

Bevægelsesaktivitetsmodellen

Af Mathias Thalund Nielsen, marts 2020

Lektor Claus Løgstrup Ottesen (2017, s. 111) skriver i sit bidrag til bogen *'En skole i bevægelse – læring, trivsel og sundhed'*, at der fortsat er behov for at styrke den pædagogiske og didaktiske viden om bevægelsesaktiviteter integreret i den faglige undervisning. Det gælder bl.a. konkrete anbefalinger og værktøjer til at planlægge undervisning som indeholder et bevægelsesmæssigt element, herunder BIU-aktiviteter (Seelen, 2013). Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærds (VIVE) kortlægningsrapport fra 2018 viser ligeledes, at lærerne ikke inddrager mere motion og bevægelse i undervisningen i 2018 end de gjorde i 2014 (Jensen, Skov & Thranholm, 2018, s. 23). Faktisk er udviklingen tæt på status quo, hvilket gør sig gældende både for lærerne i indskolingen, mellemtrinnet og udskolingen.

I forsøget på at imødekomme problematikken, har jeg derfor udviklet *bevægelsesaktivitetsmodellen* (jf. Figur 1), hvis formål er at hjælpe undervisere til at udvikle bevægelsesaktiviteter i undervisningen. Bevægelsesaktivitetsmodellen tager udgangspunkt i *spilbjulet* (Halling, Andersen, Agergaard & Worm, 2011, s. 108), og forsøger først og fremmest at strukturere arbejdet med udviklingen af bevægelsesaktiviteter samt opstiller nogle retningslinjer for, hvordan planlægningsarbejdet kan foretages. Modellen er inddelt i syv faser, som skal følges kronologisk, og modellen forsøger primært at imødekomme udviklingen af bevægelsesaktiviteter, der understøtter en faglig udvikling hos eleverne. Modellens første seks faser er blevet skabt med henblik på at overskueliggøre selve udviklingsfasen, der i dette tilfælde fungerer som syvende og sidste fase. Modellen skal grundlæggende medvirke, at underviserne bliver opmærksomme på forskellige forhold, der kan have indflydelse på kvaliteten af bevægelsesaktiviteter. Derfor må underviserne naturligvis også gøre sig overvejelser under deres arbejde med modellens faser i forbindelse med at skabe et meningsfuldt udbytte af deres arbejde.

Figur 1. Bevægelsesaktivitetsmodellen



1. Formål: Først må underviseren gøre sig bevidst om formålet med bevægelsesaktiviteten. Hvad er det vedkommende ønsker at opnå med aktiviteten? Hvilke faglige kompetencer skal eleverne udvikle? Skal eleverne arbejde med lav (BIU-1) eller høj (BIU-2) fysisk intensitet (Seelen, 2013)?

2. Målgruppe: Bevægelsesaktiviteten skal forekomme fordelagtigt for deltagerne, i den forstand, at aktiviteten skal motivere eleverne til deltagelse, fremfor at afskrække dem herfor. For at imødekomme eleverne bedst muligt, må underviseren gøre sig bevidst hvilken målgruppe vedkommende henvender sig til. Hvor gamle er eleverne? Hvad er deres fysiske forudsætninger? Hvordan er klassens sociale sammenhold? Hvordan imødekommer eleverne generelt bevægelse?

3. Arbejdsform: I forhold til formålet med bevægelsesaktiviteten skal underviseren overveje hvilken arbejdsform der bedst tilgodeser det ønskede sigte. Skal eleverne samarbejde i grupper om at løse en opgave eller arbejdes der individuelt? Har eleverne en fast makker eller skal de skifte undervejs? Ønsker man at eleverne skal fremlægge noget for hinanden, undervise hinanden, dyste mod hinanden, hjælpe hinanden eller noget femte?

4. Område: Det er væsentligt, at underviseren ligeledes gør sig overvejelser om, hvor bevægelsesaktiviteten skal foregå. Skal det være en udendørsaktivitet eller noget der skal foregå i klasserummet? Hvor meget plads er der til rådighed i forhold til elevernes fysiske størrelse?

5. Tid: Den tid aktiviteten tager at udføre har naturligvis indflydelse på, hvor megen fysisk aktivitet eleverne kan nå at udføre samt det faglige elements omfang. Underviseren må derfor gøre op med sig selv, om bevægelsesaktiviteten skal fungere som et kortere læringsunderstøttende element, i forbindelse med stof, eleverne f.eks. har arbejdet med tidligere eller om aktiviteten har til formål at præsentere noget nyt, der givetvis vil tage længere tid.

6. Redskaber: Det skal ligeledes besluttes om bevægelsesaktiviteten kræver særlige rekvisitter eller praktiske værktøjer. Det kan f.eks. være nogle bolde, som aktiviteten bygges op omkring, men kan også være digitale programmer eller redskaber som eleverne skal lære at bruge i undervisningen.

7. Udvikling: Udviklingsfasen er måske den vanskeligste fase, og stiller krav til underviserens kreativitet. Derfor kan underviseren overveje om bevægelsesaktivitet skal tage udgangspunkt i en allerede kendt leg/aktivitet eller om noget nyt skal udvikles. Det gælder i udviklingsfasen om at have øje for allerede fastlagte forhold i de tidligere faser, hvilket kan hjælpe til at overskueliggøre selve udviklingsprocessen.

Referencer

Halling, A., Andersen, B., Agergaard, C. S. & Worm, C. (2011). *Bolden i spil – teambold i teori og praksis*. Syddansk Universitetsforlag. 2. udgave, 3. oplag.

Jensen, V. M., Skov, P. R. & Thranholm, E. (2018). *Lærere og pædagogers oplevelse af den længere og mere varierede skoledag i folkeskolereformens fjerde år – Kortlægning, 2018*. VIVE.

Ottesen, C. L. (2017). Kap. 5. *Bevægelse integreret i undervisningen*. I: Schulz, A. & Seelen, J. V. *En skole i bevægelse. Læring, trivsel og sundhed*. Akademisk Forlag. 1. udgave, 1. oplag. s. 97-113.

Seelen, J. V. (2013). *Fysisk aktivitet og læring – en taksonomi*. Fagblad for undervisere.

<https://www.folkeskolen.dk/538143/fysisk-aktivitet-og-laering---en-taksonomi> (besøgt d. 20.03.2020)