



Idræt og bevægelse i folkeskolen – tid til et nyt perspektiv?

NIELS GRINDERSLEV

Den danske folkeskole fik med skolereformen i 2014 en gave. En gave, som kan have stor betydning for elevernes læring, sundhed og trivsel. Og på samme tid en gave, som potentielt kan gøre en enorm forskel for fremtidige generationer af børn og unges lyst, mod og forudsætninger for livslang kropslig udfoldelse.



NIELS GRINDERSLEV

Afdelingsleder i DGI Lab – Skoler og institutioner

Tidl. generalsekretær, Dansk Skoleidræt

Niels.Grinderslev@dgi.dk

Vi har set de første, spæde, evidensbaserede tegn på at den daglige motion og bevægelse ser ud til at virke efter hensigten. Endnu har vi dog til gode at se om skolereformens element af daglig motion og bevægelse historisk vil vise sig at være mere end det store potentiale, den ser ud til at rumme.

Spørgsmålet er om vi behandler ”gaven” efter fortjeneste – eller efter for godt-befindende? Efter tre år med den reformerede skole er betydningen af begreberne ”motion” og ikke mindst ”bevægelse” stadig genstand for debat. Samtidig er der med skolereformen indført en målstyringsdiskurs som rummer en risiko for at man på skolerne bliver så fokuserede på fagmålene, at man i forhold til motion og bevægelse ender med at smide barnet ud med badevandet fordi bevægelsen i vid udstrækning instrumentaliseres som pædagogisk virkemiddel og metode.

Måske kan vi, blot ved at anskue tingene fra et lidt andet perspektiv, leve op til reformens intention og fastholde nogle af de mange selvstændige værdier ved idræt og bevægelse i skolen. Faktisk er det ikke utænkeligt, at vi i samme ombæring vil kunne løfte den kropslige og bevægelsesmæssige dimension i skolen til at være lige så betydningsfuld som de boglige, sproglige og naturvidenskabelige fagområder.

45 MINUTTERS MOTION OG BEVÆGELSE – HVORFOR NU DET?

Skolereformen gav i 2014 et kæmpe løft til idræt og bevægelse. Idrætsfaget blev gjort til prøvfag og dermed lykkedes det omsider at gå fra ”hvad skal vi lave?” til ”hvad skal vi lære?” i faget. Der blev tilført en ekstra ugentlig lektion i idræt på første klassetrin, og begrebet Den Åbne Skole har øget fokus på muligheden for at etablere frugtbart samarbejde mellem skolen og det lokale foreningsliv, ikke mindst idrætsforeningerne. Reformen medførte også et lovmæssigt krav om at alle elever i gennemsnit skal bevæge sig 45 minutter om dagen.

Reformen beskrev ikke ”hvad” indholdet af den daglige motion og bevægelse skulle bestå af. Med hensyn til hvordan bevægelsen kunne tilrettelægges hed det i bemærkningerne til lovforslaget at: ”Motion og bevægelse kan således gennemføres på forskellige måder, nemlig som undervisning i faget idræt, som regulære

motionsaktiviteter som fx løb, gymnastik, fitness, dans og boldspil, som aktiviteter i samarbejde med idrætsforeninger, og som idræt, leg og bevægelse integreret i anden undervisning.”

Man dristes til at sige, at alt tilsyneladende kunne være lige godt, så længe de overordnede mål blev opnået. Der har da også, ikke mindst i reformens første år, været fremført eksempler på gentagne løbe- og gåture, afhentning af bøger på skolebiblioteket og sågar tiden ved komfuret i madkundskabslokalet som del af de 45 lovpligtige minutter.

Det stod hurtigt klart, at det samlede omfang af motion og bevægelse ikke udelukkende kan rummes i idrætsfaget og den understøttende undervisning og derfor vil bevægelse i den reformerede skole være et anliggende for flere end blot idrætslærerne og evt. pædagoger.

Det medførte naturligt en stor og interesse – samt en vis skepsis – for de bagvedliggende formål med indførelsen af daglig motion og bevægelse endda i lovpligtig og kvantificeret dosis. Folkeskoleloven svarer således: ”Det skal medvirke til at fremme sundhed hos børn og unge og understøtte motivation og læring i skolens fag.”

Dansk Skoleidræt, Jesper von Seelen og Claus Løgstrup Ottesen er alle kommet med bud på, hvordan bevægelse i skoledagen kan forstås og tilgås, rent taksonomisk. Og i 2016 udgav Undervisningsministeriet på undervisningsplatformen EMU'en et inspirations- og vejledningsmateriale, som ligeledes forsøger at indkredse og afklare bevægelse som begreb.

Bevægelse i idrætsfaget, korte pauser eller en ”lufter” i de boglige og traditionelt mere stillesiddende timer, bevægelsesbånd samt ikke mindst bevægelse i integreret i den boglige undervisning er nogle af de måder, som skolerne har valgt at organisere den daglige bevægelse på. Hertil kommer overvejelser omkring fysiologiske effekter, puls, intensitet, muskelarbejde foruden sociale og trivselsmæssige aspekter.

Det ovenfor nævnte materiale fra undervisningsministeriet giver en række bud på hvorledes de forskellige former for motion og bevægelse kan indgå i skoledagen for at opnå ønskede mål. Det kan tyde på at skolerne i arbejdet med at integrere bevægelse i dagligdagen også er begyndt at forholde sig mere nuanceret og kvalitativt til de tre overordnede mål for bevægelsen, og hvorledes bevægelse kan indgå som en metode til fremme af såvel disse som mere specifikke fagmål.

GODT BEGYNDT ER IKKE HALVT FULDENDT

Jamen så er alt vel godt, skulle man mene – eller i hvert fald på vej til at blive det?

Tja, rapporter og undersøgelser, der løbende offentliggøres, melder alle om stigende opfattelse af at være i mål – eller i hvert fald godt på vej til at implementere

den daglige bevægelse i skolen. Søren Østergaard fra Center for Ungdomsstudier (CUR) har udtrykt det således, at når det kommer til implementering af daglig motion og bevægelse i skolen er ”retningen den rigtige, men tempoet kunne godt være højere”.

Netop derfor er tiden måske moden til at anlægge et nyt perspektiv på bevægelse i skolen. Et der kan bibringe en kvalitativ dimension til den mere kvantitative tællen til 45 minutter, og ikke mindst bidrage til, at vi som indledningsvis antydet ikke smider barnet ud med badevandet.

Det nye perspektiv kunne i første omgang være at se på den daglige motion og bevægelse i skolen med udgangspunkt i folkeskolens formålparagraf fremfor de mere snævre mål og fagmål. Formålparagraffen er jo netop i sin natur som formål mere overordnet og selvom dannelse ikke er specifikt nævnt i teksten, vil de fleste nok være enige i, at elevernes almene dannelse findes implicit i formålet.

Som sådan kunne et helt enkelt eksperiment være at indsætte kroppen i formålparagraffen for at se hvilket perspektiv, det vil give:

§ 1. Folkeskolen skal i samarbejde med forældrene give eleverne (*KROPSLIGE*) kundskaber og færdigheder, der: forbereder dem til videre uddannelse og giver dem lyst til at lære mere, gør dem fortrolige med dansk (*KROPS-*) kultur og historie, giver dem forståelse for andre lande og kulturer, bidrager til deres forståelse for menneskets samspil med naturen og fremmer den enkelte elevs alsidige udvikling.

Stk. 2. Folkeskolen skal udvikle arbejdsmetoder og skabe rammer for (*KROPSLIG*) oplevelse, fordybelse og virkelyst, så eleverne udvikler erkendelse og fantasi og får tillid til egne muligheder og baggrund for at tage stilling og handle.

Stk. 3. Folkeskolen skal forberede eleverne til deltagelse, medansvar, rettigheder og pligter i et samfund med frihed og folkestyre. Skolens virke skal derfor være præget af åndsfrihed, ligeværd og demokrati.

Øvelsen skal ikke ses som et argument for at kroppen skal indskrives i formålparagraffen i konkret forstand. Folkeskolens formålparagraf i sin nuværende formulering er, til trods for at dannelsesbegrebet også kun findes implicit, både operationaliserbar og robust og kan på én og samme tid udgøre et kompas for og ramme omkring dialog om skolens virke nu og i fremtiden. Pointen her er, at hvis vi skal opnå at den daglige motion og bevægelse for skolens elever for alvor skal gøre en forskel, så skal den tages med i de didaktiske overvejelser. Der bør være en lige linje fra formålparagraffen og til udmøntningen af denne i den pædagogiske praksis således at motion og bevægelse ikke alene reduceres til

pædagogisk virkemiddel samt den fag-faglighed som hører til idrætsfaget. Set i det lys kan begrebet kropslig dannelse introduceres som overskrift og samlebetegnelse for den selvstændige værdi, det kropslige dannelsesaspekt kan have.

KROPSLIG OG ALMENE DANNELSE – TO SIDER AF SAMME SAG

Den kropslige dannelse kan ikke umiddelbart udgrænses eller identificeres som en særskilt og selvstændig dannelse. Der er nok snarere tale om at den kropslige dannelse skal ses som en integreret del af den almene dannelse. Ikke desto mindre kan der være god grund til at italesætte og forsøge at indkredse det kropslige dannelsesaspekt. Til trods for indførelsen af daglig motion og bevægelse samt idræt som prøviefag synes kroppen stadig at være overset når det kommer til status og fokus i skolernes daglige pædagogiske praksis. Det er en udbredt opfattelse, at man går i skole for at lære at ”læse, skrive og regne”. I en tid hvor børn og unge ofte er omgivet af stillesiddende skærm-aktiviteter og sukkersøde fristelser, er der derfor behov for et særskilt fokus på kroppen i den almene dannelse.

Internationalt synes især de anglo-amerikanske kulturer at være langt fremme med tanker om kropslig dannelse, under betegnelsen: physical literacy. Denne defineres i den internationale organisation for physical literacy som ”motivation, selvtillid, kompetence, viden og forståelse for at værdsætte og tage ansvar for engagement i livslang fysisk aktivitet”.



Begrebet baserer sig på fænomenologiske og ikke mindst filosofiske tanker. Blandt andet i Canada er tankerne blevet grebet og operationaliseret flere steder og herfra står især én inspirationskilde stærkt: Dr. Dean Kriellaars fra universitetet i Manitoba har baggrund i såvel den humanbiologiske som sociologisk-samfundsmæssige forskning, hvilket synes at være en stor styrke i denne sammenhæng. Kriellaars formår ikke alene at forklare begrebet og pege på de sundhedsmæssige udfordringer der truer, hvis ikke børn og unge opnår glæde ved og lyst til at bevæge sig, hvilket i høj grad er tilfældet i Canada. Han tegner desuden et billede af de pædagogiske miljøer, som skal præge udfoldelsen af idræt, leg og bevægelse, hvis børn og unge skal opbygge den ovenfor beskrevne selvtillid, motivation, kompetence mm.

KROPSLIG DANNElse – HVORDAN?

Opskriften synes at være overraskende enkel: Det handler om at skabe miljøer omkring idræt, leg og bevægelse som deltagerne oplever som sjove og udfordrende. Deltagerne skal i disse miljøer kunne gøre sig erfaringer med såvel mestring som med at mislykkes/ fejle. Det helt centrale i den forbindelse er, at begge dele skal være forbundet med noget positivt og en anerkendelse af at både fejl og mestring er vejen til at udvikle sig og lære nyt.

Dette har, trods al sin enkelhed, stor betydning for den måde bevægelsesaktiviteter tilrettelægges på. Ikke mindst i skolesammenhænge ud over idrætsfaget. I idræt lærer eleverne de motoriske byggesten, eller populært sagt ”kroppens ABC”. Den daglige bevægelse tilbyder herefter en mulighed for at udfolde dette, præcis ligesom sproget og matematikken udfoldes på tværs af fagene. Bevægelse i skolen giver desuden alle børn denne udfoldelsesmulighed, også dem, der ikke deltager i foreningsaktiviteter eller den frie, kropslige leg i fritiden – som i parentes bemærket synes at være hastigt på retur. Hvis skolens daglige motion og bevægelse skal blive en succes i eksemplarisk forstand, så bør den lærer eller pædagog, som bruger bevægelse i eks. dansk eller matematikundervisning være sig elevernes kropslige kompetenceniveau bevidst. Helt ligesom idrætslæreren altid har skulle have elevernes sproglige og matematiske niveau med i overvejelserne i det omfang sprog og matematik har indgået som metodiske midler i idrætsundervisningen.

I værste fald er risikoen, at den motorisk usikre elev vil kunne føle sig ekskluderet i mange af de sammenhænge, hvori bevægelse indgår. Omvendt er der i bedste fald mulighed for at eleverne i alle disse sammenhænge oplever bevægelsesaktiviteter som foruden det rent fag-faglige også bidrager til deres kropslige dannelse. Det kræver blot, at bevægelsesaktiviteterne også her tilrettelægges, så de er sjove og udfordrende med mulighed for at mestre såvel som mislykkes i forhold til de kropslige færdigheder, der indgår.

Dannelse, og herunder også sproglig og matematisk dannelse/ literacy udvikles ikke udelukkende i skolen men alle steder hvor børn og unge stimuleres sprogligt og matematisk. På tilsvarende vis er den kropslige dannelse er heller ikke udelukkende en sag for skolen. Kropslige kompetencer og lysten til at udfolde dem, udvikles både i skolen, men ikke mindst også i foreningsidrætten, samt i fritidslivets øvrige mere eller mindre strukturerede lege og aktiviteter hvori de indgår.

Skolen, familien og foreningen har hver sine muligheder og forudsætninger for at kunne bidrage til den kropslige dannelse. Det er værd at bemærke at idrætsfaget i skolen i særdeleshed har en central rolle at spille. Dels som garant for at alle skolens elever oplever miljøer som det ovenfor skitserede og dermed udvikler et alsidigt bevægelsesmæssigt ”ordforråd”, fordi man lærer at mestre en række grundmotoriske færdigheder. Dels har man i idrætsfaget en særlig mulighed for at arbejde med de elementer af kropslig dannelse som handler om ”viden og forståelse” jævnfør definitionen.

Der er selvsagt stor forskel på de forventninger, man på rimelig vis kan have til idrætslæreren og øvrige lærere, træneren, pædagogen og forældre og bedsteforældre. Det afgørende er, at alle betydningsfulde voksne omkring børn og unge spiller en vigtig rolle for dennes almene og dermed også kropslige dannelse. De kan på hver deres måde opmuntre og understøtte den fortløbende proces. Det være sig i handling, tale eller attitude omkring tilgangen til idræt, leg og bevægelse som del af et godt børne- og ungeliv.

KROPSLIG DANNELSE – HVORFOR?

Kropslig dannelse forstået som kompetencer, selvtillid, motivation, viden og forståelse for at værdsætte og tilvælge aktiv deltagelse i idræt, leg og bevægelse er ikke nyt. De fleste, som har erfaringer fra den idrætslige praksis, hvad enten det er fra skolens eller det frivillige foreningslivs verden, vil erfaringsmæssigt kunne nikke genkendende til hele eller dele af de ovenfor beskrevne sammenhænge.

Det nye er, at kropslig dannelse som samlebetegnelse, ståsted og perspektiv tilbyder en mulighed for at identificere og italesætte den egenverdi som er forbundet hermed.

Selvom det er elevernes lyst, mod og forudsætninger for selvstændigt at kunne tage ansvar for og tilvælge aktiv deltagelse i fysisk udfoldelse, der gøres til det centrale, opnås på længere sigt en række af de mål, som hidtil har været det, der har været i fokus. Efterhånden som eleverne opnår kropslige kompetencer på en sjov og udfordrende måde vil lysten til udfoldelse øges, hvilket fører til aktiv deltagelse i såvel fri leg som mere struktureret og tilrettelagt fysisk aktivitet. Nøjagtig som større læsefærdigheder kan hævdes at give eleverne støtte læselyst og dermed motivere til læsning og sproglig udfoldelse.

Der findes talrige eksempler på betydningen af kropslig dannelse. En god motorik tidligt i livet har stor betydning for børns lyst til at deltage i kropslige legeaktiviteter og hænger desuden positivt sammen med den sproglige udvikling. I skolen er en aldersvarende motorik og kropslig selvtillid altafgørende for aktivitetsniveauet i frikvarteret, tilvalg af aktiv transport, samt et aktivt fritidsliv. Sidenhen kan kropslig dannelse have betydning for mulighederne i forbindelse med uddannelsesvalg. For eksempel må en tømrer kunne balancere på en tagryg, en frisør skal kunne formå at stå i mange timer og uanset fag er det vigtigt, at man har alsidige kropslige kompetencer og lyst til at udfolde dem som balance til ensidigt belastende eller stillesiddende erhverv osv. Den kropslige dannelse giver evnen til at se mulighederne for fysisk aktivitet i hverdagen – og lysten til at udnytte dem ved eksempelvis at tage trappen fremfor elevatoren. Seniorlivet er for de fleste en periode i livet på 20-40 år med god tid i hverdagen. Her har det igen enorm betydning at have



fået grundlagt nogle kropslige kompetencer og ikke mindst en tro på og lyst til at udfolde dem – fortsat, eller på ny. De sundhedsmæssige gevinster ved en kropsligt dannet befolkning, der af egen drift tilvælger et fysisk aktivt liv, skulle være til at få øje på, ligesom der er en række sociale gevinster ved aktiv idrætsdeltagelse i de tilfælde hvor denne udfoldes i fællesskaber med andre.

Endelig kan der peges på nogle af de øvrige overvejelser, som det kropslige dannelsesperspektiv åbner for. Inden for rammen af folkeskolens formålsparagraf kan det give god mening at forholde sig kontekstuel til hvad der kan siges at være særligt kropsligt dannende på såvel nationalt som lokalt plan.

I Norge har der været overvejelser om at gøre forskellige båltyper til del af pensum for idrætsfaget. Det skal ses i lyset af, at en sådan kompetence vil forventes at give norske skoleelever større lyst til på sigt at udfolde sig i et aktivt friluftsliv. Herhjemme kunne det på tilsvarende vis overvejes om eksempelvis cykling og svømning bør være centralt i den kropslige dannelse. Vi er populært sagt en nation af ”cykelmyg” og ”vandhunde”. Vi har rigtig god infrastruktur for cykling og de færreste steder er der i Danmark længere end 50 km til kysten. Der kunne set i det lys være mange gode både individuelle og samfundsmæssige grunde til at sikre, at alle i Danmark har mulighed for at begå sig i og på vand såvel som på en cykel. I Odense (som i parentes bemærket er kendt som cykelby) har man som mål at alle skoleelever på mellemtrinnet skal kunne cykle 11 km på en skoledag. Det giver dels eleverne en fortrolighed med at cykle, dels giver det de odenseanske skoler en række muligheder for at udnytte mulighederne i den åbne skole ved at eleverne kan transportere sig af egen drift.

Kropslig dannelse kan som sådan også danne udgangspunkt for en fornyet kvalitativ dialog om hvad der i en given sammenhæng skal og kan markeres og prioriteres som værende særligt dannende.

KROPSLIG DANNELSE – EN LIVSLANG REJSE

Det kropslige dannelsesbegreb minder os om, at vi alle ikke blot HAR en krop, men i høj grad også ER en krop, som skal kunne, ville og turde udfolde sig. Denne erkendelse/ påmindelse muliggør det nye perspektiv, at vi skal have et selvstændigt fokus på udviklingen af børn og unges lyst, mod og forudsætninger for at kunne deltage aktivt i fysisk udfoldelse, i alle livets faser og alle arenaer.

Kropslig dannelse er ikke et slutmål eller endestation. Den kropslige dannelsesrejse kan på en lang række områder sidestilles med eksempelvis de sproglige og matematiske dannelsesrejser som ligeledes er livslange. Den kropslige dannelse i skolen er betydningsfuld, fordi den åbner døren for at kunne tilvælge kroppens og bevægelsens verden på samme måde som skolen på det boglige område åbner

døren for at kunne tilvælge uddannelse og erhverv, samt aktiv deltagelse i eks. litteraturens og naturvidenskabens verden.

Det største ønske for en skole som nu med den daglige motion og bevægelse har fået en historisk mulighed, må derfor være at bevægelse ikke i vid udstrækning reduceres til at være metodisk virkemiddel til opnåelse af snævre fagmål. Tiden er inde og rammen er på plads til at den kropslige dannelse får plads på lige fod med den boglige dannelse som hver sine betydningsfulde elementer i skolens alment dannende rolle og elevernes samlede dannelsesprojekt.