

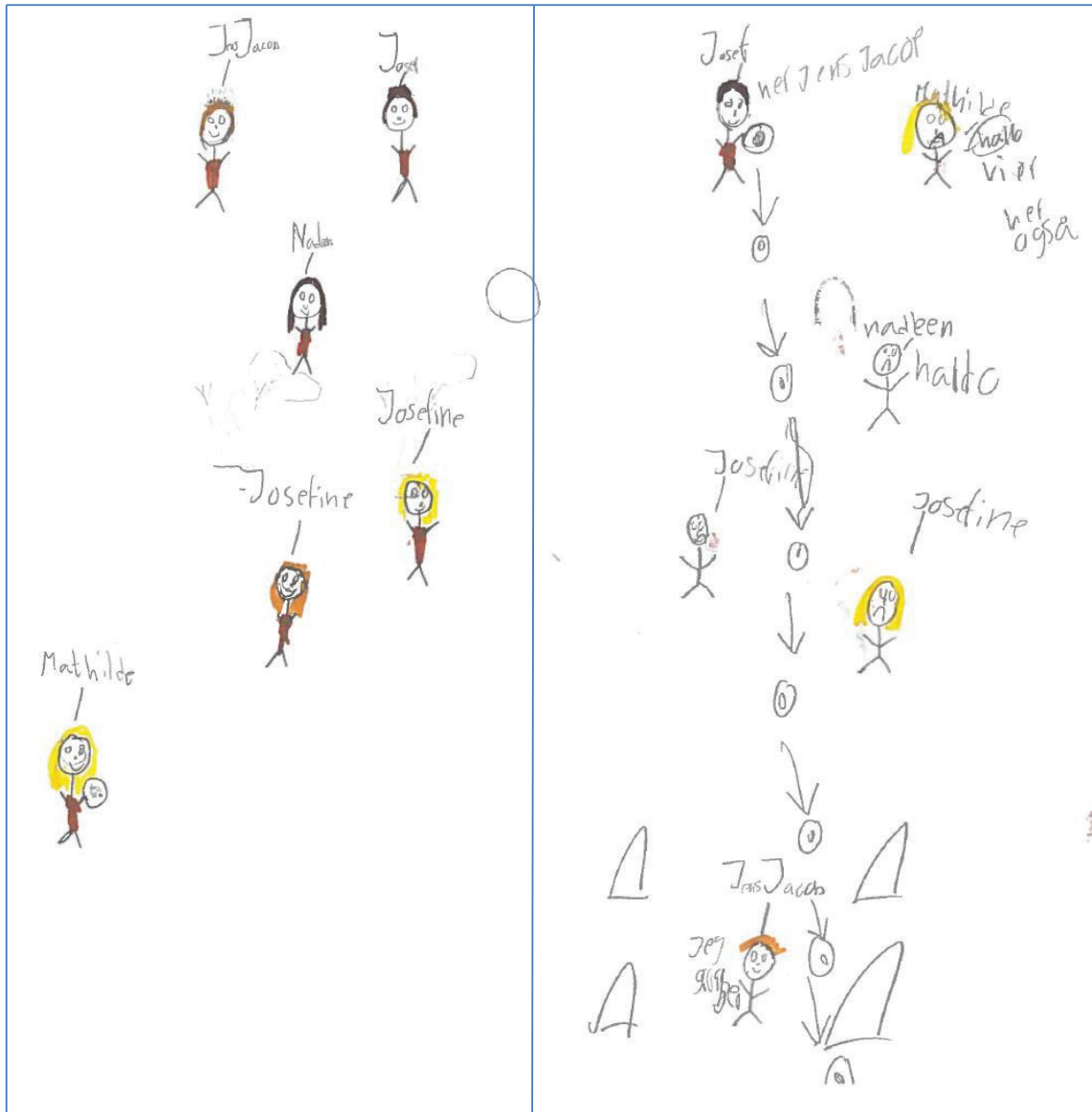
# Indhold

<b>Forord</b> .....	<b>4</b>
<b>1. Indledning</b> .....	<b>6</b>
Baggrund og kontekst .....	7
Formål, afgrænsning og problemformulering .....	11
<b>2. Litteratur-gennemgang</b> .....	<b>13</b>
Scoping review .....	13
Scoping reviewets fem faser .....	16
Studier om oplevelsen af sammenhæng .....	23
Studier om fairplay .....	24
<b>3. Teoretisk referenceramme</b> .....	<b>27</b>
<b>Teoridel 1: Sundhedsfremme og oplevelsen af sammenhæng</b> .....	<b>28</b>
Sundhedsfremme .....	28
Det positive og brede sundhedsbegreb .....	28
Sundhedsfremme jævnfør Ottawa Chartret .....	29
Sundhedsfremme gennem empowerment .....	31
Den salutogenetiske teori .....	33
Fra patogenese til salutogenese .....	34
Den salutogenetiske flodmetafor .....	35
Antonovskys ”ease-dis-ease kontinuum” .....	37
Sundhedsressourcer .....	37
Oplevelsen af sammenhæng.....	38
Begrivelighed, håndterbarhed og meningsfuldhed .....	40
Oplevelsen af sammenhæng og social support .....	44
Sundhedsfremme i skolen.....	45
Oplevelsen af sammenhæng i en skolesetting .....	48
<b>Teoridel 2: Deltagelse i holdspil baseret på fairplay</b> .....	<b>50</b>
Holdspil.....	50
Holdspil i folkeskolen .....	53
Deltagelse og empowerment.....	55
Deltagelsesbegrebets flertydighed .....	55
Fra den symbolske til den ægte deltagelse.....	57
Ægte deltagelse og udvikling af empowerment i en skolesetting .....	59
Fairplay .....	63
Definition af begrebet fairplay.....	63
Fairplay i skoleidrætten .....	66
<b>4. Interventionen</b> .....	<b>74</b>
Præsentation af holdspillet ultimate frisbee .....	75

Fairplay i ultimate frisbee .....	77
Fordele og ulemper ved at benytte ultimate frisbee som holdspil .....	79
<b>Organisering, tilrettelæggelse og gennemførelse af interventionen .....</b>	<b>80</b>
Sport Education-modellen .....	80
Sport Education som organisatorisk princip .....	83
Eksplorativ fase .....	85
Adgang til skolen .....	86
Præsentation af skolen og eleverne .....	87
Fokus på deltagelse .....	90
Organisering og indhold i interventionen .....	93
Fairplay i interventionen .....	96
<b>5. Metode .....</b>	<b>101</b>
Metodens tre trin .....	101
<b>Kvalitativ metode .....</b>	<b>101</b>
Kvalitativ forskning med børn .....	102
Etiske refleksioner i arbejdet med børn .....	103
<b>Videnskabsteoretisk ståsted .....</b>	<b>106</b>
Hermeneutisk analysestrategi .....	107
Metodiske principper til at udfordre forforståelsen .....	110
Kodning og meningskondensering .....	115
<b>Observation .....</b>	<b>117</b>
Deltagerobservation .....	119
Forberedelse af observationen .....	123
Gennemførelse af observationen .....	124
Efterfølgende behandling af observationen .....	126
<b>Tegninger .....</b>	<b>127</b>
Børnetegninger som metode .....	131
Indhentning af tegningerne .....	133
Efterfølgende behandling af tegningerne .....	134
<b>Interview .....</b>	<b>137</b>
Interview med børn .....	137
Fokusgruppeinterview .....	140
Forberedelse af fokusgruppeinterviews .....	142
Gennemførelse af fokusgruppeinterviews .....	146
Efterfølgende behandling af fokusgruppeinterviews .....	148
<b>6. Analyse .....</b>	<b>150</b>
<b>Analysedel 1: Sundhedsfremme og oplevelsen af sammenhæng .....</b>	<b>152</b>
Begrivelighed .....	153
Håndterbarhed .....	164
Meningsfuldhed .....	168
Delkonklusion .....	206
<b>Analysedel 2: Deltagelse i holdspil baseret på fairplay .....</b>	<b>211</b>
At spille uden en dommer .....	212
At stå i spirit cirkel .....	218
At give og modtage spirit points .....	225
Ansvarlig deltagelse .....	233

Hånlig adfærd .....	243
Hjælpsom adfærd .....	248
Delkonklusion.....	254
<b>7. Diskussion .....</b>	<b>258</b>
Den patogenetiske versus den salutogenetiske tilgang til idræt i skolen.....	258
Holdspillets potentiale.....	260
Fairplay i holdspil.....	262
Afhandlingens kvalitet .....	266
Forskningsperspektiv .....	267
Situering af deltagere .....	274
Angivelse af eksempler .....	275
Troværdighedstjek.....	275
Kohærens.....	276
Sondring imellem generelle og specifikke mål .....	276
Resonans.....	277
<b>8. Afslutning .....</b>	<b>278</b>
Konklusion.....	278
Perspektivering .....	284
Resumé.....	290
English summary .....	293
<b>Referenceliste .....</b>	<b>298</b>
<b>Bilagsoversigt.....</b>	<b>305</b>
Bilag 1. Oversigt over flowchart ved søgning på oplevelsen af sammenhæng.....	306
Bilag 2. Oversigt over flowchart for søgning på fairplay .....	307
Bilag 3. Identificerede studier over oplevelsen af sammenhæng.....	308
Bilag 4. Identificerede studier over fairplay.....	309
Bilag 5. Samtykkeerklæring.....	313
Bilag 6. Indledende spørgeskema .....	315
Bilag 7. Observationsguide .....	319
Bilag 8. Oplæg til elevtegninger .....	327
Bilag 9. Interviewguide .....	328
Bilag 10. Transskriptionsmanual .....	336

# 1. Indledning



Tegning 1. "Det bedste ved interventionen"

Tegning 2. "Det dårligste ved interventionen"

Disse to tegninger repræsenterer, trods deres lidt rodede fremtræden, vigtig information om, hvad denne afhandling handler om.

Ovenstående tegninger fik jeg som tilbagemelding fra en 12-årig pige, efter en 8 ugers intervention med holdspillet ultimate frisbee. Interventionen blev gennemført på en dansk folkeskole i udkanten af København i efteråret 2016. De to tegninger illustrerer henholdsvis hvad den 12-årige pige synes var "det bedste" og "det dårligste" ved 8 uger med ultimate frisbee to timer ugentligt. Tegning 1 illustrerer et hold, der udtrykker tilknytning og sammenhold blandt andet ved at have den samme farve t-shirt på. Spillerne på holdet er både drenge og piger, de er tegnet i samme størrelsesforhold, som kan udtrykke en vis indbyrdes lighed og en form for fællesskab. Spillerne er fordelt over banen, måske som tegn på en forudgående kommunikation omkring, hvordan opgaven skal løses bedst muligt. Det betyder også, at alle spillerne deltager og bidrager til spillet hver især. Men vigtigst af alt: Alle spillerne på holdet har en glad mund. Tegning 2 illustrerer derimod et hold, der er domineret af nogle få spillere, og fællesskabet illustreret ved de samme spilletrøjer, er forsvundet. Kommunikationen er tydeligt negativ, og de glade smil er forvandlet til triste hængende mundvige, særligt hos de spillere, der tydeligvis gerne vil være en større del af spillet, men som må betragtes som symbolske deltagere på det givne tidspunkt. Tegningerne giver mig stof til eftertanke, undren, og en række spørgsmål.

Hvad skal der til for at give eleverne en oplevelse af idrætstimen som illustreret på tegning 1? Hvad karakteriserer et holdspil, der giver mulighed for deltagelse for både drenge og piger, tykke og tynde, idrætslig stærke og idrætsligt svage, på tværs af socioøkonomisk baggrund, etnicitet og alder? Hvad er meningsgivende for eleverne i et holdspil? Og hvordan kan holdspil bidrage og medvirke til sundhedsfremme i folkeskolen?

## Baggrund og kontekst

Den danske folkeskole danner dagligt ramme for ca. 600.000 børn og unge (Alvang m.fl. 2010, 7). Det betyder, at langt de fleste børn og unge i Danmark imellem 6 og 15 år tilbringer deres dagligdag i den danske folkeskole. Den danske folkeskoles indhold og struktur har været meget debatteret de seneste år, og i 2014 gennemførte daværende

regering nyere tids største folkeskolereform. En af overskrifterne lød: *"Danmark har en god folkeskole, men den skal udvikles, så den bliver endnu bedre"* (Regeringen 2013, 1).

Ud over at indføre en længere og mere varieret skoledag, er der lavet en række tiltag på området idræt, motion og bevægelse i skolen. Blandt andet er der med folkeskolereformen indført et krav om, at alle elever skal bevæge sig i 45 minutter dagligt. Dette med intentionen om, at: *"... medvirke til at fremme sundhed hos børn og unge og understøtte motivation og læring i skolens fag"* (Regeringen 2013, 6). De 45 minutters motion og bevægelse kan bestå af alt fra pulsaktiviteter, til brain breaks og til små bevægelsesaktiviteter, der understøtter elevernes læring. Det er op til hver enkelt skole, hvordan denne del af reformen implementeres. I rapporten: *"En længere og mere varieret skoledag"* fra daværende KORA 2017, Det Nationale Institut for Kommuner og Regioners Analyse og Forskning, beskrives ud fra en effektundersøgelse, at der er: *"... en positiv sammenhæng imellem brug af motion og bevægelse i undervisningen og elevernes faglige og generelle trivsel, samt elevernes læring i 6. klasse"* (KORA 2017, 7).

Tilsyneladende er der stadig behov for inspiration, til hvad man kan lave af meningsfuld bevægelse i løbet af skoledagen. I 2016 fik Dansk Skoleidræt og TrykFonden sammen udarbejdet en rapport med navnet: *"Bevægelse i skoledagen 2016"*. Af rapporten fremgår det, at reformkravet om 45 minutters daglig bevægelse i løbet af skoledagen er svært for skolerne at leve op til (Wichmann 2016, 5). Det fremgår endvidere, at flere faktorer er afgørende for at kunne implementere 45 minutters daglig bevægelse. En af de vigtige faktorer er manglen på *"inspirerende materiale"* (Wichmann 2016, 7). Dette følges op af førnævnte rapport fra KORA, hvor det fremgår, at lærere og pædagoger på mellemtrinnet og i udskoling i langt højere grad efterspørger mere viden om bevægelse og motion end deres kollegaer i indskoling (KORA 2017, 7).

Der ligger altså stadig et stort arbejde i forhold til at implementere reformkravet om 45 minutters daglig bevægelse i skolen. Der ligger endvidere et stort sundhedsfremmende potentiale i at børn og unge kan dyrke fysisk aktivitet og bevægelse i skoleregion. Ifølge WHO og Sundhedsstyrelsen anbefales det, at børn mellem 5-17 år skal være fysisk aktive samlet 60 minutter dagligt (World Health Organization 2010, 7; Sundhedsstyrelsen 2011,

42). Men skal man tro de nyeste tal fra WHO, lever kun 9 % af de danske piger og 11 % af de danske drenge på 11 år op til anbefalingerne om 60 minutters daglig fysisk aktivitet (Larsen m.fl. 2016, 137). På baggrund af denne undersøgelse er Danmark nu placeret på WHO's liste som nummer 41 ud af 42 lande hvad angår det fysiske aktivitetsniveau hos børn og unge (Larsen m.fl. 2016, 137). Det anslås i WHO-rapporten, at der til stadighed er et behov for forskning i børn og fysisk aktivitet, og hvordan interventioner kan udvikles og implementeres (Larsen m.fl. 2016, 137).

Ovenstående bakkes op af den nyeste rapport fra Idrættens Analyseinstitut (Pilgaard og Rask 2016), hvor tendensen er tydeliggjort ved anskuelse af aldersgrupperinger i forhold til fysisk aktivitet. Der er en tendens til at de lidt ældre børn på 13-15 år er mindre aktive end børnene i aldersgrupperne 7-9 år og 10-12 år (Pilgaard og Rask 2016, 14). Endvidere fremgår det, at der er ved at ske en polarisering i idrætsdeltagelsen, hvor der er flere børn, der slet ikke dyrker sport eller motion, imens de børn, der allerede er aktive, bliver stadig mere aktive med flere ugentlige træningstimer (Pilgaard og Rask 2016, 17). Børn i 10-11 års alderen har tendens til at stoppe deres deltagelse i foreningsidræt på dette tidspunkt. I konsensusrapporten: "Fysisk aktivitet – læring, trivsel og sundhed i folkeskolen" fremgår det, at:

*"... der er sket en social polarisering i børns fysiske aktivitet, således at der både er flere, der er meget fysisk aktive og flere, der er meget fysisk inaktive. De meget fysisk inaktive børn repræsenterer et sundhedsproblem"* (Klarlund Pedersen m.fl. 2016, 12).

Ud over tendensen til at alderen spiller ind på aktivitetsniveauet hos børn og unge, fremgår det af et dansk studie fra 2015, at også kønnet kan have en afgørende betydning for, hvor fysisk aktive børn og unge er. En undersøgelse foretaget på 17 danske skoler viser, at drenge i 10-11 års alderen er mere aktive i frikvarteret på skolen end pigerne (Pawlowski m.fl. 2015, 275). Et andet dansk studie fra 2004 bekræfter tendensen i at drenge i 9-15 års alderen er mere aktive end pigerne på samme alder (Riddoch m.fl. 2004, 90). De grupper af børn der er mindre fysisk aktive, kan over tid komme til at føle sig

begrænsede i deres valg af aktiviteter på grund af ringere opøvede idrætslige kompetencer og færdigheder. På grund af svagere idrætslige kompetencer får disse elever en lavere placering i børnenes interne hierarki, og risikerer dermed eksklusion fra øvrige aktiviteter og leg (Pawlowski m.fl. 2015, 276). Forholdet imellem de idrætsligt meget kompetente og de idrætsligt mindre kompetente elever, har traditionelt været anset som værende en ekskluderende faktor. Derfor må ambitionen i idræt, ligesom i skolens øvrige fag, være at muliggøre og opmuntre til deltagelse, og sørge for at de svageste elever også får en chance for at gøre idræt til et meningsfuldt og lærerigt fag (Munk og Agergaard 2015, 72).

Skolen må anses som en arena, hvor der er mulighed for at præge børns og unges idrætsdeltagelse samt sundhed. I en konsensusrapport fra Videnråd for Forebyggelse 2016, beskrives det, at: *"Overordnet set er der stærk evidens for, at idrætsfaget (flere idrætstimer) har positiv effekt på sundhed"* (Klarlund Pedersen m.fl. 2016, 11). Det må dog nødvendigvis tolkes således, at dette kun gælder i de tilfælde, hvor eleverne rent faktisk er deltagende. Grabowsky og Thomsen (2014) argumenterer for, at niveauet af elevdeltagelse er tæt korreleret med succesen med sundhedsundervisnings- og sundhedsfremmeinterventioner (Grabowski og Thomsen 2014, 47). For at kunne opnå succes med sundhedsfremmeinitiativer og interventioner, er der således stadig behov for viden omkring hvordan elevdeltagelse øges, for dermed at kunne opnå et bedre grundlag for arbejdet med elevernes sociale sundhedsfremme (Grabowski og Thomsen 2014, 47).

Ifølge den nyeste rapport over "Status på Idrætsfaget" (SPIF-rapporten 2018) fremgår det, at idrætslærerne mener, at sundhed fylder mere i skolen i dag, og at størstedelen af idrætslærerne føler et øget ansvar for elevernes sundhed (Von Seelen m.fl. 2018). Dette synes at være et godt udgangspunkt for at lære børn om sundhedsfremme, og der igennem give børn viden om, og evnen til at kunne deltage i diskussionen om, hvad der udgør en sund og værdifuld tilværelse for dem selv og andre. Således kan sundhedsfremme ikke blot anses som et vedhæng til undervisningen, men som et centralt omdrejningspunkt for folkeskolens alment dannende opgave (Sørensen og Koch 2010, 4).



## Formål, afgrænsning og problemformulering

Formålet med denne afhandling er, at bidrage med ny viden om, hvordan holdspil i folkeskolen kan bidrage til Regeringens mål om at: *"... medvirke til at fremme sundhed hos børn og unge..."* (Regeringen 2013, 6). Det er således hensigten med denne afhandling, at bidrage med viden omkring hvordan deltagelse i holdspil kan benyttes i et sundhedsfremme-perspektiv i skolen. Afhandlingen er udsprunget af en efterspørgsel på inspirerende materiale til praksis, og afhandlingen er dermed også henvendt til praksis. Afhandlingens hensigt er at, at være praksisnær, og at den anvendte teori kan omsættes til en håndgribelig tekst, der kan læses af alle der arbejder med sundhedsfremme og fysisk aktivitet hos børn. Jeg har således benyttet mig af teori i det omfang det har kunnet bidrage til forståelse og analyse af empirien, ligesom det har været et mål at præsentere empiri, der baseret på *"thick descriptions"*.

Til at medskabe *"thick descriptions"* har jeg taget udgangspunkt i elever på folkeskolens mellemtrin. Det har jeg gjort af flere årsager. Jeg har valgt denne målgruppe, da forskning både nationalt og internationalt peger på, at børn og unge i denne alder ændrer vaner i forhold til fysisk aktivitet og deltagelse i idræt og sport i foreningslivet (Pilgaard og Rask 2016). Aldersgruppen udgør derfor en vigtig målgruppe i forhold til at tilbyde eleverne nogle gode idrætslige oplevelser, der forhåbentlig kan stimulere til fortsat idrætsdeltagelse videre ind i deres voksenliv. Endvidere har jeg vurderet, at elever på mellemtrinnet ville udgøre en god aldersgruppe i forhold til idrætslige kompetencer og kognitiv udvikling. Dette af hensyn til at indgå i et nyt holdspil, samt at indgå i forskningen, hvor mit ønske er at få uddybende kvalitative beretninger og oplevelser fra eleverne i forbindelse med interventionen. Dette forudsætter en vis alder, sprogudvikling og refleksionsniveau.

Henvisningerne i denne afhandling er som udgangspunkt bygget op i rækkefølgen:

Forfatters efternavn, årstal for udgivelsen og sidetal. Visse referencer er dog bygget op med forfatterens mellemnavn og efternavn, i respekt for hvordan forfatterne gerne vil henvises til. Ved referencer, hvor der indgår fire eller flere forfattere, vil dette fremgå med førsteforfatterens efternavn efterfulgt af m.fl. Udgivelser fra institutioner vil blive

angivet ved institutionens navn, årstal for udgivelsen og sidetal. De hjemmesider, der er benyttet, vil fremgå efter forfatterlisten med hjemmesidens navn, dato og klokkeslet for hvornår referencen er hentet. Hele referencelisten fremgår bagerst i afhandlingen.

Da afhandlingen skrives under "Center for Holdspil og Sundhed" ved Københavns Universitet, samt University College Syd, er rammen for afhandlingens tema "holdspil og sundhed". Jeg har på den baggrund tilladt mig at afgrænse afhandlingen til kun at omfatte holdspil i idræt, og for eksempel ikke individuelle idrætsgrene eller andre aktiviteter. Holdspil anses for at være en væsentlig del af idrætsundervisningen i skolen, men også en til tider kompliceret del, idet det netop kan være en udfordring for lærerteamet at skabe en undervisning, der kan tilbyde alle eleverne i den pågældende klasse en mulighed for at kunne deltage kompetent i undervisningen. Jeg vil derfor analysere hvordan elevernes deltagelse i holdspil, der er baseret på fairplay, kan forstås som et sundhedsfremmende tiltag. Begrebet sundhedsfremme vil blive nærmere defineret i afhandlingens teoretiske referenceramme i kapitel 3.

Ovenstående munder ud i følgende problemformulering:

Hovedspørgsmål:

- Hvordan kan man forstå folkeskoleelevers deltagelse i holdspil baseret på fairplay som et sundhedsfremmende tiltag?

Underspørgsmål:

- Hvad er afgørende for oplevelsen af sammenhæng i holdspil i skolen?
- Hvilken betydning har fairplay for elevdeltagelsen i holdspil i skolen?

## Resumé

Denne afhandling tager udgangspunkt i en intervention, der er bygget op omkring et holdspil, ultimate frisbee, der i sin natur er baseret på fairplay-værdier. Ud fra denne intervention søger jeg at besvare afhandlingens overordnede problemformulering om hvordan man kan forstå folkeskoleelevers deltagelse i holdspil baseret på fairplay som et sundhedsfremmende tiltag.

Den danske folkeskole danner dagligt ramme for ca. 600.000 børn og unge (Alvang m.fl. 2010, 7). Det betyder, at langt de fleste børn og unge i Danmark imellem 6 og 15 år tilbringer en stor del af deres dagligdag i den danske folkeskole. Af samme årsag udgør folkeskolen en oplagt setting for arbejdet med sundhedsfremme.

I 2014 blev en ny skolereform implementeret i den danske folkeskole. Med implementeringen af reformen, opstod samtidig et krav om at alle børn skal bevæge sig 45 minutter dagligt. Dette med det formål, at: *"... medvirke til at fremme sundhed hos børn og unge* (Regeringen 2013, 6). Det er op til hver enkelt skole, hvordan denne del af reformen implementeres. Der er dog stadig et behov for forskning i børn og fysisk aktivitet, og hvordan interventioner kan udvikles og implementeres (Larsen m.fl. 2016, 137), samt behov for "inspirerende materiale" til hvad man kan lave af meningsfuld bevægelse med eleverne i løbet af skoledagen (Wichmann 2016, 7). Det er således hensigten med denne afhandling, at bidrage med viden omkring hvordan holdspil kan benyttes i et sundhedsfremme-perspektiv i skolen.

Afhandlingens teoretiske afsæt sker i sundhedsfremme ud fra Ottawa Charters definition af sundhedsfremme, og hvor sundhed anskues som en ressource, og et stadium af fysisk, mentalt og socialt velvære. Denne ressourceorienterede tilgang til sundhedsfremme er dels teoretiseret ved Aaron Antonovskys salutogenetiske teori om oplevelsen af sammenhæng, hvor en stærk oplevelse af sammenhæng fremmer bevægelsen imod den sunde pol på Antonovskys kontinuum, og dermed kan anses for at være sundhedsfremmende, og sundhedsfremme er dels teoretiseret ved erhvervelsen af

empowerment, hvor opnåelsen af empowerment igennem fairplay kan anses for at være både et middel til- og målet med sundhedsfremme.

Afhandlingen er bygget op omkring en intervention med ultimate frisbee på en folkeskole i København. 81 elever fra 6. klasse havde ultimate frisbee to timer om ugen i 8 uger. Designet af interventionen var bl.a. inspireret af Sport Education-modellen, og bygger på principperne om: Kravet om deltagelse, udviklingen af passende konkurrence, og forskellige roller (Siedentop 1998, 19). Metoden er udgjort af deltagende observation, elev-tegninger og 12 fokusgrupeinterviews. Tilgangen til analysen er abduktiv, og baseret på et hermeneutisk paradigme.

Ifølge Antonovskys salutogenetiske tilgang, bør der i en sundhedsfremmende indsats i skoleregi tænkes i, om læreprocesserne understøtter såvel begribelighed, håndterbarhed som meningsfuldhed, som tilsammen udgør oplevelsen af sammenhæng. Det er således af afgørende betydning for den samlede oplevelse af sammenhæng og dermed graden af sundhedsfremme, at eleverne både opnår begribelighed, håndterbarhed og meningsfuldhed i et holdspil. I denne intervention viste det sig, at eleverne særligt opnåede begribelighed ved det at have en forudbestemt rolle i spillet, i denne intervention karakteriseret ved en kaptajnrolle. Dette betød, at ansvaret for spillets gang var delt ud på alle elever, samt at disse elever pludselig besad nogle ressourcer, som holdkammeraterne kunne trække på. Ressourcerne kan betragtes som sundhedsressourcer, som folk kan drage nytte af i forhold til at fremme sundhed. Håndterbarheden og det at organisere et holdspil der styrker elevernes fornemmelse af at kunne finde ud af det, udgøres i denne afhandling af principperne fra Sport Education-modellen, hvor spillet, banerne og holdstørrelserne modificeres og tilpasses. Meningsfuldheden og lysten til at engagere sig i et holdspil hos elever i 6. klasse er i høj grad forbundet med konstellationen af holdet. Således har det stor betydning for meningsfuldheden, at holdene som udgangspunkt er fair, og at begge hold har lige store chancer for at vinde. Dette sker ud fra elevernes egne vurderinger af hvilke elever, der besidder de bedste idrætslige kompetencer, og hvordan de er fordelt på holdene. Det er vigtigt for eleverne at være på et hold, hvor de føler, at de har positive sociale relationer,

idet det er mere meningsgivende for eleverne at aflevere og spille til en holdkammerat, som de er positivt knyttet til, end til en elev, de ikke kender, eller som de har dårlig relation til. Det har i denne intervention vist sig at være vigtigt for meningsfuldheden, at eleverne spillede kønsintegreret, idet dette var forebyggende for konflikter og slåskampe. Disse parametre vil understøtte aktiviteter, der er præget af samvær og deltagelse, som det fremhæves i den salutogenetiske tilgang. Der synes at være en positiv spiral, hvor medbestemmelse og ægte deltagelse har medført en højere grad af meningsfuldhed, og det igen har medført yderligere engagement og ægte deltagelse.

Brugen af fairplay i et holdspil har bidraget til udviklingen af elevernes moral, hvilket har været fremmende for lysten til deltagelse. Der er i afhandlingen blevet sondret imellem ikke-deltagelse, symbolsk deltagelse og ægte deltagelse. Den ægte deltagelse sker, når eleverne udviser medbestemmelse, beslutningsdygtighed, refleksion, initiativ eller engagement. Ægte deltagelse er blevet fremmet og understøttet i form af at spille uden dommer, hvorved eleverne får mulighed for medbestemmelse over spillets gang. Brugen af efterfølgende refleksion over spillet, i form af spirit cirkler, fremmer fokus på holdspillets proces og dermed lysten til engagement og deltagelse. Eleverne får endvidere mulighed for at sætte ord på spillet, og således fremmes ordforråd og refleksion i praksis. Det at anvende et pointssystem, som i ultimate frisbee, har bidraget positivt til holdenes fællesskabsfølelse, og deres lyst til at spille og deltage. Den form for social support, som eleverne har haft mulighed for at udvise i spirit cirklerne, er stærkt associeret med trivsel og velvære og dermed også sundhedsfremme. I spirit cirklerne får eleverne mulighed for at danne små empowered communities.

Eleverne har ved at give og modtage spirit points belønnet hinanden for processen og positiv fairplay-adfærd, og pointssystemet har bidraget med at sætte fairplay og processen i fokus, fremfor at have ensidig fokus på præstationer og det at vinde. Dette har været fremmende for ægte deltagelse. Snyd har kompromitteret den ægte deltagelse, ligesom hånlig adfærd i form af at tale grimt til hinanden, at skubbe, slå eller sparke hinanden, har været årsag til konflikt og manglende lyst til fortsat deltagelse. Hjælpesom adfærd i form af, at tale pænt til hinanden, at give hinanden high five eller klap på

skulderen, har været en positiv oplevelse for eleverne, hvilket har bidraget til elevernes oplevelse af trivsel og glæde ved spillet.

Holdspil baseret på fairplay har i denne afhandling vist potentiale til at gøre op med den lærerstyrede undervisning og top-down hierarkiet i skolen, og et øget fokus på fairplay, har stimuleret til demokrati og lighed, hvilket understøtter empowerment og dermed sundhedsfremme. Elevdeltagelsen i holdspil baseret på fairplay, kan anskues ud fra en dynamisk relation imellem eleven/holdet og spillet. Således kræver det at holdspillet er tilrettelagt så det i sig selv styrker oplevelsen af sammenhæng, og fairplay-værdierne styrker elevernes erhvervelse af empowerment og dermed sundhedsfremme.

Jeg har med denne afhandling givet et bud på, hvordan folkeskoleelevers deltagelse i holdspil baseret på fairplay kan benyttes som et sundhedsfremmende tiltag i skolen.

## English summary

This thesis is based on an intervention that is built upon a team game called ultimate frisbee, which by its very nature is based on fairplay values and spirit of the game. From this intervention, I seek to answer the thesis's research question on how to understand pupils participation in team games based on fairplay as a health promotion initiative. The Danish public school creates a daily frame for approx. 600.000 children and adolescents (Alvang m.fl. 2010, 7). This means that by far the majority of children and adolescents in Denmark between 6 and 15 years spend a large part of their daily life in Danish public school. For the same reason, det public school represents an obvious setting for work on health promotion.

In 2014 a new school reform was implemented in the Danish public school. With the implementation of the reform, at the same time, a requirement that all children should

be physically active 45 minutes daily. This for the purpose of: "... *help to promote health in children and adolescents...*" (Regeringen 2013, 6).

It is up to each school how this part of the reform is implemented. However, there is still a need for research in children and physical activity and how interventions can be developed and implemented (Larsen et al., 2016, 137), as well as the need for "inspirational material" for what to make meaningful physical activities with the pupils during school day (Wichmann 2016, 7). It is therefore the intention of this dissertation to contribute knowledge about how team games can be used in a health promotion perspective at school.

The thesis's theoretical point of departure is health promotion based on the Ottawa Charter definition of health promotion, and where health is considered a resource and a stage of physical, mental and social well-being. This resource-oriented approach to health promotion is partly theorized by Aaron Antonovsky's salutogenic theory of the sense of coherence where a strong sense of coherence promotes the movement towards the healthy pole on Antonovsky's continuum and thus can be considered to be health promotion. Health promotion is also partly theorized by the acquisition of empowerment, where the achievement of empowerment through fair play can be considered to be both a means for and the goal of health promotion.

The dissertation is based on an intervention with ultimate frisbee at a primary school in Copenhagen. 81 grade 6 pupils played ultimate frisbee two hours a week for 8 weeks. The design of the intervention was among other things inspired by the Sport Education model, and based on the principles of: The requirement of participation, the development of appropriate competition, and different roles (Siedentop 1998, 19). The method consists of participatory observation, student drawings and 12 focus group interviews. Access to the analysis is abductive, and based on a hermeneutic paradigm.

According to Antonovsky's salutogenic approach, in health promotion efforts in schools, thought should be given to whether the learning processes support comprehensibility,

manageability and meaningfulness, which together constitute the sense of coherence. Thus, it is vital for the overall sense of coherence and thus the degree of health promotion that the pupils gain both comprehension, manageability and meaningfulness in a team game. In this intervention, it became clear that the pupils gained particular understanding of having a predetermined role in the game, in this intervention characterized by a captain's role. This meant that responsibility for the game's time was distributed to all students, and that these students suddenly possessed some resources that the teammates could draw. Resources can be considered as health resources that people can benefit from in promoting health. The manageability and organizing a team game that reinforces the students' sense of being able to figure it out is in this thesis the principles of the Sport Education model, in which the game, paths and team sizes are modified and adapted.

The meaning and the desire to engage in a team game in class 6 students are highly associated with the constellation of the team. Thus it is very important for the meaning that the teams are basically fair and that both teams have equal chances of winning. This is based on pupils' own assessments of which students possess the best physical skills and how they are distributed on the teams. It is important for the pupils to be in a team where they feel that they have positive social relationships, as it is more meaningful for the pupils to hand over and play to a teammate to which they are positively attached than to a student they do not know or who they are badly related to. In this intervention, it has proved important for the meaning that the pupils played mixed gender, as this was preventive of conflicts and fights. These parameters will support activities that are characterized by community and participation, as highlighted in the salutogenetic approach. There seems to be a positive spiral where co-determination and genuine participation have led to a higher degree of meaning, and in turn it has led to further engagement and genuine participation.

The use of fair play in a team game has contributed to the development of pupil morale, which has been a promoter for the desire to participate. The dissertation has been distinguished between token participation and genuine participation. The genuine



participation takes place when pupils show co-determination, decision-making, reflection, initiative or engagement. Genuine participation has been promoted and supported in the form of playing without a judge, enabling pupils to participate in the course of the game. The use of subsequent reflection on the game, in the form of spirit circles, promotes the focus on the team game process and thus the desire for engagement and participation. Pupils also have the opportunity to put words on the game, thus promoting vocabulary and reflection in practice. The use of a points system, as in ultimate frisbee, has contributed positively to the community's community spirit and their desire to play and participate. The kind of social support that the pupils have had the opportunity to exhibit in the spirit circles are strongly associated with well-being and well-being and hence health promotion. In the spirit circles, pupils are given the opportunity to form small empowered communities.

By giving and receiving spirit points, the students have rewarded each other for the process and positive fair play behavior, and the points system has helped put the fair play and the process into focus, rather than having one-sided focus on performance and winning. This has been the promotion of genuine participation. Cheating has compromised the genuine participation, just like deceitful behavior in the form of speaking to each other, pushing, or kicking each other, has been the cause of conflict and lack of desire for continued participation. Helpful behavior in terms of talking nicely to each other, giving each other a high five or clapping their shoulder, has been a positive experience for the pupils, which has contributed to the pupils' experience of happiness and joy in the game.

Team games based on fair play has shown the potential to cope with the teacher-led education and top-down hierarchy in school, and an increased focus on fair play has stimulated democracy and equality, which supports empowerment and thus health promotion. Pupil participation in team game based on fair play can be seen from a dynamic relationship between the pupil / team and the game. Thus it requires that the team game is organized so that it reinforces the experience of coherence, and the fair play values reinforce the pupils' acquisition of empowerment and thus health promotion.

You can understand pupil's participation in fair play based play as a health promotion initiative by letting the team game support the sense of coherence as well as the acquisition of empowerment.