

# BADNING EFTER IDRÆT

## er stadig en udfordring

I undersøgelsen "Bevægelse i skoledagen 2019" svarer idrætslærere og idrætspædagoger, at blot 43 pct af eleverne i udkolingen "hver gang" eller "næsten hver gang" bader efter idrætstimen. Problemet er væsentligt mindre på mellemtrinnet og i indskolingen. Badet må ikke blive en blokering for deltagelse i idrætstimerne, understreger Dansk Skoleidræts faglige udvalg.

Det er en kendt udfordring for rigtig mange idrætslærere og idrætspædagoger landet over: Det kan være svært, at få eleverne på de ældste klassetrin til at gå i bad efter en svedig idrætstime.

Ifølge tal fra den nye undersøgelse "Bevægelse i skoledagen 2019", som Dansk Skoleidræt og TrykFonden står bag, svarer kun 43 pct. af underviserne, at eleverne i udkolingen går i bad "hver gang" eller "næsten hver gang", mens det tilsvarende tal for mellemtrin og indskoling er næsten dobbelt så stort - 85 pct.

Resultaterne viser altså, at der er stor variation i, hvor ofte eleverne vurderes at gå i bad efter idrætstimerne alt efter klassetrin. Og tallene viser desuden, at problematikken i særdeleshed opstår i overgangen fra mellemtrin til udkoling - altså efter sjette klasse. Tendensen har ikke ændret sig væsentligt siden 2017, hvor Dansk Skoleidræt i en tilsvarende undersøgelse sidst fik svar på spørgsmålet omkring badning efter idræt.

### Deltagelse i idrætstimerne er det vigtigste

I Dansk Skoleidræts faglige udvalg diskuterer man mange emner i relation til idrætsfaget. Og netop badeproblematikken har med mellemrum fyldt en del i udvalgets arbejde.

- Overordnet mener Dansk Skoleidræt, at elevernes deltagelse i idrætstimerne er det til enhver tid vigtigste parameter - og det må badet ikke blive en blokering for. Når det er sagt, så er badning og samværet i omklædningsrummet en vigtig del af den danske idræts- og kropskultur, og et sted, hvor skolerne kan arbejde med den stigende kropsforskrækkelse hos de unge, fordi det i badet bliver synliggjort, at alle mennesker ser forskellige ud. Vi mener derfor, at skolerne skal sætte fokus på, at badning efter idræt er helt naturligt og mest hygiejnisk. I den forbindelse har forældre, lærere og samfundet et stort ansvar, siger Preben Hansen, formand for udvalget.

### DET SIGER VEJLEDNINGEN

"Idræt er mangfoldigt, og det er de forskellige arenaer og påklædning også. I den sammenhæng har eleverne i trygge omgivelser i deres omklædning og badning mulighed for at erfare, at vi mennesker er meget forskellige også i vores kropslige udtryk, og det siger sig selv, at det kræver stor opmærksomhed fra skolens side at håndtere dette, ikke mindst i vores teknologiske tid".  
Kilde: Undervisningsvejledning for idræt, kapitlet "Elevernes alsidige udvikling"

### Ny bog sætter ord på blufærdighedskultur i hjemmet

Dansk Skoleidræts faglige udvalg bidrager med et kapitel om netop badeproblematikken i den kommende bog "Kend din kropspolitik", der udgives af Science Museerne i Aarhus. Det er udvalgets formand Preben Hansen og projektleder i Dansk Skoleidræt Annette Borch, der har skrevet kapitlet om det emne, der fylder en del på rigtig mange skoler.

- Tendensen hænger sammen med en stigende bevidsthed og opmærksomhed blandt eleverne på hinandens og deres egen krop. Det er en kropsbevidsthed og blufærdighedskultur, som ikke må stå i vejen for en kvalitetsfuld og engagerende idrætsundervisning. At springe idrætstimen over pga. et bad, vil få langt mere vidtrækkende og alvorlige konsekvenser end den manglende hygiejne. Hvis det betyder, at de går glip af de kropslige og idrætslige udfordringer, kan

Rantzausminde Skole har et skab med ekstra idrætsstøj og håndklæder, så idrætslærere Preben Hansen og hans kolleger kan udlåne udstyret til glemte elever.

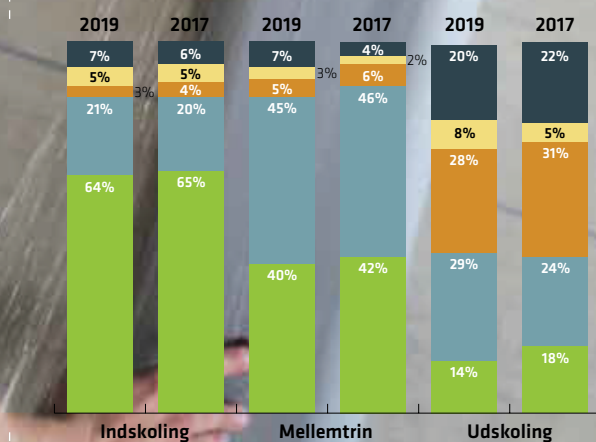


Læs hele  
undersøgelsen på  
[www.sbbs.info](http://www.sbbs.info)



## Bevægelse i skoledagen 2019

- Populationsundersøgelsen "Bevægelse i skoledagen 2019" er foretaget som en webbaseret spørgeskemaundersøgelse i perioden fra 12. juni til 10. juli 2019. Undersøgelsen er gennemført af evalueringsvirksomheden Oxford Research for Dansk Skoleidræt og TrygFonden.
- Alle landets folkeskoler, friskoler, private grundskoler og specialskoler for børn blev inviteret til at deltage, og der er modtaget svar fra 420 skoler - svarende til 21,5 pct. af totalpopulationen. Undersøgelsen er hermed repræsentativ for alle landets skoler. Undersøgelsen er udarbejdet i forbindelse med evalueringen af programmet Sunde Børn Bevæger Skolen.



### Badning efter idræt

I undersøgelsen var der et tillægs-spørgsmål omkring elevernes badeadfærd: "Hvor ofte vurderer du, at eleverne går i bad efter idrætstimerne i hhv. indskoling, melletrin og udskoling?"

- Hver gang
- Næsten hver gang
- Sjældent
- Aldrig
- Ved ikke

Kilde:  
Oxford Research  
2019 (n=392),  
2017 (n=452)

eleverne misse muligheden for at indgå i nogle sociale-, følelsesmæssige- og dannelsesmæssige fællesskaber, og de mister væsentlige faglige input, siger Annette Borch.

- Vi løser ikke udfordringen med unges krops-idealiser, selvbilleder og kropsforskrækkelse i omklædningsrummet. Den sag skal tages et helt andet sted og er langt mere vidtrækkende og kompliceret end at gøre det til en sag for idrætslæreren, siger hun og påpeger, at blufærdigheden starter i hjemmet.

- Det er helt normal praksis, at nyopførte huse er organiseret med en børne- og forældreafdeling, hvor hver afdeling har sit eget toilet- og bademiljø. Det har den konsekvens, at i familielivet kan børn vokse op uden at få indblik i, hvordan almindelige kroppe i forskellige aldre tager sig ud. Selv i familielivet bliver vi på den måde opdelt og private for hinanden, så børnene mister muligheden for at gøre op med blufærdigheden og få flere nuancer på de kropsidealer, der eksponeres i medierne, siger Annette Borch.

På den baggrund mener hun, at det vil være en misforståelse at holde stædigt fast i badet efter idræt, så længe der ikke bliver gjort tiltag i andre sammenhænge.



- At tvinge eleverne i bad efter idræt kan have u hensigtsmæssige konsekvenser. Som da jeg som idrætslærer i 8. klasse i en periode havde svært ved at få et par piger i bad efter idræt. Med den konsekvens at pigerne til sidst tog badedragter med til brug i badet efter idrætstimen. Det løste ikke problemstillingen. Tværtimod blev det hele sat mere på spidsen og komplicerede situationen yderligere. Så ideen om et bad efter idræt baseret på hygiejniske argumenter, løste vi ikke på dén måde. I stedet blev alle tabere i den situation, siger Annette Borch.

- Som idrætslærer vil jeg være lidt bekymret for, at det vil skabe præcedens at springe badet

over. Men hvis det får elever med idrætssværging til at deltage, så må jeg erkende, at det er et frem-skrift for dem. Jeg er vokset op i 60'-70'erne med bare bryster på stranden, piger/kvinder uden bh, seksuel frigørelse mv., så derfor er jeg selvfølgelig bekymret. De nuværende forældre til de aktuelle elever er vokset op i en mere bornert verden, som desværre bliver mere og mere tydelig. Af den grund tror jeg, at mange forældre vil være glade for deres børns mulighed for at "slippe for overbegoning", eller hvad de ellers kan finde på at sige, siger Preben Hansen.

### Tager kampen op

Udover at være formand for Dansk Skoleidræts faglige udvalg er Preben Hansen idrætslærer på Rantzausminde Skole ved Svendborg. Her har man en klar politik om, at eleverne bader efter idræt. Det bliver meldt ud til forældrene hvert år i et brev og italesat løbende over for eleverne. Skolen har sågar et skab med ekstra idrætstøj og håndklæder, så glæmsomme elever kan låne udstyret.

- På min skole går vi nok lidt firkantet til værks og tager kampen op. Hvis der er nogle elever, der har det svært med badet, så tager vi snakken om det, og hvis eleven eksempelvis i en periode har brug for at gå 10 minutter tidligere ud for at klare det, eller vil låne læreromklædningsrummet, så får de også lov til det. Generelt er det et langt sejt træk, men vores klare holdning har været med til at skabe en kultur om, at her på skolen går man i bad efter idræt, siger han.

Preben Hansen understreger, at dialog er vejen frem - og det i flere sammenhænge. Eksempelvis kan det være oplagt at tage en snak i klassen om, hvad eleverne tænker om badning efter idræt, krop og blufærdighed. Det kunne være i forbindelse med klassens arbejde med "krop og sundhed" som en del af kompetencemålene for idræt. ☺

← Ny bog!



## Kend din kropspolitik

Undervisningsbogen "Kend din kropspolitik" giver elever fra og med 6. klasse mulighed for at reflektere over og sætte ord på, hvorfor det kan være svært at acceptere sin krop, som den er. Ved hjælp af unges, fagfolks og forskeres stemmer, er det bogens hensigt at skabe debat og gøre unge mere bevidste om, hvordan omverdenen er med til at påvirke deres kropsofattelse.



**Fakta:** "Kend din kropspolitik" (red. Morten Arnika Skydsgaard, Trine Bjerre Mikkelsen, Kamma Lauridsen og Line Stald, Science Museerne ved Aarhus Universitet).

Udkommer 27. januar 2020, men kan forudbestilles fra 1. december 2019. Hver skole kan rekvirere et klassesæt gratis på [sm@au.dk](mailto:sm@au.dk) efter først-til-mølle ved betaling af forsendelsesomkostninger. Undervisningsbogen er en stærkt revideret udgave af bogen af samme navn, som udkom i 2011. Hele afsnittet om badning efter idræt er nyt.

Læs mere på [www.kropspolitik.dk](http://www.kropspolitik.dk) og [www.sciencemuseerne.dk](http://www.sciencemuseerne.dk)



# Formulér jeres egne principper for **BADNING EFTER IDRÆT**

Dansk Skoleidræt har nedfældet et udkast, som alle skoler kan lade sig inspirere af.

Det er den enkelte skole, der fastsætter reglerne for badning efter idræt, og i den sammenhæng kan det være en rigtig god idé som skole at melde klare principper eller retningslinjer ud til elever, forældre og personale, så der skabes en fælles forståelse for skolens ageren.

Dansk Skoleidræts faglige udvalg har i den forbindelse taget initiativ til at gøre en del af arbejdet. Principperne, der kan læses i den fulde ordlyd på næste side, kan nemlig frit tages i anvendelse af den enkelte skole, og justeres som det passer ind lokalt.

- Vi opfordrer til, at man på den enkelte skole får taget snakken om emnet. Det kan til en start være blandt idrætslærerne, og dernæst i et forum, hvor både lærere, skoleledelse, forældre og elever er repræsenterede, for på den måde at få skabt en fælles forståelse for skolens regler. Vi tror på, at det har meget stor værdi, og at det kan være med til at tage nogle konflikter i opløbet, siger Preben Hansen, formand for Dansk Skoleidræts faglige udvalg.

## **Principper gav luft til undervisningen**

En af de skoler, som, uafhængigt af Dansk Skoleidræts arbejde på området, har formuleret egne principper for badning i forbindelse med idræt er Risingskolen i Odense.

- Vi oplevede, at flere og flere elever ikke gik i bad efter idræt, og vi ville gerne lukke ned for de konflikter og 100 undskyldninger, der ikke mindst kom fra forældrenes side på deres børns vegne. Samtidig var der også for mange nuancer i håndhævingen af badet. Så vi gik til skolebestyrelsen og spurgte, om de kunne hjælpe, fortæller Pernille Wessel, skoleleder på Risingskolen.

Der blev afholdt et møde blandt idrætslærerne og herefter nedsat en arbejdsgruppe bestående af idrætslærere, skoleledelse, elevrådsrepræsentanter samt forældre fra skolebestyrelsen.

Arbejdet resulterede i enighed om ordlyden i skolens nye principper for badning efter idræt,

og denne fælles opbakning har vist sig værdifuld i praksis.

- I principperne har vi vedtaget, at her på skolen bader man efter idræt. Og vi har et brev til forældrene, vi henviser til, hvis eleverne stiller spørgsmål. Det betyder, at det ikke er nødvendigt at bruge store dele af idrætstimerne på at diskutere det, og bortset fra tre forældre, der har spurgt ind til, om det virkelig kunne være rigtigt med de der nye principper, så har vi ikke fået nogle reaktioner. Det er ikke det samme som, at der aldrig kan tages individuelle hensyn til en elev – jeg har eksempelvis haft muslimske drenge, der fik lov til at bruge badeshorts. Men vi har ikke skullet bruge samme energi på badet, og kan i stedet lægge kræfterne i idrætsundervisningen. Principper er ikke i sig selv et magisk værktøj, men for os har de ændret på kulturen omkring badet, siger Søren Clausen, der er formand for fagudvalget i idræt på Risingskolen og idrætslærer for 2., 4. og 9. klassetrin.

## **Sæt fokus på idrætsfagets vigtighed**

Den melding kan Sanne Lund Amtkjær nikke genkendende til. Hun er idrætslærer på skolen Søren Kanne Børneby afd. Søndre i Grenå og har tidligere været med til at udarbejde principper for badning efter idræt.

- Det handler i høj grad om at synliggøre, at idræt er et super vigtigt fag – fuldstændig på højde med dansk, matematik og de øvrige fag. Den snak kan man tage på forældremøder og i skriv til hjemmet. Ved at vise den røde tråd i idræt og hvad vi skal lære, kommer man også ind på vigtigheden af deltagelse og forventninger til elever og forældre. Når man på den måde starter med idrætsfagets status, er det nemmere at snakke om det, der er rundt om faget. Såsom hvorfor man sveder og derfor går i bad, siger Sanne Lund Amtkjær. ☺



Til inspiration



## Princip for badning i forbindelse med idræt

### Formål

- At badet efter idrætsundervisningen er en naturlig del af idrætsfaget.
- At alle elever lærer at omgås hinanden med gensidig respekt for hinandens forskelligheder.
- At alle elever har lyst til og mulighed for at deltage i idrætsfaget.
- At forældre er klar over deres rolle og ansvar for børnenes idrætsdeltagelse.
- At forældre, elever og lærere kender til retningslinjerne for idrætsundervisningen og det efterfølgende bad.

Princippet ligger i forlængelse af Folkeskoleloven – særlig Fælles Mål for faget idræt.

Undervisningen i idræt forudsætter omklædning til idrætstøj og efterfølgende bad. Omklædning og bad er en naturlig del af idrætsundervisningen, ligesom den del af faget understøtter eleverne i deres tilegnelse af gode vaner for personlig hygiejne. Derudover er det værdifuldt, at vores børn og unge i skolen understøttes i at opnå et naturligt forhold til deres egen krop, og udvikler en erkendelse af, at vi som mennesker ser vidt forskellige ud.

### Det er skolens ansvar, at:

- Sikre badefaciliteter for eleverne.
- Sørge for tilsyn under badning.
- Undervise i emnerne: personlig hygiejne, kropsbevidsthed og kropskultur. Evt. i et tværfagligt samarbejde og med sundhedsplejersken.

### Det er forældrens ansvar at:

- Støtte op om ”Princip for badning i forbindelse med idræt.”
- Sikre at barnet møder forberedt til undervisningen. Det betyder i denne sammenhæng, at eleven medbringer idrætstøj, håndklæde mv., som gør det muligt at tage del i både idræt og bad.

### Vedr. fritagelse fra idræt

En elev kan af helbreds-mæssige grunde helt eller delvist fritages for deltagelse i idræt. Hvis det drejer sig om længerevarende fravær, skal skolens leder godkende forældrenes anmodning herom. Ved kortere fravær er det elevens idrætslærer, der modtager anmodningen om fritagelsen.

Det er skolens leder, der afgør hvilken form for dokumentation, der er påkrævet for at kunne godkende fritagelsen. Ved længere tids fravær vil skolen normalt kræve en lægeattest. Ifølge almindelig kommunal praksis afholdes udgifterne hertil af skolen.

Hjemmet kan skriftligt anmode om fritagelse ved at angive årsag og varighed.

Fritagelse fra idræt betyder, at eleven, i den udstrækning sygdommen/skaden tillader det, naturligvis skal være til stede i undervisningen. Dvs., at eleven medbringer idrætstøj, og så er det lærernes ansvar at finde øvelser og beskæftigelse, som er relevant og uden risiko for elevens tilstand.

For at sikre at eleven opnår et fagligt udbytte, kan eleven bl.a. fungere som observatør og inddrages i det omfang, det i øvrigt er muligt fx som medhjælper/dommer etc.

### Fodvorter

Hvis en elev har fodvorter, og disse er under behandling, deltagere eleven i idræt.

### Menstruation

Nogle piger kan i menstruationsperioden have brug for mere tid og være mere privat i forbindelse med badesituationen. I disse tilfælde er det hensigtsmæssigt, at idrætslæreren laver aftaler med pigerne om, hvordan badet klares, så det ikke hæmmer pigernes generelle deltagelse i idræt og bliver en begrænsende faktor.

Fagligt Udvalg  
Dansk Skoleidræt 2019