

Idrott och fysisk aktivitet som ett hjälpmedel i skolan

Ingemar Wedman
Idrottshögskolan i Stockholm

Ingegerd Ericsson disputerade 19 september (2003) på en doktorsavhandling med titeln Motorik, Koncentrationsförmåga och Skolprestationer. En interventionsstudie i skolår 1-3. Avhandlingen består av sju kapitel och omfattar drygt 240 sidor. Huvudfrågan i avhandlingen är huruvida fysisk aktivitet/tidig motorisk träning har positiva effekter på koncentrationsförmåga och på skolprestationer.

Avhandlingen har en gedigen teoretisk grund i motorik och rörelselära och bygger på arbeten av bl a Holles, Ayres och Hannaford. De undersökningar som görs är av kvasivetenskapligt slag där man prövar olika frågor i en anpassad experimentell situation. Designen för studien är komplicerad men den har genomförts på ett mycket tilltalande sätt.

Den inledande delen av doktorsavhandlingen handlar om motorik och kan betraktas som en del av en lärobok om motoriska aspekter. Läsaren får ganska snabbt en uppfattning om att Ericsson är väl hemmastadd när det gäller motoriska färdigheter och övningar inom området. Denna del fyller särskilt en vikt för många med begränsade kunskaper om motorik och olika aspekter på motorik.

Undersökningen vilar på en intressant metodisk grund. Frågor om reliabilitet, validitet, faktoranalys och prövningar av erhållna resultat är väl inarbetad i designen. Det är inte alltid i sammanhang som detta man möter väl dokumenterade analyser av den information som samlas in. Ericssons avhandling är ett gott exempel på motsatsen. Ericsson har på området motoriska övningar under åren lagt ned ett omfattande arbete att mäta viktiga delar av denna som också finns med i designen. Ett intressant förarbete kan man tillägga.

Resultaten pekar i huvudsak på att utökad fysisk aktivitet i grundskolans tidiga år har gynnsamma effekter på särskilt skolprestationer. Valet av koncentrationsförmåga kan diskuteras och har ingen självklar innebörd i studier av detta slag. Vi är många som talar om koncentration men när frågan överförs till en vetenskaplig studie inser man svårigheterna att tala om vad koncentration egentligen är. Eftersom intresset är stort för koncentration och koncentrationsstörningar finns all anledning att ställa sig positiv till att försök görs att också mäta den. Ericssons avhandling kan ses som en del i detta arbete.

Huvudresultatet/effekten kan enkelt sägas vara att utökad fysisk aktivitet i de tidiga skolåren har effekter i såväl svenska som i matematik. Vissa skillnader mellan pojkar och flickor kan märkas.



Resultatet är mycket intressant inte bara för personer intresserade av skola och utbildning utan också för idrottens intressenter. Under många år har det sagt och hävdats med emfas att fysisk aktivitet har stora effekter på inlärning och skolprestationer. Ericssons studie på området klär denna syn på ett försiktigt sätt. Man får vara lite försiktig i sina påståenden om den fysiska aktivitetens effekter på skolarbetet. Så sker också i detta arbete.

Undersökningen är genomförd på elever som alla ingår i det s k Bunkefloprojektet där barnen har följts under tre år. I denna mening är det en interventionsstudie över flera år. Alla de svårigheter som utmärker interventionsstudier finns också i denna studie men Ericsson handskas med informationen och brister i datainsamlingen på ett konstruktivt och ödmjukt sätt.

Sammanfattningsvis ger resultaten ett stöd för behovet av och effekter av fortlöpande fysisk aktivitet för barn i tidiga år. Det finns all anledning att begrunda dessa resultat när den framtida idrotts- och hälsoundervisningen diskuteras i den svenska skolan. Den framtida idrottsläraren blir kanske än mera en mentor i att etablera fysisk aktivitet i betydligt större skala på våra skolor och därmed lägga en viktig grund för ett hälsosammare liv än vad man idag börjar ana från många studier om effekter av begränsad fysisk aktivitet i skolan och i unga år. Ericssons avhandling kan för skolans del gärna läsas ihop med en annan avhandling vid Umeå universitet som just tar upp idrottsläraryrollen (Karlefors, 2002).

Resultaten är av det slaget att man kanske borde påbörja den uppföljande fysiska aktiviteten ännu tidigare än vid 6-7 års ålder. Brister i motorik och koordination torde vara ännu enklare att komma till rätta med ju tidigare de upptäcks.

En fråga som väcks i studien men som av naturliga skäl inte kan förklaras i denna är möjligheterna till att via mognad nå samma resultat som kamrater som inte uppvisar motoriska brister vid 6-7 års ålder. Man kan förmoda att denna fråga åtminstone kommer att beaktas av Ericsson i det fortsatta arbetet.

Det svenska vetenskapssamhället inom idrott och fysisk aktivitet är ännu ganska begränsad. Under de senaste två decennierna har dock flera rapporter och doktorsavhandlingar presenterats som ger en ganska bred bild av idrott och fysisk aktivitet som hjälpmedel i många avseenden. I Ericssons fall har vi fått ett nyttillskott på ett område där vi alltså saknar gedigen vetenskaplig kunskap. Bidraget i det avseendet är både angeläget och väl formulerat.

Ingemar Wedman är professor i pedagogik vid Idrottshögskolan i Stockholm och var fakultetsopponent vid Ingegerd Ericssons disputation vid Lunds universitet, Lärarutbildningen, Malmö högskola.

Beställ avhandlingen från Malmö högskola à 250 kr+moms genom e-post till Ingegerd.Ericsson@mah.se