optimalisere en skole må alle parter samarbeide fra begynnelse til slutt i et skoleprosjekt.

- Friminuttens lengde har liten betydning dersom det er små forskjeller; 10-15 eller 40-45 minutter. Strukturen i løpet av dagen har derimot betydning. Elever med flere friminutt har høyere aktivitetsnivå enn de med færre.

Skolens organisatoriske struktur og hvilken betydning den har for fysisk aktivitet, spesielt den uorganiserte delen av dagen, er i liten grad belyst tidligere. Er det en sammenheng mellom hvordan friminuttene organiseres og aktivitetsnivå på andre skoler enn de tre i denne studien?

- Engasjerte ledere og lærere har innvirkning på elevenes motivasjon. En positiv ledelse gjør lærere motiverte til å engasjere seg selv og elevene.

I denne studien ble kun samspillet mellom mannlige lærere og elevene observert. Det kunne vært interessant og sett på forskjeller mellom de mannlige og de kvinnelige lærernes måte å motivere elevene på. Har det betydning og kan kvinner lettere nå ut til jentene?

8.5 METODEREFLEKSJON

Valg av metode er beskrevet i metodedelene (kap.4). Metodene ble valgt for å kunne svare på problemstillingen på best mulig måte, samtidig som dette var metoder jeg til en viss grad hadde kjennskap til fra før. Det er likevel andre metoder som kunne vært relevante for å dekke denne studien.

SELVRAPPORTERING

HEVAS- undersøkelsen (Samdal, 2009) brukte selvrapporing i sin forskning, mens UngKan 2 brukte akselerometer. Både ved å sammenligne disse to undersøkelsene og de to metoder jeg valgte ut, viste seg å være interessante. Mennesker har en tendens til å underdrive eller overdrive ved selvrapporing og resultatene kan derfor ha store feilkilder. Selvrapporing gjenspeiler ikke alltid de faktiske forhold.

Selvrapporing av aktiviteter ble også gjort, i form av dagbøker, i studien om «Skolegården, jungel eller lufttegård?» (Schmidt, 2004). Barnas skildringer av miljøet og hva de foretok seg, viste seg å gi varierte resultater. Metoden fungerte ikke optimalt fordi observatørene ikke var til stede da oppgavene ble gitt.

Jeg valgte å være til stede ved «ungdomstråkket» og jeg observerte at ungdommene hadde vanskelig for å tenke seg til hva de gjorde ute og hvor de oppholdt seg. Det var ingen tegn til at de ikke kjente seg igjen på kartet, men forståelsen av egen tilstedeværelse var et gjennomgående problem. «Ungdomstråkk» egner seg kanskje aller best til registrering av større arealer enn en skolegård som har flere områder som er vanskelig å stedfeste eller huske på (innganger, benker etc.).

Metoden egner seg godt i første trinn av studien fordi jeg fikk kunnskap om hvordan ungdommene reagerte og hva de selv sa de gjorde. Selvrapporing gir informasjon som ikke er mulig å observere eller måle.

OBSERVASJON

Ved selvrapporing fikk jeg svar på ungdommenes etnisitet og kjønn. Når jeg observerte kunne jeg fremdeles skille mellom gutter og jenter, mens det ble umulig å se på variasjoner mellom etnisitet. Studien har derfor ikke kunnet svare på ulikheter mellom norsk etnisk ungdom og ungdom med innvandrerbakgrunn.

Morland (2005) har i sin studie funnet store variasjoner mellom vestlig og ikke-vestlig ungdommers aktivitetsnivå. «Ung i Norge»- undersøkelsen (Stranbu, 2006) viser at det er spesielt jenter fra de ikke-vestlige miljøene som ikke blir med i idrettslag, den samme tendensen så Kalle (2012) fra resultatene i UngKan 2- undersøkelsen.

De tre skolene i casestudien hadde alle et høyt antall elever med innvandrerbakgrunn. Jeg ser viktigheten av å studere nærmere hvilke aktivitetstyper, spesielt hva innvandrerjenter, foretrekker. På Tokerud var det et lavt antall jenter som var med på organisert idrett på fritiden, samtidig var svært få av jentene i «ungdomstråkket» etnisk norske.

På samme måte som jeg var til stede i «ungdomstråkket», var jeg til stede ved feltobservasjonen. Metodene har gitt meg et godt grunnlag for å se ungdommene på nært hold. Jeg tror jeg har fått kunnskap langt utover hva jeg ville fått ved å gjøre spørreundersøkelser og statistiske målinger.

ANALYSER

Det kunne vært gjort utallige analyser på skolen. Jeg valgte å gjøre analyse av det fysiske miljøet i etterkant av de to andre metodene. Dette var utfordrende i forhold til tid og ikke minst en indre trang til å bruke min kunnskap som landskapsarkitekt.

Jeg ser verdien av å snu rekkefølgen på metodene, slik jeg valgte i studien. Hadde jeg analysert landskapet før jeg observerte ungdommene, ville jeg antageligvis sett et annerledes aktivitetsmønster.



Bilde 9.1 En vanlig hverdag i 1993, på jobb i skogen

ETTERORD

Da jeg startet på masteroppgaven hadde jeg en klar tanke om oppgavens struktur og hendelsesforløp. En ting jeg har lært i løpet av dette halvåret er at uansett hvor mye man planlegger, kan ikke alt gå skinner. Jeg er glad for at jeg allerede i høst kontaktet NIH for et samarbeid og dermed fikk bestemt en del av kriteriene for valg av case. Datamaterialet fikk jeg i allerede i januar, og kunne velge ut på bakgrunn av kriteriene og opprette kontakt med de utvalgte skolene. Det at jeg valgte ut tre skoler i stedet for to, som var tanken fra begynnelsen av, gjorde at det ble brukt mye tid på epost, telefonsamtaler, og ikke minst besøk og befaringer av skolene. Jeg opplevde misforståelser og endringer i avtaler som gjorde at ting tok lenger tid enn planlagt.

Rekkefølgen på metodene mine krevde anstrengelse for ikke å analysere caseområdene før jeg hadde gjort «ungdomstråkk» og feltobservasjon. At jeg først analyserte det fysiske miljøet i ettertid, gjorde at jeg ikke var forutinntatt på ungdommenes bruk og bevegelse i forhold til utemiljøet. Jeg har sett hvilke utfordringer utemiljøet gir ungdom i skolehverdagen.

Midt i semesteret mistet jeg brått min kjære bestemor, og oppgaveskriving ble plutselig ikke hovedfokus. For meg ble sorgen likevel en styrke midt oppi mastergraden. Jeg ble minnet på viktigheten av familie og samhold, og å kunne skille mellom det personlige og det faglige. Mine besteforeldre var noen spreke 80-åringer med stor arbeidskapasitet, som levde og arbeidet på gården til sine siste dager. Deres levesett har minnet meg på hvor avhengig man tidligere var av å være i god form for å kunne utføre et arbeid, i motsetning til oss «kontorrotter» i dag, som i vårt arbeid ikke er avhengig av kroppslig styrke.

Ja, for det har skjedd noe med samfunnet og vår fysiske aktivitet, og jeg legger noe av skylden på oss planleggere. Ulike faggrupper må samarbeide tettere om hvordan bygninger, skolegård og nærmiljø skal fungere sammen. Det har liten effekt om et bygg er godt planlagt dersom det ikke har en tilknytning til skolegården og i et nærmiljø.

Selv om ungdommene ikke nødvendigvis roper ut hvilke ønsker de har for tiden de tilbringer utendørs i skoletiden, fortjener de en bedre tilrettelagt skolegård med gode solforhold og ulike uterom som gir mulighet for et varierende aktivitetsmønster.

LITTERATURLISTE

- ANDERSEN, S. S. (2013). *Casestudier: forskningsstrategi, generalisering og forklaring*. Bergen: Fagbokforl. 185 s.
- ANDERSEN, S. A, KOLLE, E., STEENE-JOHANNESSEN, J., OMMUNDSEN, Y. og ANDERSEN, L. B.(2008). *Fysisk aktivitet blant barn og unge i Norge: en kartlegging av aktivitetsnivå og fysisk form hos 9- og 15-åringer*. Oslo: Helsedirektoratet. 96 s.
- ARADI, R. (2010). *Kartlegging av barns bruk av plass. Erfaringer fra Fredrikstad, Norge*. Kart og Plan, 70.
- BASSET, D. R., FITZHUGH E.C, HEAT G. W, ERWIN, P. C., FREDRICK, G. M., WOLFF, D. L., WELCH, W. A. OG STOUT, A. B. (2013). *Estimated Energy Expenditures for School-Based Policies and Active Living*. American Journal of Preventive Medicine.
- BERG, U. og MJAAVATN, P. E. (2009). *Barn og unge*. i : Bahr, R. (red.) *Aktivitetshåndboken: fysisk aktivitet i forebygging og behandling*, s. 45-57 Oslo: Helsedirektoratet.
- BLOM, S. (2001). *Økt bokkonsentrasjon blant innvandrere i Oslo - er toppen snart nådd?* i : b. 2 Samfunnsspeilet: Statistisk sentralbyrå.
- BREIVIK, G. og VAAGBØ, O. (1998). *Utviklingen i fysisk aktivitet i den norske befolkning 1985-1997*. Oslo: Norges idrettsforbund og olympiske komite. 47 s.
- ENDRESTAD, T., BRANDTZÆG, P. B., HEIM, J., TORGERSEN, L. og KAARE, B. H. (2004). *"En digital barndom?" : en spørreundersøkelse om barns bruk av medieteknologi*. Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- FJØRTOFT, I. (1999). *Naturen - et sted for lek og læring: motorisk mestring gjennom allsidig bevegelseslek i naturen*. I, s. S. 117-131. Hvalstad: FRIFO.

FJØRTOFT, I., LÖFMAN, O., THORÉN, A.-K. H., ARADI, R. og TVEITE, H. (2010). *Environmental correlations to physical activity: Tracking leisure time activity pattern in 14 year- old children in neighborhood settings using satellite positioning (GPS) and heart rate monitoring.* 22 s.

FLYVBJERG, B. (2006). *Five misunderstandings about case-study research.* Inquiry, 12: s. 219-245.

HELSEDIREKTORATET. (2014). *Anbefalinger om kosthold, ernæring og fysisk aktivitet.* Helsedirektoratet. 28 s.

JORDET, A. N. (1998). *Nærmiljøet som klasserom: uteskole i teori og praksis.* Oslo: Cappelen akademisk forl. 203 s.

KIRKEBERG, M. I. (1997). *Høyeste inntekt på Vindern - lavest på Grünerløkka.* I: b. 4 Samfunnsspeilet: Statistisk sentralbyrå.

KOLLE, E., STOKKE, J. S., HANSEN, B.H. og ANDERSSEN, S. (2012). *Fysisk aktivitet blant 6-, 9- og 15-åringer i Norge: resultater fra en kartlegging i 2011.* Oslo: Helsedirektoratet. 114 s.

KOMMUNAL- OG MODERNISERINGSDEPARTEMENTET. (2014). *Den europeiske landskapskonvensjonen CETS No. 176.* Tilgjengelig fra: <http://www.regjeringen.no/nb/dep/kmd/tema/plan--og-bygningsloven/plan/landskapskonvensjonen/om-konvensjonen/europeisk-landskapskonvensjon-norsk-teks.html?id=426184> (lest 14.04.14).

LEVANDE SKULE. (1996-2000). *Levande skule.* Ås: Universitetet for miljø- og biovitenskap. Tilgjengelig fra: www.livinglearning.org (lest 29.04.14).

LIMSTRAND, T. (2000). *Ut er in?: en kartlegging av uteaktivitet i barnehager, SFO og grunnskoler i Nordland :* rapport. Bodø: Salten friluftsråd. 36 s.

- LINDHOLM, G. (1995). *Skolegården: vuxnas bilder, barnets miljö*, b. 129:1995. Alnarp. 1 b. (flere pag.)
- MALINA, R. M., BAR-OR, O. og BOUCHARD, C. (2004). *Growth, maturation, and physical activity*. Champaign, Ill: Human Kinetics. XIV, 712 s.
- MILLER, G. og DINGWALL, R. (1997). *Context and method in qualitative research*. London: Sage Publications. VI, 226 s.
- MORLAND, M. (2005). *Sosiale ulikheter i fysisk aktivitet blant ungdom i Oslo: en delstudie av Helseundersøkelsen i Oslo*, UNGHUBRO. Oslo: M. Morland.
- NATURFAGSENTERET. (2013). *Den naturlige skolesekken*. Tilgjengelig fra: www.naturfagsenteret.no/c1515372/prosjekt/vis.html?tid=1514694 (lest 29.04.14).
- NORSK FORM. (2010). *Barnetråkk: veileder 2010 : registrering av barn og unges arealforbruk*. [Oslo]: Norsk form. 46 s.
- SALLIS, J. F., PROCHASKA, J. J. og TAYLOR, W. C. (2000). *A review of correlates of physical activity of children and adolescents*. s. 963-975
- SAMDAL, O. (2009). *Trender i helse og livsstil blant barn og unge 1985-2005: norske resultater fra studien: Helsevaner blant skoleelever : en WHO-undersøkelse i flere land*. Bergen: HEMIL-senteret, Universitetet i Bergen. 206 s.
- SANDERUD, J. (2010). *Fysisk aktivitet som overvektig ungdom finner meningsfull*. Oslo: [J. Sanderud]. 57 s.
- SCHMIDT, L. (2004). *Skolegården, jungel eller lufttegård?: en studie av nærmiljøanlegg, barn og fysisk aktivitet i skolegården*, 82-7071-452-6. Oslo: NIBR. 179 s.
- STEEN-JOHNSEN, K. og NEUMANN, I. B. (2009). *Meningen med idretten*. [Oslo]: Unipub. 303 s.
- STORTINGSMELDING nr. 20. (2006-2007). *Nasjonal strategi for å utjevne sosiale helseforskjeller*. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet.
- STORTINGSMELDING nr. 29. (1994-1995). *Om prinsipper og retningslinjer for 10-årig grunnskole - ny lærerplan*. Oslo: Kunnskapsdepartementet.

STRANDBU, Å. (2006). *Idrett, kjønn, kropp og kultur: minoritetsjenters møte med norsk idrett*, b. nr 46. Oslo: Unipub. 240 s.

THAGAARD, T. (2013). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode*. Bergen: Fagbokforl. 244 s.

THORÉN, K. H. (2003). *Skolens utearealer: om behovet for arealnormer og virkemidler*. Oslo: Sosial- og helsedirektoratet. 56 s.

THORÉN, K. H. (2004). *Skolen som nærmiljøanlegg*. Ås: Institutt for landskapsplanlegging, NLH.

TJORA, A. H. (2012). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis*. Oslo: Gyldendal akademisk. 246 s.

TONKONOGI, M., BELLARDINI, H. og VIGESTAD, K. (2013). *Fysisk trening for barn og ungdom: for helse, allsidig utvikling og prestasjon*. Oslo: Akilles. 149 s.

ULLEBERG, H. P. (2002). *Arkitektur som makt - skolebygget som disiplinerende materiell*. Tilgjengelig fra: www.sv.ntnu.no/ped/hans.petter.ulleberg/Foucault.htm (lest 16.04.14).

UTDANNINGSDIREKTORATET. (2014). *Valgfag*. Tilgjengelig fra: www.udir.no/Lareplaner/Valgfag/ (lest 22.01.14).

UTDANNINGSETATEN. (2014). *Holmlia skole*. Oslo: Oslo Kommune. Tilgjengelig fra: www.holmlis.gs.oslo.no (lest 15.01.14).

UTDANNINGSETATEN. (2014). *Jordal skole*. Oslo: Oslo Kommune. Tilgjengelig fra: www.jordal.gs.oslo.no (lest 15.01.14).

UTDANNINGSETATEN. (2014). *Tokerud skole*. Oslo: Oslo Kommune. Tilgjengelig fra: www.tokerud.gs.oslo.no (lest 15.01.14).

WHO. (2003). *Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases*. Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultaion. Geneva.

VEDLEGG 1 - oversikt over deltagende skoler i ungran 2

1	Skole	Tomtestørrelse	Bygg	Vei_etc	Netto_Lek	Mykt_unde	Asfalt	Kronedekke
2	<u>Bjøråsen skole</u>	13933	5630	0	8303	4796	3507	2000
3	<u>Jordal skole</u>	6290	2174	2359	1757	280	1477	0
4	<u>Holmlia skole</u>	11137	2746	2852	5539	3381	2158	910
5	<u>Hovseter skole</u>	7366	2183	876	4307	862	3445	0
6	<u>Fyrstikkalleen skole</u>	16378	0	0	0	0	0	0
7	<u>Tokerud skole</u>	12796	2665	1598	8533	4996	3537	1625
8	<u>Årvoll skole</u>	27826	5902	6092	15832	7496	8336	0
9	<u>Øraker skole</u>	19597	3427	1421	14749	8844	5905	2450
10	<u>Huseby skole</u>	18022	3701	2661	11660	3771	7889	400
11	<u>Møllergata skole</u>	6440	2854	828	2758	609	2149	300
12	<u>Rådalslien skole</u>	20381	3487	1655	15239	10732	4507	350
13	<u>Rå skole</u>	16425	3344	3880	9201	5495	3706	4212
14	<u>Fjell ungdomsskule</u>	23252	4030	7268	11954	9221	2733	5814
15	<u>Rosendal ungdomsskule</u>	11261	3048	1746	6467	3382	3085	400
16	<u>Kinsarvik skule (1-10)</u>	25150	3239	1616	20295	18386	1909	3880
17	<u>Søre Neset skule</u>	13146	2465	406	10275	4360	5915	1550
18	<u>Øystese barneskule</u>	11180	2098	707	8375	4686	3689	346
19	<u>Hareid ungdomsskule</u>	39991	5465	4289	30247	27180	3057	0
20	<u>Gloppen ungdomsskule</u>	10779	2939	1673	6167	1629	4538	0
21	<u>Leikanger ungdomsskule</u>	12439	2306	2910	7223	6043	1180	240
22	<u>Kvaløysletta skole</u>	25310	4746	1158	19406	13699	5707	5760
23	<u>Kila skole</u>	18903	3786	2551	12566	7600	4966	4787
24	<u>Parken ungdomsskole</u>	31700	3954	3300	24446	18191	6255	16000
25	<u>Framnes ungdomsskole</u>	16556	2864	2151	11541	7941	3600	2443
26	<u>Herøy Sentralskole(1-10)</u>	42088	5233	10343	26512	22250	4262	4689
27	<u>Inderøy ungdomsskole</u>	24577	4846	4689	15042	9905	5137	0
28	<u>Hoeggen skole (8-10)</u>	29081	4506	2225	22350	17235	5115	400
29	<u>Bratsberg skole</u>	19073	1872	3369	13832	12181	1651	1100
30	<u>Årlivoll skole</u>	17622	2742	1612	13268	10638	2630	500
31	<u>Sodin skole</u>	21688	4405	2450	14833	8846	6787	300
32	<u>Atlanten ungdomsskole</u>	19294	3238	2189	13867	10779	3088	1431
33	<u>Nordlandet ungdomsskole</u>	24306	2966	2565	18775	14034	4741	2123
34	<u>Kristianslyst skole</u>	23158	2887	2541	17730	11786	5944	300
35	<u>Gautesete skole (1-10)</u>	16573	3351	719	12503	8895	3608	3725
36	<u>Ogna skule (1-10)</u>	16795	3900	1255	11640	5334	6306	337
37	<u>Lillesand ungdomsskole</u>	25064	4902	5290	14872	0	0	0
38	<u>Tinntjønn skole</u>	24699	5185	7875	11639	6108	5531	0
39	<u>Eydehavn skole</u>	18462	2568	2555	13339	9888	3451	3960
40	<u>Bygland Oppvekstsenter</u>	13180	2647	152	10381	7813	2568	875
41	<u>Søyland skole</u>	17144	1805	1848	13491	10726	2765	581
42	<u>Slemmestad ungdomsskole</u>	24733	2810	567	21356	18379	2977	668
43	<u>Galterud skole</u>	37373	4124	846	32403	25381	7022	19696
44	<u>Buskerud skole</u>	8833	2341	419	6073	4772	1301	0
45	<u>Åsnes ungdomsskole</u>	37874	6233	4760	26881	21681	5200	4400
46	<u>Slevik skole</u>	15146	3562	693	10891	7932	2959	3467
47	<u>Benterud skole</u>	23835	3261	6678	13896	9253	4643	216
48	<u>Børe skule</u>	27133	3431	2948	20754	17113	3641	11325
49	<u>Brattvåg ungdomsskule</u>	20988	2610	3965	14413	11453	2960	1881
50	<u>Brattås skole</u>	24239	3144	3588	17507	14965	2542	6357
51	<u>Brentemoen skole</u>	3844	195	79	3570	1953	1617	0
52	<u>Bønsmoen skole</u>	23638	3606	2559	17473	14311	3162	105
53	<u>Dalsgrenda skole</u>	19519	1451	2841	15227	13777	1450	450

54	<u>Døli skole og Hørselssenter</u>	35656	3457	2758	29441	25422	4019	11377
55	Eidsvåg barne- og ungdomsskole	42162	3984	6412	31766	28379	3387	5719
56	Etnedal skule	34556	2326	5399	26831	20869	5962	1963
57	<u>Farnes skole</u>	7061	2158	166	4737	1318	3419	230
58	Fiane skole	30129	1510	5040	23579	21640	1939	2456
59	Flatene skule	20225	3036	2800	14389	10538	3851	0
60	Flåtestad skole	25859	2851	6281	16727	13649	3078	5184
61	<u>Frøyland ungdomsskule</u>	9935	1696	1191	7048	4867	2181	0
62	Geilo skole	9343	2146	3395	3802	3096	706	503
63	Gilje skule	12784	2406	1808	8570	4219	4351	1270
64	<u>Gullaug skole</u>	15442	4021	550	10871	7882	2989	710
65	Hallset skole	27467	2735	299	24433	19076	5357	1057
66	Hanøy skole	6582	1404	889	4289	1696	2593	455
67	Harstad skole	12503	3394	1189	7920	2378	5542	190
68	<u>Hauan skole</u>	13669	1765	1037	10867	9458	1409	1171
69	Haugen skole	20563	3117	215	17231	10468	6763	640
70	Hobøl ungdomsskole	17942	2793	2434	12715	10069	2646	1969
71	Holen skole	6793	2488	2083	2222	330	1892	0
72	Holum skole	31625	2219	4139	25267	22009	3258	1208
73	<u>Holumskogen skole</u>	21637	4108	2466	15063	11923	3140	6933
74	Hunn skole	12871	1019	808	11044	9088	1956	1012
75	Høvik skole	40248	6096	0	34152	34152	0	0
76	<u>Høyeggen skole</u>	17647	2011	4062	11574	9310	2264	3349
77	Kjøllefjord skole	5854	1318	156	4380	2768	1612	0
78	Klemetsrud skole	15963	2383	2863	10717	8256	2461	130
79	Koppang skole	33126	3405	2338	27383	24603	2780	11831
80	Leira skole	10903	1579	0	9324	8741	583	6487
81	Ljan skole	10481	1661	3845	4975	3132	1843	2390
82	<u>Lysheim skole</u>	29923	2274	2556	25093	22035	3058	18395
83	Nedre Bekkelaget skole	17080	2990	4269	9821	7286	2535	3213
84	Nerlandsøy skule	4393	436	410	3547	3471	76	251
85	Nesøya skole	21099	2609	2312	16178	14274	1904	2590
86	Nord-Odal ungdomsskole	27288	4399	0	22889	17928	4961	4893
87	Os skole	35110	5177	5166	24767	21323	3444	4665
88	Rommen skole	38208	6586	6517	25105	18022	7083	0
89	<u>Rosenholm skole</u>	15436	4355	1268	9813	6259	3554	1196
90	Sande skole	22166	5415	1659	15092	9996	5096	0
91	Selje skule	17687	2930	1554	13203	11827	1376	2238
92	Siggerud skole	13017	2774	891	9352	6909	2443	4135
93	Storslett skole	26903	4712	1891	20300	17542	2758	2235
94	Strupe ungdomsskole	14812	4877	687	9248	4146	5102	130
95	<u>Svortland skule</u>	24167	3803	2723	17641	13640	4001	268
96	Tanem skole	20933	3195	2174	15564	11978	3586	6575
97	<u>Tønning skule</u>	24605	5637	1417	17551	13013	4538	227
98	Tveiten skole	27743	2573	1719	23451	21259	2192	10406
99	Tyrstrand skole	17891	4432	1010	12449	8639	3810	374
100	Tøyen skole	4169	1970	0	2199	618	1581	137
101	Veitvet skole	15613	5039	2689	7885	6580	1305	504
102	<u>Vindingstad skole</u>	40331	2254	3686	34391	5814	28577	867
103	Vågåmo skule	14940	2763	922	11255	8824	2431	464
104	Ås skole	18841	3262	1432	14147	10775	3372	310
105	Åsen barne- og ungdomsskole	24043	2069	0	21974	17579	4395	2194
106	<u>Åsly skole</u>	44200	5574	397	38229	31218	7011	0

VEDLEGG 2 - oversikt over deltagende skoler i oslo kommune, antall deltagere og aktivitetsnivå

SCHOOL_AND_ID_AND_LEVEL	PARTICIPANTS	WEAR_COUNTS	WEAR_MINUTES
Holmlia skole [3] Trinn: 10	12	10267441	19719,5
Hovseter skole [4] Trinn: 10	54	40339145	85706,8
<u>Øraker skole</u> [8] Trinn: 10	21	13588543	29176,2
Veitvet skole [101] Trinn: 10	7	4946922	10018,6
Jordal <u>undomsskole</u> [2] Trinn: 10	20	13838824	28553,1
Fyrstikkalleen skole [5] Trinn: 10	11	9630751	21130,5
<u>Bjøråsen skole</u> [1] Trinn: 10	18	12563908	27854,7
Tokerud skole [6] Trinn: 10	22	14673185	33138,3
Haugen skole [103] Trinn: 10	23	14523114	31920,8
Årvoll skole [7] Trinn: 10	12	7525212	19033,4
Rommen skole [96] Trinn: 10	26	13876096	34494,7
<i>Dette skal være alle Oslo-10.klasser i UngKan2</i>	<i>Antall elever som har bært <u>akselerometrene</u></i>	<i>Sum "<u>counts</u>" i godkjente dager (>479)</i>	<i>Sum "<u>minutes</u>" i godkjente dager (>479)</i>

VEDLEGG 3 - oslo skolene med samlet informasjon om skolene

SKOLE	BELIGGENHET	ANTALL ELEVER	DELTAGERE	BYGGEÅR
ØSTKANTEN				
Holmlia	Holmlia	390	12	1984
Jordal	Vålerenga/Kampe	425	20	1999
Tokerud	Fossum/Stovner	280	22	1975
VESTKANTEN				
Hovseter	Røa	602	54	1974
<u>Øraker</u>	<u>Bjørnsletta</u>	352	21	ca.1978/2015
KOMBINERTE				
Fyrstikkalleen F21	<u>Helsfyr</u>	344	11	2010
<u>Bjøråsen</u>	Romsås	381	18	ca. 1975/2002
Årvoll	Bjerke	688	12	1955
Rommen	Rommen	725	26	1972/2010

TOT_CPM	WEAR_DAYS	AVG_MVPA_PER_PARTICIPANT	AVG_MVPA_PER_WEAR_DAY
520,7	58	170,8	35,3
470,7	251	147,6	31,7
465,7	84	125,9	31,5
493,8	29	126,3	30,5
484,7	85	128,7	30,3
455,8	63	169,4	29,6
451,1	82	126,8	27,8
442,8	102	125,2	27,0
455,0	92	103,0	25,7
395,4	59	119,6	24,3
402,3	101	93,5	24,1
<i>Alle "counts" dividert med alle minutter</i>	<i>Sum antall dager elevene har bært akselerometrene</i>	<i>Alle MVPA-minutter dividert med sum antall elever som har bært akselerometrene</i>	<i>Alle MVPA-minutter dividert med sum alle dager elevene har bært akselerometrene</i>

TOT. CPM	MOD.-HØYERE AKT.NIVÅ min/dag	TOMT m2	BYGG m2	NETTO LEKEAREAL m2
520,7	35,3	11137	2746	5539
484,7	30,3	6290	2174	1757
442,8	27,0	12796	2665	8533
470,7	31,7	7366	2183	4302
465,7	31,5	19597	3427	14749
455,8	29,6	16378		
451,1	27,8	13933	5630	8303
395,4	24,3	27826	5902	15832
402,3	24,1	38208	6586	25105
	29,0666666667			

VEDLEGG 4 - kart til «ungdomstråkk» - undersøkelsen på Holmlia, Jordal og Tokerud skole



KJØNN ER DU FØDT I NORGE? ER DINE FORELDRE FØDT I NORGE?
 JENTE GUTT JA NEI JA EN AV DEM NEI

AVDAN KOMMER DU TIL OG FRA SKOLEN? DU KAN KRYSSJE AV FOR FLERE ALTERNATIVER
 GÅR SYKKEL BUSS BIL

1) AVILKE AV DISSE AKTIVITETENE DRIVER DU MED I FRIMINUTTENE? SKRIV TALL FOR ANTALL DAGER I UKA DU DRIVER MED DISSE AKTIVITETENE 0-5; MARKER MED BLÅ/LILLA FARGE AVOR DINE FAVORITTSTEDER Å DRIVE AKTIVITET ER. HAR DU MER ENN ETT STED, MARKER GJERNE PÅ KART OG RANGER NEDENFOR.

	ANT DAGER	ALENE	RANGERING	KOMMENTAR
A) SPILLER BALLEPILL (FOTBALL, TENNIS)				
B) SITTER INNEN				
C) BUTIKK/KIOSK/KANTINE				
D) HENGER MED VENNER				
E) SKATING				
F) UTENFOR SKOLENS OMRADE				
G) SKI/VINTERAKTIVITETER				
H) ANDRE TING (UTYPP GJERNE)				

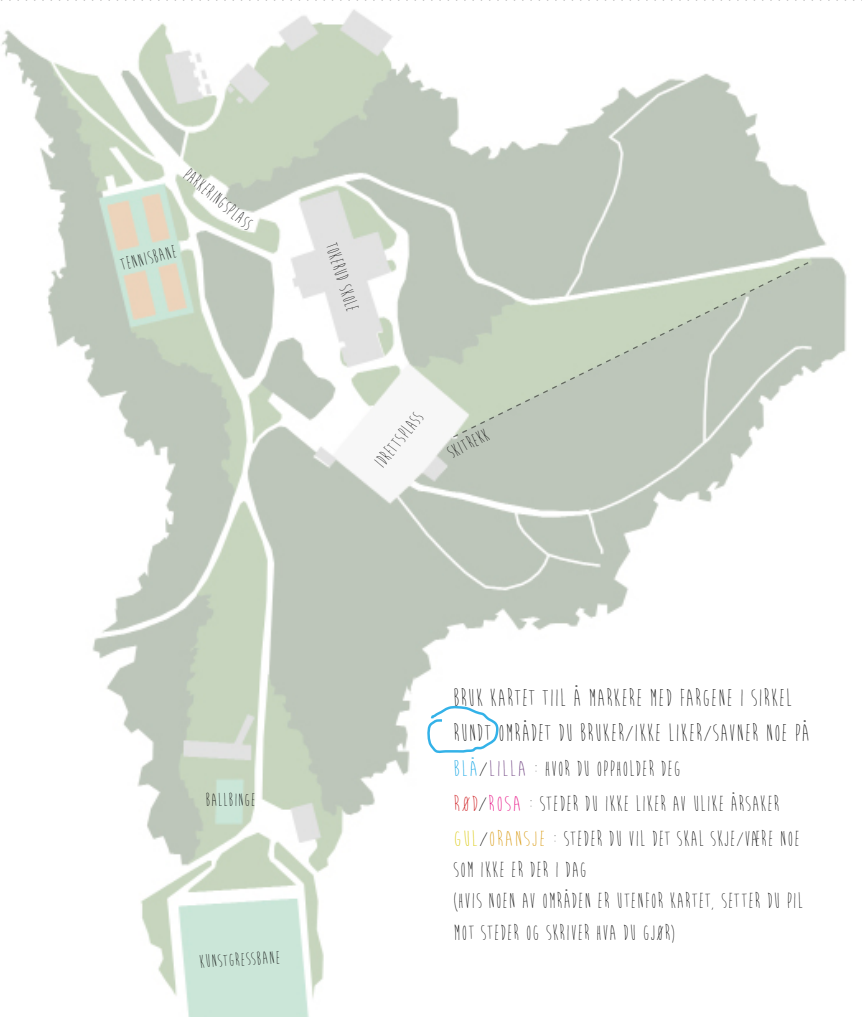
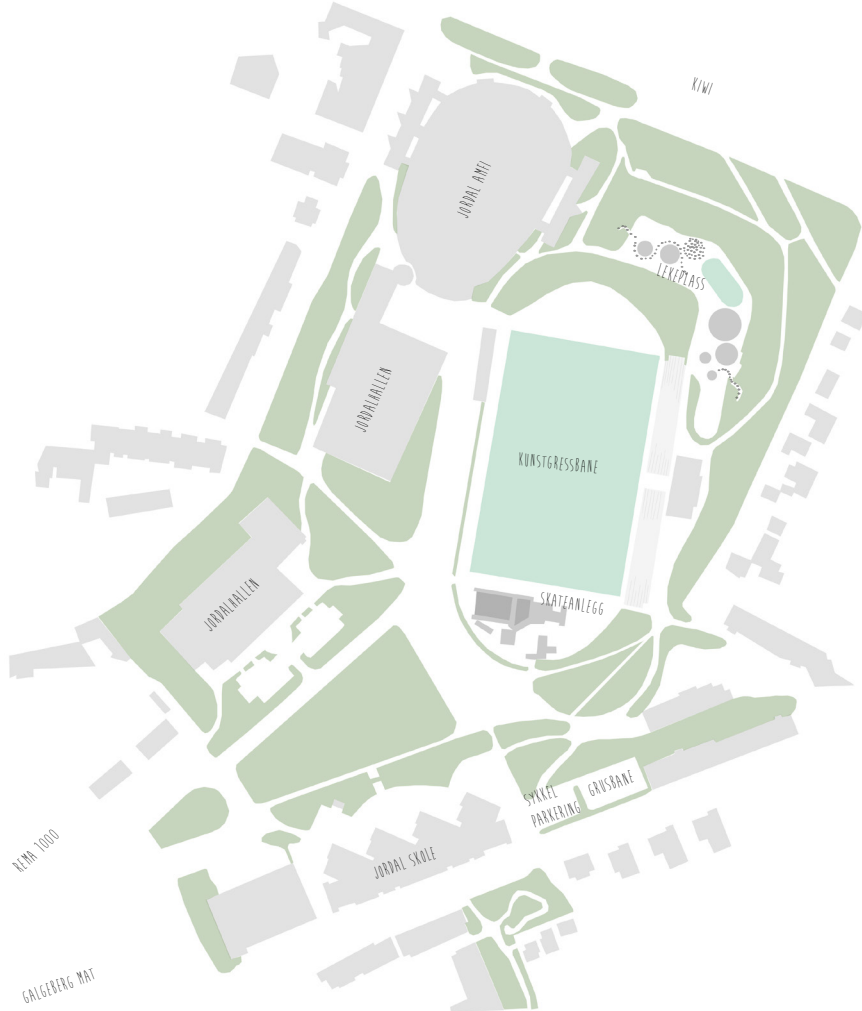
11) TEGN MED HVOR DU BEVEGER DEG NÅR DU ER UTE I SKOLEGÅRDEN OG TIL OG FRA SKOLEN

111) MARKER MED RØD/ROSA FARGE PÅ KARTET OMRADER DU IKKE LIKER OG KRYSS AV I SKJEMMET FOR AVOR DET ER MED STEDET SOM GJØR AT DU IKKE LIKER DET. (DU KAN KRYSSJE AV FOR FLERE ALTERNATIVER)

	ALDRI	SKUMMELT	STYGT	KJEDELIG	KOMMENTAR
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

1111) ER DET NOE DU IKKE FÅR GJØRT I SKOLEGÅRDEN/UTEOMRADET? I SÅ FALL, HVOR SKULLE DU ØNSKE DU HADDE MULIGHET FOR Å GJØRE DISSE AKTIVITETENE? NOTER MED NEDENFOR OG MARKER PÅ KARTET MED GUL/BRANSJE FARGE KONKRETE STEDER.

V) DRIVER DU MED ORGANISERT IDRETT PÅ FRITIDEN? JA NEI
 ER DU MED PÅ UORGANISERT IDRETT/LEK PÅ FRITIDEN? JA NEI



BRUK KARTET TIL Å MARKERE MED FARGENE I SIRKEL RUNDT OMRÅDET DU BRUKER/IKKE LIKER/SAVNER NOE PÅ

BLÅ/LILLA : AVOR DU OPPHOLDER DEG

RØD/ROSA : STEDER DU IKKE LIKER AV ULIKE ÅRSÅKER

GUL/ORANSJE : STEDER DU VIL DET SKAL SKJE/VÆRE NOE SOM IKKE ER DER I DAG

(AVIS NOEN AV OMRÅDEN ER UTEFOR KARTET, SETTER DU PIL MOT STEDER OG SKRIVER AVA DU GJØR)

KJØNN ER DU FØDT I NORGE? ER DINE FORELDRE FØDT I NORGE?

JENTE GUTT JA NEI JA EN AV DEM NEI

AVORDAN KOMMER DU DEG TIL OG FRA SKOLEN? KRYSS X FOR SOMMER SEIT V FOR VINTER

GÅR SYKLER BUSS BIL

I) HVILKE AV DISSE AKTIVITETENE DRIVER DU MED I FRIMINUTTENE?
BRUK BLÅ/LILLA TIL Å MARKERE PÅ KARTET AVOR
SKRIV I SKJEMAET ANTALL DAGER DU DRIVER MED DE ULIKE AKTIVITETENE

	ANTALL DAGER	ALENE	REKKEFØLGE	KOMMENTAR
A) SPILLER BALLSPILL				
B) SITTER INNE				
C) BUTIKK/KIOSK				
D) HENGER MED VENNER				
E) SKATING				
F) UTEFOR SKOLENS OMRÅDE				
G) SKI/VINTERAKTIVITETER				
H) ANDRE TING (UTDYP GJERNE)				

II) TEGN MED AVOR DU BEVEGER DEG NÅR DU ER UTE I SKOLEGÅRDEN MED BLYANT/PENN

III) MARKER MED RØD/ROSA PÅ KARTET OMRÅDER DU IKKE LIKER. MERK MED TALL KRYSS AV I SKJEMAET FOR AVA DU IKKE LIKER VED STEDE (DU KAN KRYSS AV FOR FLERE ALTERNATIVER)

	ALDRI	SKUMMELT	STYGT	KJEDLIG	KOMMENTAR
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

IV) ER DET NOE DU IKKE FÅR GJØRT I SKOLEGÅRDEN/UTEOMRÅDET?
MARKER PÅ KARTET MED GUL/ORANSJE FARGE STEDER DU VIL AT NOE SKAL SKJE
SKRIV NED AVA DU SAVNER/ VIL GJØRE SOM IKKE ER MULIG I DAG

V) DRIVER DU MED ORGANISERT IDRETT PÅ FRITIDEN? JA NEI
ER DU MED PÅ VORGANISERT IDRETT/LEK PÅ FRITIDEN? JA NEI

KJØNN ER DU FØDT I NORGE? ER DINE FORELDRE FØDT I NORGE?

JENTE GUTT JA NEI JA EN AV DEM NEI

AVORDAN KOMMER DU DEG TIL OG FRA SKOLEN? DU KAN KRYSS AV FOR FLERE ALTERNATIVER

GÅR SYKLER BUSS BIL

I) HVILKE AV DISSE AKTIVITETENE DRIVER DU MED I FRIMINUTTENE? SKRIV TALL FOR ANTALL DAGER I UKA DU DRIVER MED DISSE AKTIVITETENE 0-5. MARKER MED BLÅ/LILLA FARGE AVOR DINE FAVORITSTEDER Å DRIVE AKTIVITET ER. HAR DU MER ENN ETT STED, MARKER GJERNE PÅ KART OG RANGER NEDENFOR.

	ANT DAGER	ALENE	RANGERING	KOMMENTAR
A) SPILLER BALLSPILL (UTBALL TENNIS)				
B) SITTER INNE				
C) BUTIKK/KIOSK/KANTINE				
D) HENGER MED VENNER				
E) SKATING				
F) UTEFOR SKOLENS OMRÅDE				
G) SKI/VINTERAKTIVITETER				
H) ANDRE TING (UTDYP GJERNE)				

II) TEGN MED AVOR DU BEVEGER DEG NÅR DU ER UTE I SKOLEGÅRDEN OG TIL OG FRA SKOLEN

III) MARKER MED RØD/ROSA FARGE PÅ KARTET OMRÅDER DU IKKE LIKER OG KRYSS AV I SKJEMAET FOR AVA DET ER MED STEDET SOM GJØR AT DU IKKE LIKER DET. (DU KAN KRYSS AV FOR FLERE ALTERNATIVER)

	ALDRI	SKUMMELT	STYGT	KJEDLIG	KOMMENTAR
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

IV) ER DET NOE DU IKKE FÅR GJØRT I SKOLEGÅRDEN/UTEOMRÅDET? I SÅ FALL, AVOR SKULLE DU ØNSKE DU HADDE MULIGHET FOR Å GJØRE DISSE AKTIVITETENE? NOTER NEDENFOR OG MARKER PÅ KARTET MED GUL/ORANSJE FARGE KONKRETE STEDER.

V) DRIVER DU MED ORGANISERT IDRETT PÅ FRITIDEN? JA NEI
ER DU MED PÅ VORGANISERT IDRETT/LEK PÅ FRITIDEN? JA NEI



Norges miljø- og
biovitenskapelige
universitet

Postboks 5003
NO-1432 Ås
67 23 00 00
www.nmbu.no