

Læring om Fysisk bevægelse til alle børn i folkeskolen



Hanne Christensen
Fysioterapeut, SD, Master i Læreprocesser
Skanderborg Kommune
hanne.chr@live.dk

I vort samfund er der stort fokus på både sundhed, motion og bevægelse. I denne diskurs forekommer også et særligt fokus på børn og unges fysiske aktivitet og bevægelse, hvor leg, bevægelse og motion er afgørende for en sund livsstil med forebyggelse af overvægt og en styrkelse af knoglerne gennem motion. Fra politisk side bliver der lagt vægt på, at fysisk aktive børn bliver socialt mere robuste og dermed har mere overskud til at lære nyt¹. Både internationalt og herhjemme undersøges og forskes der i børn og unges helbred, deres trivsel og deres indlæring i forhold til fysisk aktivitet og bevægelse². I den forbindelse er det næppe overraskende, at folkeskolen her indtager en meget central rolle, hvor der lægges op til, at der i skolen skal arbejdes med sundhedsproblematikker som overvægt og fysisk inaktivitet³. Ligeledes er folkeskolereformens § 15 med 45 minutters fysisk bevægelse dagligt på alle klassetrin et eksempel på en obligatorisk opgave om sundhed og bevægelse i skolen.

Der er mange veldokumenterede helbredsmæssige gevinster ved fysisk aktivitet og bevægelse, uanset alder⁴. Dertil er der også andre positive forhold, som påvirkes i form af læring og trivsel, hvor flere undersøgelser dokumenterer forbedrede indlæringsevner i særlige fag ved at

Denne artikel er baseret på specialeprojekt i Master i læreprocesser og har fokus på læring omkring bevægelse i Folkeskolen, mere konkret hvordan folkeskolereformens krav om 45 minutters daglig bevægelse udøves på en skole og hvor jeg har haft særligt opmærksomhed på de børn, som er motorisk udfordrede.

øge idræt og motorik i skolen hver dag⁵. Her er børn en vigtig målgruppe, da den sociale ulighed allerede manifesteres tidligt i barndommen, og der er evidens for, at gode og sunde vaner tidligt i livet øger chancerne for en aktiv hverdag, når man bliver ældre. Derfor er skolen også en meget oplagt arena, hvor der er mulighed for at påvirke alle børn i en sundhedsmæssig rigtig retning tidligt i livet.

Som børnefysioterapeut har jeg interesse i børn, sundhed og fysisk bevægelse, og jeg er dagligt i tæt kontakt med børn og unge – både førskolebørn og skolebørn med forskellige udfordringer motorisk. Interessefeltet har i specialet været rettet mod børn med særlige behov, der i litteraturen er beskrevet som børn med særlige somatiske udfordringer eller børn med motoriske udfordringer. Det er en gruppe af børn, som har særlige udfordringer i forhold til bevægelse og fysisk aktivitet, da de af forskellige grunde ikke kan deltage på lige fod med andre børn. Derfor får de også vanskeligheder i det fokus, der lægges på sundhed og bevægelse. Interesseområdet i specialet koncentrerer



rer sig om de voksne – lærere og pædagoger – som dagligt skal facilitere børnene i at deltage i fysisk bevægelse i folkeskolen.

Gennem mit arbejde, hvor jeg er tæt på forskellige professionelle, der skal varetage aktiviteter med bevægelse og motion i skolen, oplever jeg de professionelle, f.eks. lærere, pædagoger, sundhedsplejersker m.fl. bliver udfordret i opgaven og har brug for hjælp til, hvordan børn kan indgå i kravet om bevægelse i folkeskolen. I udgangspunktet for specialet ved jeg, at der er mange forskellige aktiviteter i gang lige fra forskning på området, gennem forskellige projekter på skolerne og gennem megen inspirationsmateriale med mange øvelser til børn og bevægelse i folkeskolen¹. Der er kurser, konferencer og adskillige hjemmesider med temaet *Bevægelse i folkeskolen*, som alt sammen har til mål at hjælpe lærere og pædagoger med at løfte denne opgave i folkeskolen. Det har derfor været min antagelse, at der ikke mangler konkrete ideer til øvelser for at mestre opgaven, og alligevel synes det vanskeligt at løfte opgaven især over for den gruppe af børn, som ikke passer ind i en »almindelig« verden, og som netop har vanskeligheder i forhold til det motoriske.

En rapport fra Vidensråd for Forebyggelse konkluderer, at der gennem de senere år er sket en socialt betinget polarisering i børns fysiske aktivitet, således er der flere meget fysisk aktive og flere, der er meget fysisk inaktive, og hvor sidstnævnte gruppe udgør et stort sundhedsproblem². Rapporten fremfører, at der hos børn findes en række somatiske tilstande, som giver udfordringer, når de skal deltage i fysisk bevægelse i skolen. Det drejer sig om børn, der har smerter fra muskler og led og børn med motoriske vanskeligheder. Dertil er der børn, der er fysisk inaktive og overvægtige som udgør 12 %, samt skolebørn med astma, som udgør 10 % i Danmark. Figur 1 viser sammenhængen, og for nærmere beskrivelse henvises til rapporten. Denne gruppe af børn benævnes i det følgende *børn med motoriske udfordringer*.

Med henvisning til rapporten fra Vidensråd for Forebyggelse og mine antagelser fra egen praksis, hvor jeg møder disse børn, blev jeg bekræftet i, at der er et problem i at aktivere de mindst fysisk aktive børn, som har særlige udfordringer ved deltagelse, og hvor der skal tages højde for særlige individuelle behov.

Min antagelse var, at der manglede klarhed over, hvordan opgaven om fysisk bevægelse i forhold til de motorisk ud-

fordrede børn blev håndteret, og på hvilken måde lærere og pædagoger og evt. andre professionelle kunne hjælpe børnene og hinanden til at modne og udvikle området. Jeg har derfor været nysgerrig på, hvordan lærere, pædagoger og andre professionelle i folkeskolen som omdrejningspunkt kan stimulere disse børn, så de i lighed med andre børn øger det samlede bevægelsesmæssige aktivitetsniveau i forhold til folkeskolens krav. Jeg har således med afsæt i et empirisk studie baseret på deltagerobservation og interviews undersøgt, hvordan lærere og pædagoger håndterer og oplever opgaven med kravet om fysisk bevægelse til børn med motoriske udfordringer – og hvilke muligheder og udfordringer de ser i at udvikle området. Derudover har målet været at belyse, hvordan der på den baggrund kan angives mulige veje til udvikling af området.

Undersøgelsen viser, at der gennemføres fysisk bevægelse til børn i skolen, men med begrænset fokus på inkludering af børn med motoriske udfordringer. Lærere og pædagoger er sammen om opgaven, men samarbejdet består især af koordinering og planlægning af aktiviteter, hvor organisering er styret ud fra interesse, erfaringer og initiativ mere end bevidst professionsmæssig organisering. Der er dog en grundlæggende fælles opfattelse af, at det er lærerne, der har det overordnede ansvar for undervisningen, og herunder også ansvaret for børnenes bevægelse.

Overordnet angives positive muligheder for fysisk bevægelse i skolen. Der er dog udfordringer i, at der er stor variation i udførelsen, hvilket tilskrives en kombination af de professionelle kompetencemæssige forudsætninger, engagement og en relativ åben rammesætning. Dertil ses udfordringer i håndteringen af de særligt motorisk udfordrede børn, hvor der efterspørges yderligere kompetencer – både gennem kompetenceudvikling og gennem inddragelse af specialiserede professioner.

Studiet viser, at fysisk bevægelse og de motorisk udfordrede børn kan ses gennem en forståelse af rammer for aktiviteterne, de individer og professioner, som udfører opgaven og deres indbyrdes relationer og samarbejde. Studiet viser også, at der mangler et øget didaktisk fokus på mål og børnenes læringsforudsætninger, hvorfor indhold og læringsproces bliver styret af de professionelle idéer til aktiviteter. Endelig viser studiet manglende kompetencer og en utydelig professionsidentitet i forhold til fysisk bevægelse.

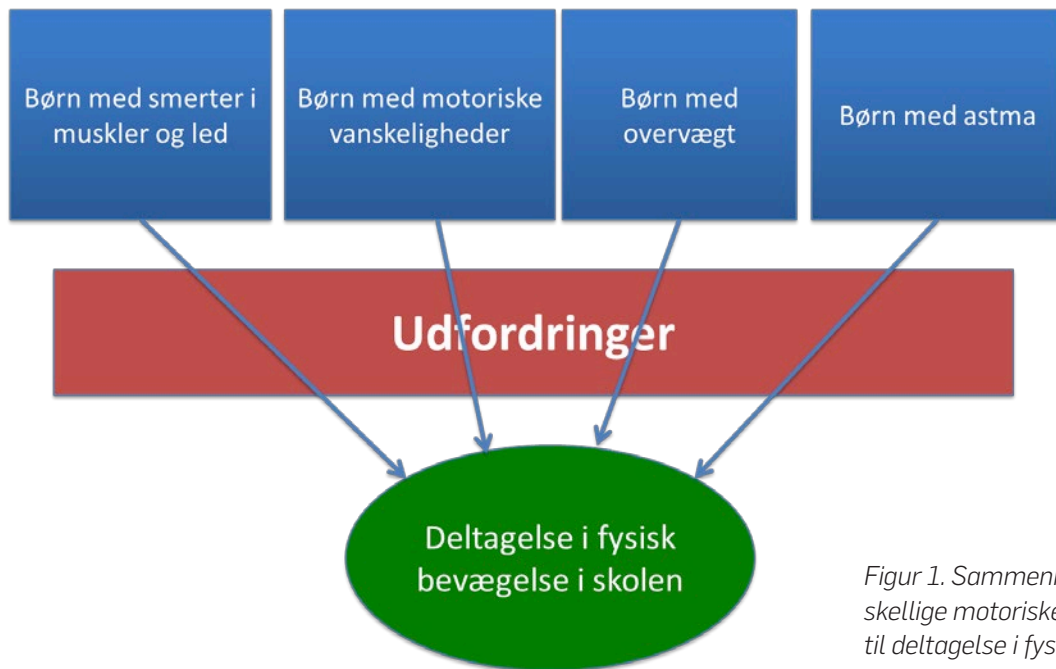


Studiet beskriver tre mulige udviklingsveje:

- 1) et fokus på professioner og individer, hvor der gennem kompetenceudvikling og bearbejdning af identitet kan skabes bedre grundlag for det didaktiske arbejde, 2) et styrket samarbejde med andre professioner, hvor faglighed, fælles mål og opgaveløsningen kan være vejen til samskabelse af ny praksis og udvikling af de professionelles identitet og 3) en bearbejdning af rammerne – særligt de organisatoriske, som en forudsætning for bedre samarbejde. Her lægges

op til en organisatorisk læringsproces, hvor nye værdier, teorier og praksis kan udvikles og forankres. Denne læringsproces skal understøttes, så der bliver en tydeligere vej fra de overordnede politiske krav og mål til praksisudvikling og forankring.

En komplet referenceliste kan downloades på <http://www.boerndefysioterapi.dk/Medlemmer/Born-i-Fokus/Referencelister/>



Figur 1. Sammenhæng mellem børn med forskellige motoriske udfordringer -og udfordringer til deltagelse i fysisk bevægelse i folkeskolen.