

45 minutters bevægelse i undervisningen som et led i den danske skolereform

Temanummer: Politiske vildskud, langskud og selvmål i Danmark i nyere tid

I skoleåret 2014/15 trådte en ny skolereform i kraft, hvor bevægelse fik en fremtrædende rolle med lovkravet om 45 minutters daglig bevægelse integreret i undervisningen. Det er nu snart syv år siden, reformen trådte i kraft, og resultater viser, at mange skoler endnu ikke har formået at få realiseret lovkravet. Det kan der være flere årsager til, men klart er det, at decentralisering af implementeringsansvaret ikke ser ud til at have været tilstrækkeligt. En fælles implementeringsunderstøttelse ville formentlig have været til stor gavn for skolerne.

Baggrund

Da startskuddet til skoleåret 2014/15 lød, trådte en ny folkeskolereform i kraft, der bød på en ny og anderledes skoledag for alle elever og ansatte i den danske folkeskole. Det skete med afsæt i den aftale om et fagligt løft af folkeskolen, som et flertal i Folketinget indgik i juni 2013. Det overordnede formål med skolereformen var at ”gøre en god skole bedre – et fagligt løft af folkeskolen”, hvor målsætningen bl.a. var en længere og mere varieret skoledag. I det lå der, at alle elever skulle udfordres, så de blev så dygtige som muligt. Derudover var det målet at mindske betydningen af elevernes sociale baggrund for deres faglige resultater samt styrke trivslen blandt eleverne. Bevægelse blev en fremtrædende del af skolereformen med lovkravet om 45 minutters daglig bevægelse som en integreret del af undervisningen. Helt konkret lød lovkravet:

”Undervisningstiden skal tilrettelægges, så eleverne får motion og bevægelse i gennemsnitligt 45 minutter om dagen” (§15, folkeskoleloven)

Lovkravet om daglig motion og bevægelse blev formentlig en konsekvens af Kulturministeriets Konsensuskonference, der blev afholdt i 2011. Her konkluderede en række forskere, at der er en dokumenteret positiv sammenhæng mellem fysisk aktivitet og læring uanset alder (Konsensuskonference, 2011). Konklusionerne byggede på resultaterne af både national og international forskning, som bl.a. viste, at fysisk aktivitet som en integreret del af undervisningen kan fremme læring (Konsensuskonference, 2011). Udover kortlægningen af sammenhængen mellem fysisk aktivitet og indlæring blev også andre positive følgevirkninger belyst. Det blev belyst, at idræt og bevægelse også har en betydning for oplevelsen af selvværd, et godt helbred og reduktion af mobning (Konsensuskonference, 2011). Én af fordelene ved imple-



SOFIE KOCH

Videnskabelig assistent ved forskningsenheden Active Living, Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet



ANDERS GRØNTVED

Professor og forskningsleder ved forskningsenheden Exercise Epidemiology, Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet



NATASCHA HOLBÆK PEDERSEN

Ph.d.-studerende ved forskningsenheden Exercise Epidemiology, Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet



NIELS CHRISTIAN MØLLER

Lektor ved forskningsenheden Exercise Epidemiology, Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet

menteringen af bevægelse – målrettet alle elever i den danske folkeskole – var derfor, at lovkravet potentielt set kunne være med til at mindske den sociale gradient i sundhed samt reducere problematikken vedrørende stigmatisering af specielle grupper af børn (Harrell et al., 1998). Lovkravet om daglig bevægelse i undervisningen skulle altså bidrage til at øge børn og unges sundhed og trivsel samt understøtte læringen (Undervisningsministeriet, 2020). Der blev fra regeringens side lagt op til, at bevægelsen kunne tænkes ind som en del af undervisningen på flere forskellige måder. Bevægelse kunne indgå som en del af den understøttende undervisning: lærerne kunne lægge bevægelsessekvenser ind i fagundervisningen, for at understøtte den faglige læring og træning: eller det kunne foregå i samarbejde med det lokale foreningsliv og strække sig over længere tid (Undervisningsministeriet, 2020).

De danske folkeskoler har nu i knap syv år arbejdet med udgangspunkt i skolereformen fra 2014. Formålet med denne artikel er derfor at kigge nærmere på, hvordan det er gået med implementeringen af skolereformens krav om 45 minutters bevægelse som en integreret del af undervisningen og komme med et par refleksioner over, hvorfor mange af skolerne ikke er lykkedes med at få tilstrækkeligt med bevægelse integreret i undervisningen.

Hvad er bevægelse?

Med skolereformens krav om 45 minutters daglig motion og bevægelse som en del af undervisningen blev der for alvor sat fokus på definitionen af bevægelse. For hvad er bevægelse? Skal pulsen op, før vi kan kalde det bevægelse? Eller er kaste/gribeøvelser i matematik bevægelse? Kigger man nærmere på begreber fra forskningen, så opererer man både nationalt og internationalt oftest med begrebet fysisk aktivitet eller *physical activity* frem for motion og bevægelse. Fysisk aktivitet bruges både, når man snakker sammenhængen med sundhed og sammenhængen med den kognitive læring. Begrebet fysisk aktivitet dækker over ethvert muskelarbejde, der øger energiomsætningen, og når man anvender begrebet fysisk aktivitet understreges det, at der er tale om kvantificerbare mål (fx med puls, accelerometer, skridttæller). I folkeskolereformen er det imidlertid ikke fysisk aktivitet, der er det centrale, men i stedet motion og bevægelse. Begreber som i lige så høj grad henviser til kvalitet, læring, kultur og værdier – hvor mængden af bevægelse i sig selv kun delvist er dækkende (Jørgensen, 2014). Begrebet fysisk aktivitet, og det som begrebet inden for forskningsmæssige sammenhænge rummer, har uden tvivl spillet en væsentlig rolle i forhold til at gøre bevægelse til et lovkrav i folkeskolen. Men spørgsmålet er bare, hvordan man som skole, leder, lærer eller pædagog forstår og forvalter et lovkrav, der ikke er yderligere defineret end blot 45 minutters daglig motion og bevægelse. Med lovkravets formulering har det altså været op til den enkelte at fortolke og definere, hvad bevægelse er for dem. Det har betydet, at bevægelse er blevet fortolket og forvaltet vidt forskelligt på tværs af skoler, men også inden for den enkelte skole på tværs af lærerstaben. En undersøgelse foretaget ved Syddansk Universitet viser, at på de skoler,

hvor bevægelse ikke har haft en fast struktur (fx som selvstændige lektioner i skoleskemaet), har forvaltningen af lovkravet været vidt forskellig fra lærer til lærer – og dermed har der også været stor forskel på kvaliteten og omfanget af den bevægelse, som de enkelte klasser er blevet præsenteret for. Idrætslærerne har oftest været gode til at inddrage bevægelse som en naturlig, integreret del af deres undervisning, hvorimod særligt kulturfagslærere synes at have haft sværere ved at integrere bevægelse ind i undervisningen på en meningsfuld måde (Koch et al., 2020). Denne forskel kan skyldes forskellig fortolkning af lovkravet eller forskellige kompetencer i forhold til at inddrage et nyt element i undervisningen, som man ikke nødvendigvis føler sig kompetent i. Fælles for de skoler – som indgik i undersøgelsen – var, at flere lærere tyede til at sende deres elever en tur ud til flagstangen og tilbage igen, blot for at sikre at de fik implementeret en eller anden form for bevægelse i undervisningen. På andre skoler betød den manglende definition, at nogle lærere helt undlod at inddrage bevægelse som et element i undervisningen, da de i stedet argumenterede for, at turen ned til elevernes skuffer efter bøger og tilbage til stolen igen også var bevægelse. Det gjorde sig særligt gældende blandt de lærere, som ikke følte, at de havde de nødvendige kompetencer til at integrere motion og bevægelse i undervisningen (Koch et al., 2020). Den åbne definition af bevægelsesbegrebet har altså formentlig været udslagsgivende for, at den igangsatte bevægelse langt fra altid har været udført som oprindeligt intentioneret, da regeringen vedtog lovkravet. En mere tydelig definition og plan for, hvordan skolerne kunne gribe arbejdet an med bevægelse som en integreret del af undervisningen, ville formentlig have hjulpet ensretningen af bevægelse på skolerne og fremmet afviklingen heraf. Dette ville dog samtidig have stillet store krav til særligt de lærere, som ikke tidligere har arbejdet med motion og bevægelse i undervisningen, da de ikke nødvendigvis ville have haft de nødvendige kompetencer til at løfte en sådan opgave.

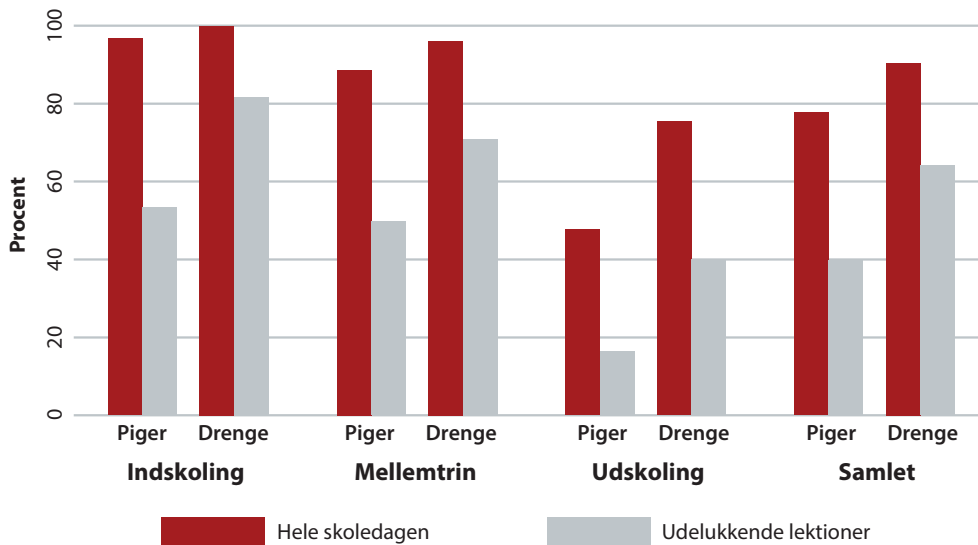
Kortlægning af bevægelse i skoletiden blandt elever i folkeskolen

I 2017-18 gennemførtes to befolkningsundersøgelser (Skolebørnsundersøgelsen 2018 og Fysisk Aktivitet i Skolen Efter Reformen¹ (FASER)) ved Syddansk Universitet, der begge undersøgte skoleelevers bevægelse baseret på objektive målinger med accelerometre. I en rapport fra 2020 beskrives danske folkeskoleelevers bevægelse i skoletiden, hvor data fra de to studier blev lagt sammen (Pedersen et al., 2020). I alt blev der indsamlet data på 4.160 elever (1.-9. klasse) fra 62 skoler fordelt over hele landet. I undersøgelserne fik hver elev udleveret et elastikbælte med et tre-akset accelerometer påsat i en lille lomme. Eleverne bar elastikbæltet på låret direkte på huden i en periode på syv dage og måtte kun tage bæltet af ved badning og svømning. Målingerne gør det muligt at opgøre tiden sekund for sekund på bestemte aktiviteter ved at kombinere accelerationsdata fra x-, y- og z-aksen i algoritmer udviklet til genkendelse af aktivitetstyper hos børn og unge. I begge studier blev der også

opsamlet skoleskema-data i samme periode som accelerometermålingerne for hver elev, der gjorde det muligt at foretage separate undersøgelser af tiden brugt med aktivitet i forskellige dele af skoledagen. På baggrund heraf blev den daglige tid opsummeret, hvor børnene var siddende/liggende, stående uden bevægelse, stående med bevægelse og med gang og løb for henholdsvis hele skoledagen, i undervisningstiden (herunder i de enkelte lektioner såsom idrætsundervisning) og i frikvartererne. Ligeledes blev tiden i skolen brugt med fysisk aktivitet ved moderat til høj intensitet opsummeret – moderat til højintens fysisk aktivitet er den form for aktivitet, vi ved fra mange års forskning, er særligt sundhedsfremmende hos børn, unge og voksne. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at børn og unge dagligt opnår minimum 60 minutters fysisk aktivitet ved moderat til høj intensitet (Sundhedsstyrelsen, 2018). For at operationalisere *bevægelse* jævnfør Folkeskolelovens §15 valgte vi at beregne den gennemsnitlige sammenlagte daglige tid brugt med aktivitetstyperne *stå med bevægelse*, *gå* og *løbe*, og vi opgjorde dette for undervisningstiden med og uden frikvartererne for at give et overblik over, i hvilket omfang eleverne i folkeskolen lever op til skolereformens krav om 45 min daglig bevægelse.

Resultaterne fra undersøgelsen viste, at omtrent halvdelen (52%) af alle folkeskoleelever i gennemsnit bevæger sig 45 minutter eller mere i undervisningstiden på en typisk skoledag. Inkluderet frikvartererne i opgørelsen var det 84% af eleverne, der opfyldte kravet om 45 minutters bevægelse eller mere i løbet af skoledagen (Figur 1). Det var en generel tendens, at elever i udskoling i gennemsnit bevægede sig mindst, mens elever i indskoling bevægede sig mest, og drengene bevægede sig i gennemsnit mere end pigerne uanset skoletrin. Vi fandt også stor variation i mængden af bevægelse blandt eleverne mellem skolerne. Tages der udgangspunkt i 5. klasse, hvor der var 40 deltagende skoler, opnåede eleverne i de 10 mindst aktive skoler (de nedre 25%) 37 minutters bevægelse eller derunder i løbet af lektionerne på en typisk skoledag. I de 10 mest aktive skole (de øvre 25%) opnåede eleverne i 5. klasse i gennemsnit 54 minutters bevægelse eller derover i løbet af lektionerne på en typisk skoledag.

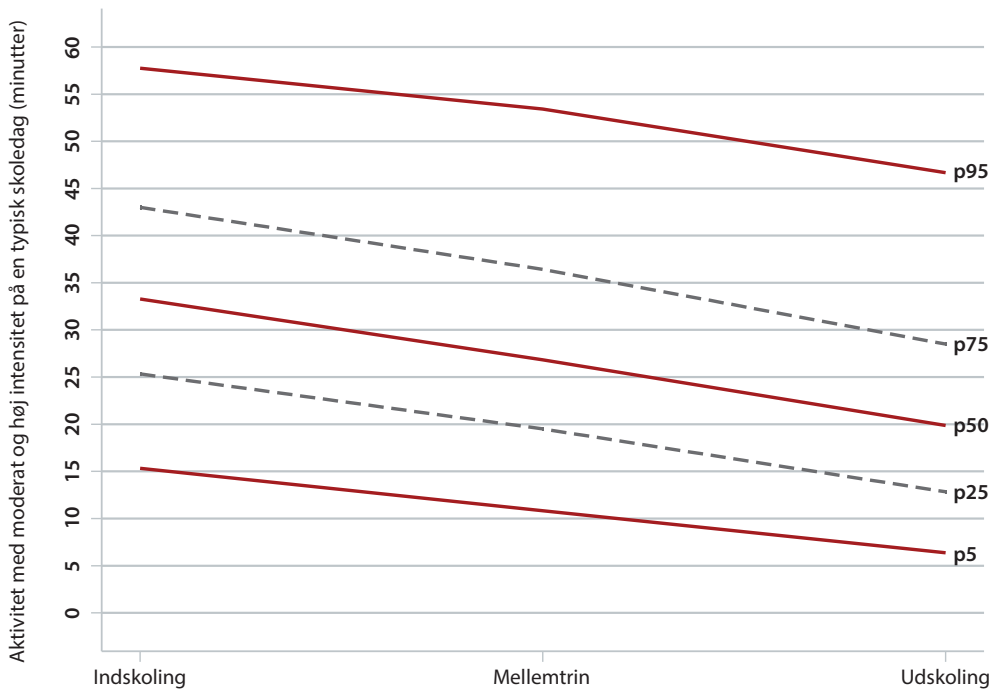
Figur 1. Andel (%) med minimum 45 minutters bevægelse på en typisk skoledag opdelt på skoletrin (og samlet for alle skoletrin) og køn for henholdsvis hele skoledagen og i undervisningstiden (udelukkende lektioner).



Et andet iøjnefaldende resultat af undersøgelsen var den overraskende lave mængde fysiske aktivitet ved moderat til høj intensitet, som mange elever opnåede i idrætstimerne. På en typisk 45 minutters idrætslektion var eleverne i gennemsnit blot aktive 8 minutter ved moderat til høj intensitet. De 25 procent mindst aktive piger og drenge i udskoling var aktive i henholdsvis under 3 og 5 minutter i en idrætslektion. Opgørelsen af bevægelse i frikvartererne viste derimod, at særligt eleverne i indskoling bevæger sig meget, hvor pigerne og drengene i gennemsnit bevæger sig omtrent henholdsvis 40% og 50% af tiden, de har frikvarter. Blandt udskolingseleverne var tallene dog noget lavere, hvor det meste af tiden i frikvarteret bliver brugt siddende eller stående stille (i gennemsnit 83% og 76% af tiden for henholdsvis piger og drenge). Tilsvarende sås stor variation mellem skolerne, når det gjaldt børnenes totale mængde af bevægelse i skoletiden og fysisk aktivitet ved moderat til høj intensitet i idrætstimerne og i frikvartererne.

Mængden af fysisk aktivitet ved minimum moderat til høj intensitet, som eleverne akkumulerer i skoletiden, blev også opsummeret. For elever i henholdsvis indskoling, melletrin og udskoling er der 25% af eleverne, der opnår under henholdsvis 25, 20 og 13 minutters fysisk aktivitet ved minimum moderat til høj intensitet i skoletiden (Figur 2). De 25% mest aktive elever i henholdsvis indskoling, melletrinnet og udskoling opnår mindst 43, 36 og 29 minutters fysisk aktivitet ved minimum moderat til høj intensitet i skoletiden. Det stiller således et stort krav til børns vaner og adfærd i tiden efter skole, hvis danske skolebørn skal opnå de minimum 60 minutters fysisk aktivitet ved moderat til høj intensitet i gennemsnit om dagen, som Sundhedsstyrelsen anbefaler. Blandt de 11-15-årige i Skolebørnsundersøgelsen 2018 ved vi, at det kun er 26%, der lever op til denne anbefaling (Rasmussen et al., 2019).

Figur 2. Fordelingen af mængden af fysisk aktivitet ved moderat til høj intensitet i skoletiden (hele skoledagen) hen over skoletrin. Data er fittede percentiler (fx angiver p25 25. percentilen og markerer, at 25% af stikprøven har en mængde af fysisk aktivitet ved moderat til høj intensitet i skoletiden, der ligger under den angivne mængde).



Hvorfor er skolerne ikke i mål endnu?

Med skolereformen blev der ikke blot indført et krav om motion og bevægelse i undervisningen, men i alt blev 15 forskellige elementer introduceret. Samtidig med skolereformens indtog, trådte en ny lov om lærernes arbejdstidsbestemmelser i kraft. De nye arbejdstidsbestemmelser betød, at lærernes arbejdsdag blev omstruktureret, så al arbejdstid (både forberedelse, undervisning og møder) skulle ligges på skolen i skolens åbningstid (KL, 2018). Flexibiliteten i lærernes arbejde blev altså med ét væsentlig reduceret. De nye arbejdstidsbestemmelser trådte i kraft samtidig med skolereformen og ser ud til at have påvirket implementeringsgraden af hele skolereformen – ikke kun bevægelseskravet. En undersøgelse af lærere og lederes barrierer for implementering af bevægelseskravet har da også vist, at netop de nye arbejdstider har spillet en væsentlig rolle i forhold til lærernes overskud og parathed til at implementere skolereformens krav om 45 minutters daglig bevægelse i undervisningen (Koch et al., 2020). Resultaterne fra undersøgelsen viste ydermere, at særligt tid til forberedelse og tid taget fra den faglige undervisning, mangel på faciliteter til bevægelsesaktiviteter samt manglende inspiration til, hvordan bevægelse kan integreres i undervisningen på en meningsfuld måde, har været nogle af de mest fremtrædende barrierer i forbindelse med implementeringen af reformkravet. Lærerne har derfor oplevet en nødvendighed i at prioritere den faglige undervisning, særligt fordi der de seneste år også har været et øget

fokus på faglig præstation nationalt såvel som internationalt (Danmarks Lærereforening, 2019; Owen et al., 2016). Lærere og ledere gav også udtryk for, at de har manglet faciliteter til brug i undervisningen, når motion og bevægelse skulle tænkes ind som et integreret element. Afviklingen af motion og bevægelsesaktiviteter i klasseværelset har vist sig ofte at være udfordrende, fordi pladsen er begrænset. Mangel på faciliteter har derfor betydet, at lærere og ledere har skulle tænke kreativt i forhold til at bruge de eksisterende faciliteter (Koch et al., 2020). Kreativ brug af de eksisterende faciliteter stiller igen krav til lærernes kompetencer i at planlægge og afvikle meningsfulde aktiviteter i uvante rammer. Som en af lærerne beskrev dét:

”Det er jo lidt at gå ud fra det trygge miljø i klasserummet, hvor man har styr på det, hvor man ved, at de ved, at de skal sidde på hver deres plads, og jeg fører undervisningen – de skal lytte til mig. Og så gå ud fra ens komfort zone og sige, jamen nu går vi udenfor eller ned i gymnastiksalen. Vi går et sted hen, hvor de ikke er vant til at være. Og det er svært. Det er svært at komme ud fra ens komfort zone ud i et miljø, hvor man først skal finde ud af, hvordan får vi denne høsegård til at stå ret og lytte til, hvad det er, jeg har at sige. Det er faktisk rigtig svært”.

Foruden manglende tid og faciliteter oplevede 64,2% af både lærere og ledere også en mangel på inspiration i forhold til, hvordan bevægelse kunne integreres på en meningsfuld måde (Koch et al., 2020). Manglen på inspiration har betydet, at man på skolerne har set vidt forskellige løsninger på, hvordan begrebet motion og bevægelse er blevet implementeret. Nogle skoler har haft en ledelse, der brænder for bevægelse og som har taget teten og sørget for en fælles retning for, hvordan man på deres skole arbejder med bevægelse. Det har været til stor gavn for særligt de lærere, som ikke har oplevet at have haft de nødvendige kompetencer til at integrere bevægelse i undervisningen, fordi de gennem den fælles retning har oplevet at få en hjælpende hånd, at blive inspireret og at have fået en bedre forståelse for, hvordan man på en meningsfuld måde kan arbejde med bevægelse i undervisningen. Men på de skoler, hvor øget bevægelse har haft en mindre prioritet, har mange lærere følt sig udfordret – fordi det er en helt ny måde at tænke undervisning på, som ikke blot stiller krav til indholdet, men også til dem som undervisere, der skal formidle viden på en ny og anderledes måde (Koch et al., 2020).

I en meta-analyse foretaget i 2019 har man kigget nærmere på, hvilke faktorer der bør sættes fokus på, når man planlægger og gennemfører indsatser målrettet mere aktive børn og unge i skolen. Rapporten peger bl.a. på, at hvis målet er at gøre børn mere aktive som følge af en indsats, så ser det ud til at den største effekt opnås i tilfælde, hvor der udelukkende er fokus på bevægelse fremfor indsatser med flere fokusområder – som er tilfældet med skolereformen. Derudover ses en moderat effekt af fysisk aktivitetsindsatser i de tilfælde, hvor indsatsen leveres af udefrakommende eksperter. I tilfælde hvor indsatserne leveres af skolens eget personale, uden forudgående uddannelse eller træning, ses der derimod ingen effekt af indsatserne (Møller et al., 2019).

Dette fund kan være med til at forklare, hvorfor mange skoler har haft svært ved at leve op til kravet om minimum 45 minutters daglig bevægelse, idet der med lovkravet ikke fulgte yderligere ressourcer eller krav om opkvalificering af lærernes kompetencer til at integrere bevægelse i undervisningen. Skolerne har derfor været nødt til selv at finde løsninger med hensyn til, hvordan de bedst muligt bliver i stand til at implementere lovkravet, hvilket har været en stor udfordring for skolerne (Koch et al., 2020).

En anden betydende faktor er formentlig, at langt de fleste studier – som efter alt at dømme har dannet grundlaget for den evidens, som reformkravet læner sig op ad – er effektstudier (Green & Ottoson, 2004). Effektstudier gennemføres oftest under nøje kontrollerede forhold med særligt udvalgte cases, som selv har takket ja til deltagelse i studiet (Ward et al., 2010). En sådan tilgang er ideel for effektstudier, men når det handler om at overføre viden til praksis, ”den virkelige verden”, så kræver det, at man i effektstudierne også forholder sig til implementeringen og opskaleringen af den pågældende indsats til praksis. Og det er ofte ikke tilfældet. Ledere, lærere og pædagoger, som ofte er dem der skal varetage implementeringen, bør indgå i udviklingen af sådanne initiativer, så man sikrer, at indsatsen er realiserbar for den enkelte skole (Howie et al., 2014). Det er altså nødvendigt at tilpasse initiativer til den gældende kontekst samt give mulighed for, at aftagerne kan tilpasse initiativet – hvis det skal lykkes at implementere initiativet succesfuldt. At skolereformens krav om motion og bevægelse netop er informeret af gældende evidens om effekten af fysisk aktivitet på en række udfaldsmål, kan altså være en udfordring for realiseringen af reformkravet. Et studie af Hämäläinen et al. (2015) fremhæver fem forskellige typer af viden, som bidrager til at informere politikere i deres beslutningstagen; forskningsbaseret evidens, intuition, medier, samfundet og andre typer af evidens, som fx god praksis i forhold til, hvad man ved virker (Hämäläinen et al., 2015). Oxman et al. (2009) fremhæver, at velinformerede sundhedspolitikere bør taget udgangspunkt i både systematiske reviews af den eksisterende viden, men samtidig bør tilpasses til en lokal kontekst. Sådanne politikere vil demonstrere, at politikerne har truffet deres beslutninger på et oplyst grundlag, men samtidig muliggør en reel evaluering af politikken (Oxman et al., 2009). Retter vi igen blikket mod skolereformens krav om motion og bevægelse, så synes den altså at være informeret af evidens fra en række effektstudier, men mangle viden om, hvordan positive effekter fra tidligere bevægelsesindsatser omsættes til den daglige praksis i folkeskolen. Skolerne har manglet en konkret plan for, hvordan de har skullet omsætte reformkravet til praksis, da det alt andet lige kræver en enorm strukturændring – både i undervisningen, men også for den måde man driver skole på – for at imødekomme lovkravet.

En del af formålet med lovkravet om 45 minutters daglig bevægelse har også været at fremme elevernes sundhed. I den forbindelse er den samlede mængde af motion og bevægelse og intensiteten, som bevægelsen foregår ved, afgørende. Vi fandt i undersøgelsen blandt mere end 4.000 elever, at en stor andel af elever ikke opnår megen fysisk aktivitet med minimum moderat intensitet

i skolen (Pedersen et al., 2020). I idrætsundervisningen har lærerne gode muligheder for at sikre, at eleverne regelmæssigt får bevæget sig med en intensitet, der bl.a. gavner deres hjerte, kredsløb, knogler og metabolisme og er med til at opretholde en sund vægt. Det er ikke et mål for idrætsfaget i folkeskolen, at eleverne skal opnå en vis sundhedsfremmende mængde bevægelse. Faget skal derimod udvikle elevernes kropslige, idrætslige, sociale og personlige kompetencer og sikre, at de opnår kendskab til alsidig idrætskultur og udvikler lyst til bevægelse. Dog er det bemærkelsesværdigt, at rigtig mange elever kun bruger en meget lille andel af tiden i en 45 minutters idrætslektion på bevægelse, der er med moderat eller høj intensitet. Set i lyset af det sundhedsfremmende formål med reformkravet danner resultaterne fra undersøgelsen også grundlag for en diskussion af, hvordan skolerne kan arbejde med dette aspekt, herunder hvilken rolle idrætsfaget eller anden bevægelsesrelateret undervisning bør spille i fremtiden. Det er en vanskelig samfundsmæssig opgave at fremme børn og unges fysiske aktivitet. I fritiden er det en stor udfordring at lave tiltag, der kan nå ud til ressourcetsvage familier. Her er skolen på flere områder en oplagt arena. Én af fordelene ved at sætte ind i skolen er derfor – som også tidligere nævnt – at man potentielt set kan være med til at mindske den sociale gradient i sundhed og reducere problematikken vedrørende stigmatisering af specielle grupper af børn (Harrell et al., 1998). Skolen er dog også et travlt sted med mange punkter på dagsordenen, hvor kerneopgaven er undervisning og læring. Denne præmis betyder også, at det er begrænset, hvor mange ekstra tiltag og indsatser der kan puttes ned over skoler, lærere og elever, hvis de samtidig skal realiseres og vedblive (Wamp, 2009).

Der er altså en lang række faktorer, der ser ud til at have haft betydning for, at man endnu ikke er i mål med implementeringen af 45 minutters daglig motion og bevægelse i undervisningen i den danske folkeskole. Selv under ideelle omstændigheder ser det ud til at være svært at få implementeret motion og bevægelse i undervisningen. Det peger på, at implementeringsudfordringen i udgangspunktet er stor, og at modellen med decentralisering af implementeringsansvaret formentlig ikke har været tilstrækkelig. Der er betydelige driftsfordele i fælles implementeringsunderstøttelse fremfor at opfinde tingene lokalt. En fælles implementeringsstøtte kunne f.eks. bestå af efteruddannelse af lærere, udviklingen af implementeringsstrategier, udarbejdelse af ideer til brug i undervisningen mm. Det er alle elementer, som er nødvendige for, at implementeringen kan lykkes – men samtidig også noget, der kræver enorme ressourcer, både i form af tid og økonomi for den enkelte skole. En fællesimplementeringsstøtte kunne ydermere have inkluderet en detaljeret plan for implementeringen af bevægelseskravet ude på skolerne for at sikre omsætteligheden af evidens til praksis. Det ville formentlig have sikret en større ensretning i måden, hvorpå bevægelse inddrages i undervisningen. For al bevægelse har formentlig ikke samme positive effekt på børn og unges sundhed, trivsel og læring. Hvis formålet er et ønske om at gøre den danske folkeskole bedre – gennem et fagligt og trivselsmæssigt løft, hvor bevægelse er ét af midlerne derhen – så bør man være tydeligere omkring, hvad der forventes af den enkelte skole.

Noter

1. Skolebørnsundersøgelsen 2018 er støttet af Sundhedsstyrelsen, mens Fysisk Aktivitet i Skolen Efter Reformen (FASER) er støttet af TrykFonden.

Referencer

- Danmarks Lærerforening. Præstationskultur og Trivsel i Folkeskolen. Politisk udspil. 2019.
- Green LW, Ottoson JM. From Efficacy to Effectiveness to Community and Back: Evidence-Based Practice vs. Practice-Based Evidence. Natcher Conference Center, National Institutes of Health, Bethesda, Maryland. 2004.
- Harrell JS, Gansky SA; McMurray RG, Bangdiwala SI, Frauman AC, Bradley CB. School-based interventions improve heart health in children with multiple cardiovascular disease risk factors. *Pediatrics*. 1998 Aug;102(2 Pt 1):371-80. doi: [10.1542/peds.102.2.371](https://doi.org/10.1542/peds.102.2.371)
- Howie EK, Brewer A, Brown WH, Pfeiffer KA, Saunders RP, Pate RR. The 3-year evolution of a preschool physical activity intervention through a collaborative partnership between research interventions and preschool teachers. *Health Educ Res*. 2014 Jun;29(3):491-502. doi: [10.1093/her/cyu014](https://doi.org/10.1093/her/cyu014)
- Hämäläinen R-M, Aro A, van de Goor I, Lau CJ, Jakobsen MW, Chereches RM, Syed AM and On behalf of the REPOPA Consortium. Exploring the use of research evidence in health-enhancing physical activity policies. *Health Research Policy and Systems*. 2015;13:43. doi: [10.1186/s12961-015-0047-2](https://doi.org/10.1186/s12961-015-0047-2)
- Jørgensen HT. Ny viden giver svar – men også anledning til at stille spørgsmål. I: *Liv i Skolen 2014*. VIA University College. 2014.
- Koch S, Troelsen J, Cassar S, Pawlowski CS. Barriers to Implementation of Physical Activity in Danish Public Schools. *Journal of Teaching Physical Education*. 2020;40(3):493-502. doi: [10.1123/jtpe.2019-0158](https://doi.org/10.1123/jtpe.2019-0158)
- Kommunernes Landsforening. Arbejdstidsregler for undervisningsområdet i kommunerne. 2018.
- Konsensuskonference Udvalg for Idrætsforskning. Fysisk aktivitet og læring – en konsensuskonference. Kunststyrelsen. 2011.
- Møller NC, Pedersen J, Rasmussen MG, Østergaard L. At sætte børn i bevægelse – fra viden til handling. Fysisk aktivitetsinterventioner i skolen. Syddansk Universitet. 2019.
- Oxman AD, Lavis JN, Lewin S, Fretheim A. SUPPORT Tools for evidence-informed health Policymaking (STP) 1: What is evidence-informed policymaking? *Health Res Policy Syst*. 2009;7 Suppl 1(Suppl 1):S1. doi: [10.1186/1478-4505-7-S1-S1](https://doi.org/10.1186/1478-4505-7-S1-S1)
- Pedersen NH, Toftager M, Kristensen PL, Grøntved A, Brønd JC, Larsen KT, Møller NC. Bevægelse i skolen – En kortlægning af børn og unges fysiske aktivitet og stillesiddende adfærd i skoletiden. Syddansk Universitet. 2020.
- Rasmussen M, Kierkegaard L, Rosenwein SV, Holstein BE, Damsgaard MT, Due P. Skolebørnsundersøgelsen 2018 – Helbred, trivsel og sundhedsadfærd blandt 11-, 13- og 15-årige skoleelever i Danmark. Syddansk Universitet. 2019.
- Retsinformation. Bekendtgørelse af lov om folkeskolen. <https://www.retsinformation.dk/eli/lta/2017/1510>. 2017. Besøgt lørdag d. 2/10-2021 kl. 15.26
- Undervisningsministeriet. Bevægelse. <https://www.uvm.dk/folkeskolen/laering-og-laeringsmiljoe/bevaegelse>. 2020. Besøgt lørdag d. 2/10-2021 kl. 15.26
- Wamp Z. Creating a culture of movement: the benefits of promoting physical activity in schools and the workplace. *Am J Prev med*. 2009 Feb;36(2 Suppl.):S55-S56.
- Ward DS, Vaughn A, McWilliams C, Hales D. Interventions for Increasing Physical Activity at Child Care. *Med Sci Sports Exerc*. 2010;42:526-34.