



Børns og unges motionsvaner og skole-forenings-samarbejder i otte kommuner

Oktober 2016

Af Kirsten G. Juul & Søren Østergaard, Center for Ungdomsstudier (CUR)

Indholdsfortegnelse

Opsummering	3
Indledning	6
Bevægelse i løbet af skoledagen	8
Bevægelse i undervisningen	14
Åben Skole	19
Kommunale rammers betydning for elevernes motionsvaner og skole-forenings-samarbejde	24
Metode	26
Litteratur	27

Opsummering

En undersøgelse foretaget blandt mere end 4000 elever i oktober 2015 og 3000 elever i maj 2016 indikerer, at der på stadig flere skoler arbejdes med at implementere en varieret undervisning, der kobler bevægelse og læring, og at flere foreninger vælger at byde ind på skolernes læringsdagsorden.

Konkret viser undersøgelsen, at:

- Flere elever bevæger sig **hyppigere og mere i løbet af en uge** – og ca. hver 10. elev bevæger sig mere end 45 minutter om dagen. De ældste elever bevæger sig generelt mindre end de yngre, men der er dog tegn på, at flere elever i udskolingen bevæger sig i længere tid ad gangen. En ud af fem elever bevæger sig stort set ikke.
- Eleverne oplever, at bevægelse i løbet af dagen er **positivt**. Hovedparten oplever, at de bliver mere klar til undervisningen, halvdelen af eleverne oplever, at de kommer i bedre form og får lyst til at dyrke mere idræt – det gælder særligt de yngre elever.
- **For hver fjerde elev er den aktive undervisning en integreret del** af hverdagen, mens halvdelen af eleverne sjældent lærer matematik eller dansk gennem krop og bevægelse. Jo ældre eleverne er, jo mindre bevægelse møder de i undervisningen. Flertallet sætter stor pris på bevægelse i løbet af en lang undervisningsdag – og en mindre gruppe angiver, at de lærer mere, når læring og bevægelse er koblet sammen.
- Mere end **hver tredje elev er blevet undervist af en underviser** fra en idrætsforening. Undervisningen finder primært sted i idrætstimen, men hver femte angiver, at den eksterne undervisning også er med til at understøtte andre fag. Åben Skole er altså på vej ind i skolehverdagen.
- Mere end **hver fjerde elev af dem**, der modtaget undervisning af en ekstern instruktør i skolen, begynder til den idræt, som de er blevet introduceret til. Det svarer i praksis til en ud af 10 elever. Undersøgelsen peger klart på Åben Skole som en oplagt satsning, hvis man ønsker at øge kendskabet til bestemte idrætsgrene.

Undersøgelsen peger på følgende udfordringer:

At få elever i udskolingen til at bevæge sig mere

Der eksisterer i mindre grad en kultur omkring det at koble bevægelser med elever i udskolingen. Plausible forklaringer er, at undervisningsstoffet er væsentligt mere komplekst i udskolingen – eller udtrykt lidt anderledes: Det er vanskeligt at løbe 'den kolde krig' eller en andengradsligning. Eleverne i udskolingen er i mindre grad vant til at have bevægelse i skolen; de kan opleve, at det er akavet, så for at undgå 'pinlighedsfaktoren', kan det være relevant at inddrage eleverne noget mere. Derudover er det vigtigt, at lærerne får mere lettilgængelig viden om, hvordan man integrerer bevægelse i undervisningen af udskolingselever, når der samtidig er et pensum at tage hensyn til.

At motivere de idræts-uvante elever

Der skal arbejdes målrettet med at få idrætsuvante elever i gang med at røre sig, således at man modvirker den tendens, hvor de i forvejen aktive elever bevæger sig mere, mens det ikke lykkes at knække koden i forhold til at få de mere idrætsuvante elever i gang med bevægelse. Det drejer sig i høj grad om at udvikle forskellige læringsarenaer, så både bogligt dygtige elever og elever, specielt piger, der oplever en usikkerhed omkring krop og bevægelse, kan udvikle sig og lære noget inden for en tryk ramme. Man kunne sætte fokus på progressionen i undervisningen ved i højere grad at invitere 'forenings-specialister' ind i undervisningen – trænere ville i højere grad kunne bidrage til at skabe forskellige læringsniveauer. At skabe den gode undervisningsdifferentiering stiller som bekendt store krav til organisering og forberedelse – manglende tid til især sidstnævnte er en stående udfordring på landets folkeskoler. Et fokus på dette lader imidlertid til at være en god investering i børn og unges motionsvaner og sundhed.

At hindre en stigende polarisering blandt skoler, foreninger – og elever

Undersøgelsen efterlader det indtryk, at der er ved at opstå en stigende polarisering blandt skoler, foreninger – og elever. De skoler, der særligt satser på bevægelse i skolen og skoleforeningsarbejdet, begynder at kvalificere deres arbejde og de foreninger, der deltager i Åben Skole, er ved at systematisere og professionalisere deres arbejde med skolerne. Til gengæld er der skoler, der har mange andre dagsordener end bevægelse, og der er foreninger, der har resigneret eller ikke oplever, at det er værd at sætte skolesamarbejde på dagsordenen. Den stigende polarisering blandt skoler og foreninger betyder i praksis, at der er en gruppe af elever, der vil opleve skoledagen som lang og stillesiddende – og som derfor i mindre grad får positive erfaringer med krop og bevægelse.

Kommunerne er en vigtig katalysator i bevægelsesdimensionen og for udbredelsen af Åben Skole

En god kommunal ramme er ikke svaret på alle udfordringer, men undersøgelsen peger på, at kommunal støtte, rådgivning og sparring kan 'tune' skole og foreninger til at møde nogle af de udfordringer, de står over for. Kommunerne igangsætter en positiv udvikling i forhold til følgende fire temaer:

- Uddannelse af lærere i forhold til at omsætte tanken om bevægelse til konkret virkelighed – i en presset hverdag, hvor fagmål, fokus på inklusion og oplevelsen af kortere forberedelsestid sætter nogle praktiske begrænsninger.
- Bevægelsesdimensionen og Åben Skole er én blandt mange dagsordener i skolen og foreningslivet – og hvis den skal blive til virkelighed, kræver det løbende italesættelse. Det indebærer systematiske forløb i forhold til opfølgende efteruddannelse af de lærere, der har været på kursus i bevægelse, forløb med foreningsledere, løbende input på møder for skoleledere og foreningsfolk.

- Ressourcerne er begrænsede i kommunerne, og det kan derfor være værd at satse strategisk. I en række af kommunerne betyder det, at man ret systematisk har valgt at satse på at samarbejde med de i forvejen velfungerende og ofte ret store idrætsforeninger for, at de kunne fungere som lokomotiver for at få samarbejdet med skolerne op at køre. Det kan også være med til at 'trække' de mindre foreninger med i Åben Skole. De fleste steder er man dog generelt opmærksomme på udfordringen i forhold til at få fat i de mindre foreninger – og det fremstår som næste prioritering.
- Når man taler med de foreninger, som endnu ikke er med i Åben Skole, er økonomi stadig en vigtig faktor. Der skal være tydelige rammer omkring ressourcerne i projektet. Gennemsigtighed, enkelthed og klare kriterier for tilskud er afgørende for, at også nogle af de mindre idrætter har mulighed for at være med.



Indledning

Folkeskolereformen har givet anledning til, at bevægelse i skolen og skole-foreningssamarbejdet er blevet sat højere på dagsordenen. Stadig flere skoleledere og lærere arbejder på at øge den varierede undervisning, hvor eleverne får mulighed for at bevæge sig – mens de lærer. Flere skoler og foreninger mødes og skaber gode initiativer med læringen i centrum. Elever får rørt sig, lærer matematik, fysik og dansk ved at bevæge sig – og foreningerne får synliggjort deres idrætsgrene.

Et par eksempler på dette er, at Odder Dykkerklub samarbejder med en skole om at udvikle praksisnær fysikundervisning, der gør, at eleverne får en konkret oplevelse af Archimedes Lov i praksis – de nedsænkes nemlig selv i vand og mærker de ofte ret abstrakte fysiske love på egen krop! På Skovvangsskolen i Favrskov Kommune har man – i samarbejde med 14 foreninger inden for store idrætter som håndbold og fodbold, men også nicheidrætter som bueskydning og karate – oprettet en idrætslinje, hvor elever har mulighed for at specialisere sig med seks lektioner om ugen og bl.a. blive introduceret til idrætsteori.

Skole og foreningslivet bevæger sig i stadigt stigende grad mod og med hinanden, og det er denne bevægelse, der sættes fokus på i denne undersøgelse, hvor vi ser nærmere på 3., 5. 7. og 9. klasses motionsvaner samt udviklingen i forhold til skole-foreningssamarbejdet.

Mere konkret har undersøgelsen til formål at belyse:

- Ændrer elevernes bevægelsesmønstre og idrætsvaner sig i takt med, at bevægelsesdimensionen i stadigt stigende grad er blevet en integreret del af hverdagen i landets skoler – eller er 'røv i sædet-kulturen' så stærk, at det reelt er vanskeligt at få bevægelse ind som en integreret del af undervisningen?
- Hvordan opleves Åben Skole af eleverne?
- Hvilken rolle spiller kommunale initiativer i forhold til udviklingen af elevernes idrætsvaner og skole-foreningssamarbejdet?

Undersøgelsen er en del af udviklingsprojektet *Skole og foreningsliv i bevægelse* (2015-2016), der har fokus på at få skole og foreningsliv til at arbejde sammen med henblik på, at stadig flere elever oplever glæden ved at bevæge sig i skole og foreningsliv. Udviklingsprojektet har til formål at udvikle konkrete inspirationsmaterialer og værktøjer, der medvirker til at gøre det enklere for idrætsforeninger og skoler at indgå samarbejdsprojekter, hvor bevægelse og læring er naturligt integreret. Undersøgelsen tager afsæt i otte kommuner: Aalborg, Hedensted og Svendborg, Slagelse, Randers, Favrskov, Furesø og Køge Kommune.

Herudover er det vigtigt at anføre, at der i undersøgelsen er forsøgt indlagt et elevperspektiv – det er slutbrugeren af alle de initiativer, som tages i kommunale forvaltninger, foreninger, skoler m.v., som vi har bedt om at give en aktuel tilbagemelding på, hvorvidt – og i givet fald på hvilken måde – de mange initiativer opleves at have konkret betydning i deres hverdag.

Målgruppen for rapporten

Målgruppen for rapporten er beslutningstagere, fritids- og idrætskonsulenter og andre, der beskæftiger sig med at udvikle rammer for bevægelse og idræt blandt børn og unge, og som ønsker at vide mere om bevægelsesdimensionen i folkeskolen og muligheder og barrierer for Åben Skole.

Kort om metode

Rapportens primære empiri stammer fra en større elevspørgeskemaundersøgelse, som blev gennemført i oktober/november 2015 med deltagelse af 4286 elever i 3., 5. 7. og 9. klasse og gentaget i april/maj 2016 med deltagelse af 3003 elever på samme klassetrin. Spørgeskemaundersøgelsen blev suppleret af interviews, dels med otte fritids- og idrætskonsulenter og 22 foreningsrepræsentanter i to omgange samt 13 elever i 3. til 6. klasse i foråret 2016 (se metode sidst i rapporten)

Hvordan er rapporten bygget op?

I rapportens **første afsnit** introduceres til bevægelse i løbet af skoledagen, det **andet afsnit** beskriver elevernes oplevelse af aktiv undervisning, det **tredje afsnit** beskriver elevernes oplevelse af Åben Skole, og det **fjerde og sidste afsnit** ser nærmere på kommunale rammers betydning for elevernes bevægelsesvaner og skole-forenings samarbejdet.



Bevægelse i løbet af skoledagen

Hvor meget bevæger elever i 3., 5., 7. og 9. klasse sig i løbet af en skoledag? Er der forskel på drenge, piger og klassetrin? Og hvad tænker eleverne om at bevæge sig i løbet af en skoledag, det vil sige den bevægelse, der ikke er omfattet af almindelige frikvarterer og kortere 'lufte'?

"Er bevægelse altid noget med høj puls?" – Hvad forstår eleverne ved bevægelse i løbet af skoledagen?

Interviewene indikerer, at eleverne, også de yngre, har en god fornemmelse af, hvornår man bevæger sig for 'sjov', hvornår man bevæger sig for at få en pause for at 'lufte hovedet', og hvornår man bevæger sig, fordi man skal lære et bestemt emne i dansk eller matematik¹.

Til eksempel sætter denne dreng ord på en situation, hvor der i en undervisningstime var tale om bevægelse, der ikke førte så meget læring med sig: *"Nogle gange fungerer vores hjerne bare ikke mere – vi har brug for at komme ud. Jeg spurgte min lærer i dansk, om vi ikke godt kunne bevæge os lidt mere.*

Så lavede han nogle lege, som ikke var så gode – vi lærte ikke så meget. De gik kun ud på, at man skulle lægge et viskelæder på hovedet, og så skulle man hoppe lidt. Det havde ikke så meget med dansk at gøre" (Dreng, 4. klasse).

Når man drøfter bevægelse i skoledagen med lærere – og specielt bevægelse i undervisningen – er vi ofte blevet mødt med det argument, at der reelt er kommet en del mere bevægelse ind i undervisningen, men at eleverne ikke altid oplever det som bevægelse, fordi de ofte forbinder bevægelse med 'høj puls'.

De elever, vi har interviewet omkring bevægelse i skoledagen, efterspørger imidlertid ikke kun aktiviteter med en puls på 180 og virker derudover gode til at skelne mellem 'bevægelse, der understøtter undervisningen' og så 'bevægelse for bevægelsens skyld'.

Flere børn og unge bevæger sig i løbet af skoledagen

Et af målene med folkeskolereformen er, at elevernes sundhed, motivation og læring skal styrkes ved at gøre motion og bevægelse til en integreret del af skoledagen. Målet er, at eleverne i gennemsnit bevæger sig i 45 minutter hver skoledag. Dette mål gælder for alle klassetrin med brede rammer for, hvordan bevægelse kan indgå i løbet af en skoledag. Bevægelse kan f.eks. indgå i selve fagundervisningen som en måde at understøtte den faglige læring på, det kan gøres som en del af den understøttende undervisning, f.eks. som et såkaldt bevægelsesbånd, og det kan foregå i samarbejde med lokale idrætsforeninger som en del af Åben Skole. Generelt gælder det, at bevægelse i løbet af skoledagen skal have et pædagogisk sigte (UVM 2014).

¹ Det har dog vist sig vanskeligt at spørge ind til så komplekst et begreb som bevægelse i et spørgeskema – især blandt de yngre elever. Vanskeligheden opstår især, når det forsøges at spørge ind til bevægelse, der varer mere end ganske kort tid.

Hvordan ser det ud med bevægelse i løbet af skoledagen? Og kan vi se en udvikling i takt med, at bevægelsesdimension i stadig stigende grad bliver en del af hverdagen på skolerne? Det giver tabel 1 en indikation af:

	Procent Oktober 2015	Procent Maj 2016
Dagligt	-	31,5
Mere end 2 gange om ugen	46,1	25,3
1-2 gange om ugen	29,7	22,5
Sjældnere	20,3	16,7
Aldrig	3,9	4,0
I alt	100,0	100,0

Tabel 1. *Hvor ofte bevæger du dig i løbet af skoledagen – udover i frikvarterer, hurtige 'luftere' m.v?*
1. runde, oktober 2015 og 2. runde, maj 2016. Procent.

Halvdelen af eleverne bevæger sig dagligt eller mere end to gange om ugen – ud over den tid, de er aktive i frikvartererne og i hurtige 'luftere' – og der er flere elever, der angiver at bevæge sig i løbet af skoledagen, hvis vi sammenligner oktober (46,1 pct.) med maj 2016 (56,8 pct.). Noget tyder således på en udvikling i retning af, at bevægelse så småt er ved at blive en del af elevernes hverdag.

Der er dog stadigvæk en forholdsvis stor gruppe på en ud af fem elever, der angiver, at de enten 'sjældnere' eller 'aldrig' bevæger sig. Denne gruppe består – som det fremgår af nedenstående – primært af elever i udskoling. Gruppen af inaktive elever er kun blevet marginalt reduceret i løbet af skoleåret 2015-16, hvilket indikerer, at der er behov for særlige initiativer, der kan få denne gruppe i gang med at bevæge sig.

De yngre bevæger sig mere end de ældre, men ...

Hvis vi dykker lidt ned i tallene, viser det sig, at der er en betydelig forskel på yngre og ældre elever. Jo ældre man er, jo mindre bevæger man sig.

68,5 pct. elever i 3. klasse angiver at bevæge sig mere end to gange om ugen, det gælder 60,3 pct. i 5. klasse, 46,5 pct. i 7. klasse og 40,5 pct. i 9. klasse. Knap halvdelen af eleverne i 9. klasse angiver, at de sjældent eller aldrig bevæger sig i løbet af skoledagen. Denne tendens lægger sig op ad andre undersøgelser, der peger på, at ældre elever i udskoling bevæger sig mindre (Nielsen 2015).

Det er dog vigtigt at se på udviklingen i perioden oktober 2015 til maj 2016, da tendensen ser ud til at gå i retning af, at der er flere elever i 9. klasse, der bevæger sig hyppigere i løbet af ugen. I

oktober 2015 bevægede 23,1 pct. sig mere end to gange om ugen. I maj 2016 ligger andelen på 40,5 pct. Der er altså tilsyneladende en udvikling at spore på folkeskolens ældste klassetrin.

Færre elever i udskoling bevæger sig, men der er en positiv udvikling i gang

Det er ikke kun bevægelsesfrekvensen, der er inde i en positiv udvikling, for som det fremgår af tabel 2, bevæger eleverne i udskoling sig også i stadig længere tid:

	7.-9. klasse (okt. 2015)	3.- 5. klasse (maj 2016)	7.-9. klasse (maj 2016)	Alle elever (maj 2016)
5-10 min	46,9	28,3	36,0	31,1
10-20 min	24,5	25,3	26,1	25,6
20-45 min	14,9	22,5	22,3	22,4
Mere end 45 min	13,8	23,9	15,6	20,9
I alt	100,0	100,0	100,0	100,0

Tabel 2. *Hvor lang tid bevæger du dig så? ...* Der blev anvendt en særlig tidsangivelse for 3.-5. klasse i oktober 2015, som ikke kan sammenlignes med 3.-5. klasse i maj 2016, og denne er derfor ikke præsenteret i tabellen. Blandt de elever, der angiver, at de bevæger sig i løbet af en uge eller sjældnere. Procent.

Tabellen giver en indikation af, at mindretallet af elever oplever en hverdag, hvor folkeskolereformens intentioner omkring bevægelse er udmøntet i praksis, mens over halvdelen af eleverne bevæger sig i mindre end 20 minutter, når de bevæger sig. Af metodiske årsager er det ikke muligt at angive udviklingen for 3.-5. klasse, mens det for 7.-9. klasse gælder, at stadig flere bevæger sig i længere tid af gangen – hvor 28,7 pct. i oktober 2015 angiver at bevæge sig mere end 20 minutter, når de bevæger sig, ligger tallet på 37,9 pct.

Hvis vi krydser tabel 1 og 2 og ser på, hvor mange elever, der bevæger sig 20-45 min. om dagen, drejer det sig om 8 pct. af eleverne. 10 pct. af eleverne bevæger sig *dagligt* mere end 45 minutter. Hvis vi ser på dem, der bevæger sig mere end 2 gange om ugen eller mere, er det 16 pct., der bevæger sig 20-45 minutter og 15 pct., der bevæger sig mere end 45 minutter.

10 pct. af alle elever bevæger sig dagligt mere end 45 minutter

Hvad er forklaringerne på, at yngre elever oftere oplever at bevæge sig mere end ældre elever? Der er mange plausible forklaringer, men det er oplagt at pege på nogle overordnede udviklingstræk i overgangen fra mellemtrin til udskoling. Tween-kulturen kan forstås som relationer koblet op på mere konkrete aktiviteter, herunder bevægelsesaktiviteter, mens teen-kulturen – specielt blandt pigerne – er karakteriseret ved, at relationer i højere grad er koblet sammen med det, man med en samlet betegnelse kunne omtale som 'kommunikation'. Dette skift har naturlig betydning for elevernes bevægelsesvaner – forstået på den måde, at man, jo ældre, man bliver, i

stadig højere grad går fra at *gøre* noget sammen til at *være* sammen. Hertil kommer, at det reelt er nemmere at finde på relevante bevægelsesaktiviteter i 3.-5. klasse. Som lærer vil man ofte opleve, at det kræver noget mere forberedelse at finde bevægelsesaktiviteter, der kan få ældre elever til at bevæge sig – og hvis man gerne vil integrere bevægelse i undervisningen, betyder den stigende kompleksitet i undervisningsstoffet, at det i stadigt stigende grad opleves som vanskeligt at koble undervisningen med relevante aktiviteter. Det er bare vanskeligere at løbe andengrads-ligninger end at løbe tre-tabellen!

Specielt de stadigt længere skoledage med behov for pauser kalder på en nytænkning af de bevægelsesaktiviteter, man som lærer har mulighed for at undervise i på de ældste klassetrin, herunder et stadig større fokus på differentiering af aktiviteter. Man kan måske her tænke i forskellige aktiviteter for dem, der er vant til meget bevægelse i fritiden og derfor ofte vil opleve sig i situationer med fokus på bevægelse – og så den gruppe, hvor det at bevæge sig ofte kan betyde, at man bliver trukket ud af sin naturlige komfortzone. Dansk Skoleidræts projekt *Kickstarter* er et eksempel på et projekt, der er målrettet mod at få eleverne i udskolingen til at bevæge sig mere (Idræt i skolen, nr. 1. 2015).

Nogle af de elever, vi har interviewet, peger selv på udfordringen i at få alle til bevæge sig – og angiver også mulige løsninger. To drenge foreslår at gentænke nogle af de fælleslege eller aktiviteter, som var populære i de yngre klasser: *"I pauserne går der måske fem fra klassen ud og spiller fodbold, og så sidder resten indenfor. Det er ikke så ... det er kedeligt"* og *"Jeg ved godt, at det lyder lidt latterligt, men måske skulle man indføre noget, der fungerer i de mindre klasser – fælleslege. Det fungerede rigtig godt. Alle var med ude. Nogle spurgte, inden pausen startede, om der var nogen af de andre, der ville med ud at lege dåseskjul – og så var 20 af 25 udenfor"* (Drenge, 6. klasse).

Selvom det lyder gammeldags, er ideen meget relevant, fordi en tilbagevenden til gamle lege også betyder en tilbagevenden til aktiviteter, hvor det store flertal føler sig trygge.

Bevægelse gør eleverne klar til undervisningen og skaber større koncentration

Vi spurgte eleverne om, hvad de får ud af at bevæge sig i løbet af skoledagen. Udbyttet ligger generelt på samme niveau i de to undersøgelsesrunder – se tabel 3:

	Procent Okt. 2015	Procent Maj 2016
Det er godt at få en pause	-	93,2
Jeg er mere klar til undervisningen i skolen, f.eks. matematik eller dansk	70,1	68,8
Jeg kan bedre koncentrere mig	-	67,6
Jeg kommer i bedre form	53,6	53,4

Jeg får lyst til at dyrke mere idræt	53,0	51,5
--------------------------------------	------	------

Tabel 3. *Hvad får du ud af at bevæge dig i løbet af skoledagen?* Procent, ja-besvarelser, 1. og 2. runde. Procent.

Det store flertal af elever angiver, at det i løbet af en stadig længere skoledag er godt med en pause. Syv ud af 10 elever angiver, at bevægelse gør dem mere klar til undervisningen i f.eks. matematik eller dansk. Eleverne oplever altså det her med, at et spil rundbold eller en anden fysisk aktivitet gør dem mere 'klare i hovedet', når de senere skal modtage anden form for undervisning, hvor skal koncentrere sig eller fordybe sig. Lidt mere end halvdelen af eleverne oplever, at de kommer i bedre form og får lyst til at dyrke mere idræt.

Der er på nogle af parametrene forskel på de enkelte klassetrin, som det ses af nedenstående tabel 4.

	3. klasse	5. klasse	7. klasse	9. klasse
Jeg er mere klar til undervisningen i skolen, f.eks. matematik eller dansk	71,1	73,3	65,2	58,0
Jeg kan bedre koncentrere mig	72,8	67,3	65,6	59,1
Jeg kommer i bedre form	73,5	57,8	35,6	25,8
Jeg får lyst til at dyrke mere idræt	63,0	58,0	38,5	31,0

Tabel 4. *Hvad får du ud af at bevæge dig i løbet af skoledagen?* Procent, ja-besvarelser, 1. og 2. runde. Fordelt på klassetrin.

Generelt oplever de yngre elever, at de får væsentligt mere ud af bevægelse i løbet af skoledagen. I 3.-5. klasse leger og bevæger man sig naturligt mere – og det smitter formentligt også af på, hvordan man oplever at kunne bevæge sig. Det er dog stadig mere end halvdelen af eleverne i udskolingen, der oplever, at det i forhold til den øvrige undervisning giver mening at have et 'break', som gør, at de oplever, at de bliver mere klar til undervisningen, og at de bedre kan koncentrere sig.

Lærerne mangler praksisorienteret viden om effekten af bevægelse

Eleverne sætter stor pris på bevægelse i løbet af skoledagen – det er vigtigt med pauser, og det gør dem mere motiverede i forhold til at modtage undervisning. Men hvordan kan det så være, at det alligevel forekommer så vanskeligt at få det til at fungere i praksis?

Vi har allerede peget på en række udfordringer, f.eks. at det er vanskeligt at finde relevante aktiviteter for elever i udskolingen. Hertil kommer naturligvis også, at man ikke blot i løbet af et enkelt år får ændret en indgroet 'røv-til-sæde-kultur', samt det faktum at bevægelsesdimension priorite-

res forskelligt ude på de lokale skoler. På nogle skoler har man simpelthen valgt at prioritere implementeringen af andre elementer i reformen frem for bevægelse (Schultz & Østergaard 2016). I vores interviews med de kommunale fritids- og idrætskonsulenter peger denne gruppe på en generel oplevelse af, at lærerne mangler konkret viden om effekten af bevægelsen i skolen, samt hvilken type af bevægelse, der er tale om – noget, denne konsulent sætter ord på: *Min vurdering er, at mange lærere savner mere hardcore viden om bevægelse: Hvilken type bevægelse er der tale om, hvornår skal bevægelsen ligge, hvilken intensitet skal det være, hvordan er det præcist, at motorik har en effekt på læring, hvordan reagerer hjernen, når kognition kobles med sanseoplevelser? Der ligger massiv viden om disse ting, men detaljerne finder aldrig vej til den offentlige debat. Denne reduceres i stedet til spindoktor-agtige udtryk som f.eks. 'en længere og mere varieret skoledag' (...)" (Fritidskonsulent).*

Generelt udtrykker fritidskonsulenterne to behov blandt lærerne, for det første at få mere viden om, hvordan læring og bevægelse hænger sammen, og for det andet idéer til, hvordan man skal omsætte denne viden i undervisningen, så der ikke puttes lidt matematik eller dansk på bevægelsen – men så bevægelse integreres i henholdsvis de enkelte fag og den tværfaglige undervisning.

For at sætte fokus på bevægelse i løbet af skoledagen – herunder få formidlet den massive viden omkring sammenhængen mellem bevægelse og læring, har man i en række kommuner uddannet bevægelseskoordinatorer. De første erfaringer herfra har været, at det i år 1 med skolereformen har været svært for disse at få fodfæste, mens erfaringen fra år 2 med skolereformen er, at der i stigende bliver lyttet til deres budskab.

Stadig et stykke vej til de 45 minutter – opsummering

Bevægelse er så småt på vej ind i skoledagen. Flere elever bevæger sig hyppigere og mere i løbet af en uge – og ca. 20 pct. af eleverne angiver at bevæge sig mere end 20 minutter om dagen og halvdelen af denne gruppe, 10 pct., bevæger sig mere end 45 minutter. Der er generelt forskel på de yngre og ældre klassetrin, hvilket formentlig kan relateres til, at der i mindre grad er en kultur omkring det at koble bevægelse med elever i udskolingen. Der er dog tegn på, at flere elever i udskolingen så småt er begyndt at bevæge sig i længere tid ad gangen.

Bevægelse i løbet af skoledagen er en positiv oplevelse for eleverne. Hovedparten oplever, at de bliver mere klar til undervisningen, halvdelen af eleverne oplever, at de kommer i bedre form og får lyst til at dyrke mere idræt – det gælder især de yngre elever og blandt drengene.

Den store udfordring er, at én ud af fem elever stort set ikke bevæger sig – dem skal der arbejdes målrettet med at få i gang med at røre sig, således at man modvirker de små tegn på polarisering, hvor eleverne på de i forvejen aktive skoler, bevæger sig mere og mere, mens man på et lille mindretal af skoler ikke lykkedes med at få knækket bevægelseskoden.

Bevægelse i undervisningen

I anden undersøgelsesrunde blev eleverne spurgt om deres oplevelse af aktiv undervisning, det vil sige, om de har en oplevelse af, at de får mulighed for at bevæge sig i f.eks. dansk- eller matematikundervisningen.

Interviewene peger på, at der blandt eleverne er en bevidsthed om, at der med folkeskolereformen er tænkt bevægelse ind i undervisningen, og at man derfor også er ret bevidst om, hvorvidt man har mere eller mindre bevægelse, end hvad man umiddelbart kunne forvente: *”Vi bevæger os ikke så meget i timerne. Vores matematiklærer kan godt sige, at vi skal ud og tælle biler, fordi vi skal have statistik. Men ellers er det kun ’røv til sæde’. I natur og teknik kan vi også godt have noget ’quiz og byt’, men det er det. Her får man et spørgsmål og skal svare, og så bytter man plads med sin makker, f.eks. hvad er to plus to, så svarer han fire, og så bytter man. Og så bevæger man sig rundt i klassen, mens man snakker. Men der er ikke så meget bevægelse, som de sagde, der ville være i reformen”* (Dreng, 6. klasse).

Selvom eleverne således kan opleve, at deres forventninger til såvel bevægelse generelt som bevægelse i undervisningen, ikke er blevet opfyldt, er der alligevel en stor andel, der oplever, at bevægelse er en del af undervisningen – se tabel 5:

	Procent (maj 2016)
Dagligt	10,4
Mere end 2 gange om ugen	14,9
1-2 gange om ugen	20,5
Sjældnere	34,3
Aldrig	8,6
Ved ikke	11,2
I alt	100,0

Tabel 5. *Hvor ofte præsenteres du for aktiv undervisning, f.eks. hvor du bevæger dig i matematik eller dansk-undervisningen?* Alle elever, 2. runde (spørgsmålet blev ikke stillet i 1. runde). Procent.

Hver fjerde elev oplever bevægelse i undervisningen dagligt eller mere end to gange om ugen – og ca. halvdelen af eleverne (45,8 pct.) oplever bevægelse i undervisningen minimum én gang om ugen. Omvendt peger en næsten lige så stor gruppe (42,9 pct.) på, at de stort set aldrig oplever en kobling mellem undervisning og bevægelse.

For en mindre gruppe af elever er den aktive undervisning ved at blive en naturlig del af hverdagen. Erfaringerne med disse elever er vigtige at få formidlet, således at en noget større andel af danske skoleelever får lært dansk, engelsk, matematik eller fysik ved at bruge deres krop – frem for at sidde stille på en stol.

Igen er der betydelig forskel på klassetrinene – se tabel 6:

	Dagligt	Mere end 2 gang om ugen	1-2 gange om ugen	Sjældnere	Aldrig	Ved ikke	I alt
3. klasse	14,8	21,8	24,6	18,1	2,2	18,5	100,0
5. klasse	10,8	16,1	20,5	35,0	7,0	10,5	100,0
7. klasse	8,0	8,9	19,1	46,8	10,3	6,9	100,0
9. klasse	3,9	7,4	13,7	46,6	24,2	4,2	100,0

Tabel 6. Hvor ofte præsenteres du for aktiv undervisning, f.eks. hvor du bevæger dig i matematik- eller danskundervisningen? Fordelt på klassetrin. 2. runde (spørgsmålet blev ikke stillet i 1. runde). Procent.

Elever i de ældre klasser oplever i mindre grad aktiv undervisning end elever på yngre klassetrin. Som nævnt er der betydelige udfordringer forbundet med at koble undervisning i udskolingen med krop og bevægelse. En fritidskonsulent anfører to hovedudfordringer i forhold til at introducere aktiv undervisning i de ældste klasser. Den ene udfordring relaterer sig til, at elever i de ældre klasser er uvante med bevægelse i undervisningen, og at der derfor kan opstå en 'pinlighedsfaktor': *"For elever, som vokser op med reformen og bliver vant til brain-breaks, o-løb osv., bliver bevægelsen en naturlig del af hverdagen, og man kan formode, at det bliver lettere at lave bevægelsesøvelser med dem, når de kommer i de store klasser. De nuværende teenagere opfatter øvelserne som lidt latterlige og irrelevante, og det kan være pinligt over for kammeraterne at engagere sig i dem – paradoksalt nok klager de selv samme elever over, at de bevæger sig for lidt i skoletiden"* (Fritidskonsulent).

Ældre elever oplever i mindre grad aktiv undervisning end yngre elever

Den anden udfordring relaterer sig til at sikre et tilstrækkeligt fagligt niveau, og hvordan man inkorporerer det almindelige pensum i øvelser, hvor kroppen er med: *"Særligt lærere i de store klasser anfører, at det er svært at gøre bevægelse meningsfuld for eleverne. Altså, man oplever at bevægelsen helst skal have et tydeligt formål, der relaterer til det faglige indhold i øvelsen. Hentediktater m.m. har ikke tyngde nok og tager for lang tid i forhold til det faglige resultat"* (Fritidskonsulent).

Der er mange gode forklaringer på, at det er vanskeligere at integrere bevægelse i undervisningen i udskolingen. Det kan hænge sammen med, at eleverne generelt bevæger sig mindre, stoffets stigende kompleksitet, 'pinlighedsfaktoren', en nedarbejdet undervisningstradition, lærernes oplevelse af at være presset på forberedelsestid, manglende konkret viden omkring implementering af bevægelse i undervisning m.v. Her er det dog vigtigt at pege på, at en ud af fem elever i 9. klasse oplever, at de hver dag bevæger sig i undervisningen, hvilket peger på såvel potentialet som udfordringen i at få formidlet 'best practice', der udfoldes på en lang række skoler.

Aktiv undervisning er sjovt, giver et godt break, og man lærer – som regel – noget!

Det er ikke nok at få integreret bevægelse i undervisningen – eleverne skal jo også helst opleve, at de får noget ud af undervisningen! Tabel 7 giver en indikation af udbyttet blandt de elever, der bevæger sig i løbet af undervisningen.

	Procent (maj 2016)
Det er sjovt	75,7
Det er et godt break i undervisningen	55,2
Jeg lærer mere i undervisningen	31,1
Det har jeg ikke tænkt over	10,1
Det virker mærkeligt	5,5
Det ved jeg ikke	4,2
Det er spild af tid	4,0

Tabel 7. *Hvad synes du om at bevæge dig i løbet af undervisningen?* Der kunne sættes flere krydser. 2. runde (spørgsmålet blev ikke stillet i 1. runde). Procent.

”Det er sjovt”

75,7 pct. af eleverne mener, at aktiv undervisning er sjovt. Eleverne bliver ivrige under interviewene, når de skal fortælle om – eller demonstrere – hvilke aktiviteter, de kan finde på at lave i undervisningen. Eleverne fremhæver ofte som det første, at aktiv undervisning ikke foregår i et klasselokale, men at det som regel foregår uden for i den friske luft. For det andet fremhæves konkurrenceelementet; at man kan løse en opgave hurtigere end de andre på holdet, og som det tredje griner man noget mere, end når man sidder stille i et klasselokale og løser en opgave. Hvis vi kigger nærmere på tallene, viser det sig, at de elever, der bevæger sig mest, også er den gruppe, der oplever, at det er sjovest.

”Det er et godt break i undervisningen”

At få sin krop med i undervisningen opleves for 55,2 pct. af eleverne som en god pause. At sætte hjernen på standby for en kort stund er med til at skabe en større koncentrationsevne: *”Det er dejligt at komme til at bevæge sig, når ens hoved er fyldt med alle mulige ting. Man kommer bare ud i den friske luft og tænker på noget andet. Og så kan man bedre koncentrere sig i timen”* (Dreng, 5. klasse). Når vi taler med eleverne om at bevæge sig i undervisningen, knytter deres første kommentarer sig ofte til det at komme udenfor: *”Der bliver næsten aldrig luftet ud i lokalerne, så det er så rart at komme uden for i løbet af en lang skoledag”* (Dreng, 6. klasse). I lighed med denne dreng udtrykker andre elever også det befriende i, at bevægelse knytter sig til, at man ofte kommer væk fra en tung luft i klasselokalene.

”Jeg lærer mere i undervisningen”

31,1 pct. oplever, at de lærer mere, når de bevæger sig i undervisningen. To drenge i 6. klasse fortæller om, hvordan det her med læring og bevægelse hænger sammen for dem: *”I natur/teknik er*

der normalt meget bevægelse – tit i de sidste 20 minutter af timen. Jeg kan rigtig godt lide, når vi både bevæger os og lærer noget. Man kan også nogle gange bruge hele timer på at lave ”find 2 learn”, hvor man løber rundt til forskellige poster. Det er faktisk rigtig godt. Man løber rundt med mobilen og svarer på forskellige spørgsmål. Men nogle gange er det lidt svært, hvis vi er fem i gruppen, fordi så er der måske bare én, der løber, og de andre går bare langsomt bagved” (Dreng, 6. klasse). Drengen betoner, at han selv helt kan ’fortabe’ sig i en bevægelsesaktivitet – han får noget ud af det! – men at det også kræver en god organisering af læreren at få alle med.

Det lader til, at bevægelsesdimensionen i den fagfaglige undervisning ofte knytter sig til konkrete fag som naturteknik og matematik. Eleverne fortæller primært om øvelser, eksempelvis matematik, hvor man løber og ’dør’, hvis man ikke når at sige næste tal i syv-tabellen, eller at man fysisk skal placere sig, alt efter hvad et regnestykke giver: ”I matematik er vi tit udenfor. Så kan man løbe over til et bestemt tal i midten. Vi trænes i at blive hurtige til at regne. Vores lærere taler tit sammen om, hvis der er nogle lege, der er gode, så eleverne ikke altid får de samme lege. De kan også have matematik med en anden klasse og lave nogle lege med dem, hvor lærerne så sammen har planlagt, hvad vi skal lave. Det er sjovt” (Pige, 6. klasse).

Forskel på yngre og ældre elever

Som vi så i afsnittet omkring bevægelse i løbet af skoledagen, er der forskel på oplevelsen af udbyttet af bevægelse i løbet af skoledagen – afhængigt af de enkelte klassetrin:

	3. klasse	5. klasse	7. klasse	9. klasse
Det er sjovt	84,2	76,9	72,1	57,7
Det er et godt break i undervisningen	45,3	53,0	70,8	76,8
Det virker mærkeligt	5,6	2,9	4,6	14,7
Det er spild af tid	2,6	2,6	5,0	9,6

Tabel 8. ”Hvad synes du om at bevæge dig i løbet af undervisningen? 2. runde (spørgsmålet blev ikke stillet i 1. runde). Fordelt på klassetrin. Procent.

Forskellen mellem yngre og ældre elever afspejler, hvad vi har set tidligere i afsnittet – dog med den undtagelse, at når vi spørger direkte ind til oplevelsen af bevægelse i selve undervisningen, giver flere ældre end yngre elever udtryk for, at de oplever, at det er et ”godt break i undervisningen”. Forskellen kan formentligt relateres til, at bevægelse i undervisningen opleves som mere ’anderledes’ end i 3.-5. klasse, hvor man generelt bevæger sig mere. Samtidig kan forskellen på dette punkt måske relateres til, at skoletrætte elever hilser en anderledes form for undervisning velkommen.

Når det bliver bevægelse for bevægelsens skyld – om behovet for progression

Nogle elever pointerer, at det, man lærer i en bevægelsesaktivitet, kan blive fagligt for nemt – selvom det stadigvæk er sjovt at være med: ”Når vi bevæger os, er det nok mere fordi, vi skal bevæge os – end det er fordi, vi skal lære noget. Nogle gange laver vi nogle øvelser i matematik, hvor

vi bevæger os – og så putter vores lærer lidt matematik ind i det – selvom vi måske ikke lærer så meget. Første gang vi har sådan en øvelse, kan man godt lære noget, måske også anden gang – men ikke rigtigt tredje gang. Men det er stadigvæk sjovt – jeg kan stadigvæk godt lide det. Det er meget bedre end at sidde stille” (Dreng, 5. klasse).

Det er vigtigt at være opmærksom på, at undervisningsdifferentiering også skal tænkes ind i bevægelsesdimensionen. Ofte vil bevægelse i undervisningen tage udgangspunkt i ’mindste fællesnævner’ forstået på den måde, at alle skal have mulighed for at være med uden at falde igennem. Dette i udgangspunkt sympatiske afsæt betyder dog også, at den store andel af eleverne angiver, at bevægelse i undervisningen er sjovt, men også at de reelt ikke lærer det store.

For dem bliver det i høj grad bevægelse for bevægelsens skyld – hvilket de sagtens kan leve med – forstået på den måde, at kun meget få angiver, at der er tale om spild af tid, men det peger på en udfordring i forhold til at udvikle bevægelsesaktiviteter, der også udfordrer de dygtigste elever.

Stor forskel på udbredelsen af aktiv undervisning – opsummering

Hver fjerde elev oplever bevægelse i undervisningen dagligt eller mere end to gange om ugen, hver femte en-to gange om ugen og fire ud af 10 elever sjældnere eller aldrig. For et mindretal af eleverne er den aktive undervisning en integreret del af hverdagen – mens en stor gruppe af elever sjældent lærer f.eks. matematik eller dansk gennem krop og bevægelse.

Jo ældre eleverne er, jo mindre bevægelse møder de i undervisningen. Naturlige forklaringer er, at stoffet bliver stadig mere komplekst – det er svært at løbe Påskekrisen eller Ohm’s lov. En ud af fem elever i 9. klasse oplever dog, at de dagligt bevæger sig i undervisningen – og det er måske på de skoler, hvor man skal lede efter inspiration til en generel mobilisering af de ældste elever.

Det store flertal af elever sætter pris på bevægelse i undervisningen. Flertallet oplever, at det er et kærkomment break i løbet af en lang skoledag, mens en mindre gruppe angiver, at de lærer mere, end de normalt gør. En del af tænkningen omkring bevægelse i undervisningen er at udvikle formater, der understøtter forskellige læringsstile og arenaer, således at flest mulige lærer mest muligt. At kun ca. en ud af tre elever angiver, at de lærer mere, bør således ikke give anledning til bekymring – men omvendt kunne tallet måske pege på den udfordring, der ligger i at udvikle bevægelsesaktiviteter, der også udfordrer dem, der i forvejen trives med en mere traditionel tilgang til undervisning.

Åben Skole

Folkeskolereformen indebærer, at skolerne skal indgå et samarbejde med det omkringliggende samfund – f.eks. idrætsforeninger, det lokale erhvervsliv, musik- og billedskoler, ungdomsskolen m.v. Formålet med Åben Skole er at give værdi til både den fagopdelte og understøttende undervisning – den skal bidrage til variation i skoledagen og til at differentiere undervisningen, så hver enkelt elevs faglige niveau udfordres (UVM, Bekendtgørelse af lov om Folkeskolen, § 3, stk. 4-5).

Spørgsmålet er så, i hvilket omfang man lykkes med at få etableret disse samarbejder og i hvilket omfang, slutbrugerne – altså eleverne – oplever, at deres faglige niveau udfordres?

I undersøgelsen spurgte vi eleverne om, hvorvidt de i indeværende skoleår (2015/2016) har haft en underviser fra en idrætsforening eller klub til at undervise dem – se tabel 9:

	Procent
Ja, flere gange	16,5
Ja, 1 gang	19,5
Nej	40,8
Kan ikke huske	23,2
I alt	100

Tabel 9. Har du i dette skoleår haft en underviser fra en idrætsforening eller klub, f.eks. en gymnastik- eller fodboldtræner? Alle elever. 2. runde (spørgsmålet blev ikke stillet i 1. runde).

Åben Skole-samarbejdet er så småt at være ved at blive en del af hverdagen på skolerne. En ud af tre elever (36 pct.) angiver, at de er blevet undervist af en træner/instruktør fra en idrætsforening. Som det fremgår af tabel 10, lader der til at være en vis forskel på brugen af eksterne instruktører på henholdsvis mellemtrinnet og i udskolingen:

	3.-5. klasse	7.-9. klasse
Ja, flere gange	19,1	12,5
Ja, 1 gang	17,5	22,6
Nej	38,6	44,8
Kan ikke huske	24,8	20,6
I alt	100,0	100,0

Tabel 10. Har du i dette skoleår haft en underviser fra en idrætsforening eller klub, f.eks. en gymnastik- eller fodboldtræner? Fordelt på 3.-5. klasse og 7.-9. klasse. 2. runde (spørgsmålet blev ikke stillet i 1. runde).

Som det fremgår, oplever eleverne på mellemtrinnet oftere at møde eksterne instruktører. Der kan være flere forklaringer på dette forhold, f.eks. at foreningerne har nemmere ved at introducere gode og sjove aktiviteter til børn i 3.-5. klasse, at foreningerne er bevidste om, at chancen for at rekruttere medlemmer er større på mellemtrinnet end i udskolingen, samt det nok også er vanskeligere at finde instruktører til at undervise i udskolingen, hvor man erfaringsmæssigt typisk oplever flere uengagerede og demotiverede elever end på mellemtrinnet.

Hovedparten af denne form for undervisning finder fysisk sted på skolen (59,7 pct.) – formentlig fordi det rent praktisk er det nemmeste. Skolen er geografisk tæt på, eleverne er i deres komfortzone, og lærerne kan forholdsvist nemt etablere nogle rammer om undervisningen. Et ud af fire møder med en ekstern instruktør (27 pct.) sker dog på 'udebane' – forstået på den måde, at eleverne besøger basketball- eller fodboldklubben.

Idrætsforeninger er også med til at understøtte andre fag end idræt!

Det er oplagt, at idrætsforeninger byder ind med aktiviteter som en del af idrætsundervisningen, men som det fremgår af tabel 11, er det dog ikke altid tilfældet:

	Procent
I idrætstimen	65,2
I et andet fag end idræt	19,2
På en fælles motions- eller idrætsdag	14,4
I løbet af en temauge	7,7

Tabel 11. *Hvornår foregik undervisningen?* Der kunne sættes flere krydser. 2. runde (spørgsmålet blev ikke stillet i 1. runde).

To ud af tre elever (65,2 pct.) angiver, at undervisningen med en ekstern instruktør fandt sted i løbet af idrætstimen. Interessant er det dog, at 19,2 pct. af eleverne angiver, at idrætsforeningen er med til at understøtte et andet fag end idræt². Hver femte elev af de elever, der er en del af Åben Skole-samarbejdet, oplever altså, at de eksempelvis kan lære matematik ved at beregne balistiske baner eller fysik ved at opleve trykforskelle, når man dykker.

Og hvad er 'effekten' af eksterne instruktører i undervisningen? Tabel 12 giver en indikation af elevernes oplevelse af mødet med en ekstern instruktør:

	Procent
Det var sjovt	71,0
Det var sjovt at prøve en anden idræt end normalt	45,7
Jeg lærte mere, end jeg normalt gør	35,6
Jeg fik lyst til at dyrke den idræt, vi blev undervist i	21,8
Det var kedeligt	4,8

Tabel 12. *Hvordan oplevede du at blive undervist af nogen fra idrætsforeningen?* Der kunne sættes flere krydser. 2. runde (spørgsmålet blev ikke stillet i 1. runde).

De fleste elever har en god oplevelse af at blive undervist af nogle fra idrætsforeningen. At blive undervist af andre undervisere end normalt er et sjovt afbræk fra hverdagens rutiner (Pless & Kofoed 2016). 71 pct. af eleverne oplever, at det var sjovt. Nogle af vores besøg på skoler indikerer også, at eleverne lærer noget nyt ved at møde undervisere med en anden faglig baggrund. Hver

² Det har ikke været muligt at bede eleverne om at skelne mellem andre fag og understøttende undervisning.

tredje elev af dem, der er blevet undervist af en ekstern instruktør angiver da også, at de lærte mere, end de normalt gør (35,6 pct.). Det er vanskeligt at måle læring ud fra en elevrapport – men den anderledes undervisning har tilsyneladende gjort en forskel for en gruppe af elever.

I interviewene fortæller eleverne om, at det er *”sjovt at prøve noget, man ikke har prøvet før”* – hvis man vel at mærke er tryk ved det: *”Det er fedt, at vi får rigtig undervisning af en, der har styr på det. Og så er det jo bare sådan lige, om man har interessen for det eller ej. Men det er fedt at prøve noget nyt”* (Piger, 6. klasse).

Der er indikationer på, at der er forskel på oplevelsen af udbyttet – afhængigt af, i hvilken situation undervisningen foregik.

Der er flere elever, der angiver, at de fik lyst til at dyrke idrætten, og at det var sjovere at prøve en anden idræt end normalt blandt de elever, der angiver, at de mødte den eksterne underviser i et *andet fag end idræt/ i løbet af en temauge – i sammenligning med dem, der ikke har oplevet dette*. Blandt elever, der er blevet undervist i løbet af en motions- eller idrætsdag, er der flere, der angiver, at det var sjovere at prøve en anden idræt end normalt. Den positive respons udmønter sig dog ikke i en større tilbøjelighed til at afprøve idrætten i praksis i sammenligning med, hvis man ikke har angivet de nævnte tilgange³.

Blandt de elever, der er blevet undervist af en ekstern underviser, begynder mere end hver fjerde elev til idrætten

Set fra et foreningsperspektiv er det særligt interessant, at én ud af fem (21,8 pct.) elever angiver, at de blev nysgerrige i forhold til den idræt, de blev undervist i – og noget tyder på, at det for eleverne ikke kun forbliver ved nysgerrigheden.

Vi bad eleverne angive, om de er begyndt til en idræt, som de *”har lært at kende”*⁴ i skolen. I 1. runde angav 28 pct., at de er begyndt til en idræt, som de blev introduceret til i skolen. I 2. runde er 26 pct. begyndt at dyrke den idræt, de blev undervist i af en ekstern underviser. Undersøgelsen indikerer således, at mere end hver fjerde elev af dem, der er blevet introduceret til ny idræt i skolen, rent faktisk vælger at begynde til en ny idræt i fritiden – det svarer i praksis til ca. 10 pct.

Når man ser på, hvilke elever der påbegynder en ny aktivitet som konsekvens af deres møde med en ekstern underviser, er det måske næppe specielt overraskende primært de yngste elever, der angiver dette – se tabel 13:

³ Fordi der er tale om et åbent spørgsmål med flere svarmuligheder, sammenlignes der med, om man har prøvet en given tilgang eller ikke – og ikke med de øvrige tilgange.

⁴ I første undersøgelsesrunde lød spørgsmålet: Er du begyndt at gå til en idræt, som du har lært at kende i skolen? I anden undersøgelsesrunde lød spørgsmålet: Har undervisningen af en underviser fra en idrætsforening betydet, at du er gået i gang med at dyrke den idræt, han/hun fra foreningen eller klubben underviste i?

	Ja	Nej	Ved ikke
3.-5. klasse	34,9	45,6	19,5
7.-9. klasse	12,8	76,3	10,9

Tabel 13. Har undervisningen betydet, at du er gået i gang med at dyrke den idræt, han/hun fra foreningen eller klubben underviste i? Fordelt på 3.-5. klasse og 7.-9. klasse. 2. runde.

Af de en ud af tre elever i 3.-5. klasse (36,6 pct.), der har oplevet besøg af en ekstern instruktør, er der 34,9 pct., der har valgt at begynde at gå til den idræt, de er blevet introduceret til – med andre ord i 'runde tal' – lidt mere end én ud af 10 elever. Tilsvarende gælder det, at ud af de 37,1 pct. elever i 7.-9. klasse, der er blevet undervist af en ekstern instruktør, er 12,8 pct. gået i gang med at dyrke den pågældende aktivitet – med andre ord ca. fire pct. af eleverne. Der er mange plausible forklaringer på denne store forskel i forhold til, hvor mange af eleverne der bliver rekrutteret til de idrætter, de bliver introduceret til: For det første er eleverne i 3.-5. klasse i en fase, hvor de genovervejer den aktivitet, de aktuelt er en del af (Pilgaard 2016). For det andet er de ældre elever på vej til at forlade foreningslivet. Hertil kommer, at foreningernes aktiviteter i forhold til de ældste klasser ofte har karakter af events, mens aktiviteterne målrettet de yngste elever i højere grad har karakter af forløb, som viser sig at fungere væsentligt bedre, hvis sigtet med foreningens engagement er rekruttering af nye medlemmer (Juul & Østergaard 2015).

Blandt de elever, der er blevet undervist af en ekstern underviser, begynder mere end hver fjerde til idrætten

Når man ser på, hvilke idrætter eleverne bliver aktive indenfor, tegner der sig et ret klart mønster i retning af, at eleverne typisk vælger at begynde til de mere traditionelle idrætter (68 pct.). En helt naturlig forklaring på dette er den omstændighed, at de traditionelle idrætter, qua deres størrelse og geografiske udbredelse, naturligt fylder mest i Åben Skole. Alligevel er det værd at hæfte sig ved, at ca. hver tredje elev i den gruppe, der introduceres til en ny idræt i skolen, begynder til en 'nicheidræt' – og blandt eleverne i 9. klasse, er det faktisk flertallet, der vælger at blive aktiv inden for en såkaldt 'nicheidræt' – se tabel 14:

	Store idrætter	Mindre idrætter
3. klasse	78	22
5. klasse	67	33
7. klasse	65	35
9. klasse	46	54

Tabel 14. Er du i din fritid begyndt at dyrke en ny idræt, som du har lært at kende henne i skolen? Fordelt på klassetrin. Procent. 1. runde.

Tabel 14 indikerer, at der i forbindelse med 'Åben Skole' er et rekrutteringspotentiale for såvel de store traditionelle idrætter, som de mindre, mere 'nicheagtige' idrætter – 70-30 i de store idrætters favør – men at dette forhold ændrer sig i takt med, at eleverne bliver ældre.

Åben Skole er på vej – opsummering

Mere end hver tredje elev er blevet undervist af en underviser fra en idrætsforening. Undervisningen finder primært sted i idrætstimen, men hver femte angiver, at den eksterne undervisning også er med til at understøtte andre fag.

Mere end hver fjerde elev begynder til en idræt, som de er blevet introduceret til i skolen – og undersøgelsen peger klart på Åben Skole som en oplagt satsning, hvis man ønsker at øge medlemstallet! Men det er dog ikke helt ligegyldigt, hvordan man griber tingene an. Chancen for succes er væsentligt større, hvis man tænker i forløb snarere end i events.



Kommunale rammers betydning for elevernes motionsvaner og skoleforeningssamarbejdet

I dette afsnit vil vi vurdere kommunale rammers betydning for idrætsvaner og skoleforeningssamarbejdet. Vi vil løbende præsentere nogle opmærksomhedspunkter, som kan være vigtige at have for øje, når man fra kommunalt hold involverer sig i bevægelsesdimensionen og i samarbejdet mellem skole og idrætsforeninger.

Uddannelse, systematiske forløb, strategiske prioriteringer og økonomi

Der er mange lokale forhold, der har betydning for, hvorvidt man er lykkedes med at få sat bevægelse på dagsordenen i skolerne – adgangen til faciliteter, skoledernes prioriteringer, den lokale historie for samarbejde mellem skoler og foreningsliv, kommunens størrelse m.v.

Når man beder kommunerne om at pege på, hvad der virker i forhold til at sætte fokus på bevægelse i skoledagen, øge den aktive undervisning og samarbejdet mellem skole og foreninger, er der bred enighed om følgende fire overordnede temaer:

- *Uddannelse af lærere* er et helt centralt omdrejningspunkt, og det er vigtigt, at uddannelsen – udover viden omkring sammenhængen mellem bevægelse, trivsel og læring – også er praksisorienteret og gerne følges op af konkrete koncepter, der gør, at lærerne – i en presset hverdag – har mulighed for at gøre de mange fine intentioner om bevægelsen til konkret virkelighed.
- *Systematiske forløb* i forhold til opfølgende efteruddannelse af de lærere, der har været på kursus i bevægelse, forløb med foreningsledere, løbende input på møder for skoleledere og foreningsfolk m.v. er helt centralt. Bevægelsesdimensionen og Åben Skole er én blandt mange dagsordener i skolen og foreningslivet – og hvis de skal forankres, kræver det løbende italesættelse.
- *Strategiske prioriteringer* handler om en erkendelse af, at ressourcerne er begrænsede, og at det gælder om at få sat en proces i gang. I en række af kommunerne betyder det, at man ret systematisk har valgt at satse på at samarbejde med de i forvejen velfungerende og ofte ret store idrætsforeninger med henblik på, at de kan fungere som lokomotiver i forhold til at få samarbejdet med skolerne op og køre. Udfordringen med denne tilgang er, at det ofte betyder, at eleverne tilbydes en ret begrænset palet af idrætter – og ofte nogen, de allerede har prøvet kræfter med. I kommunerne er man opmærksom på dette, og i fase 2 arbejder man nu med – med afsæt i de erfaringer, man har gjort sig omkring samarbejdet mellem de store idrætsforeninger og skolerne – at sætte fokus på at få de mindre idrætter sat i spil.
- *Økonomi er vigtig*. Hvis man ønsker at få en bred gruppe af idrætsforeninger til at være en del af Åben Skole, er det afgørende vigtigt, at der er tydelige rammer omkring økonomien i

projektet. Der, hvor det klart fungerer bedst, er der, hvor foreningerne kan søge en kommunal pulje målrettet Åben Skole. Gennemsigtighed, enkelhed og klare tilskudskriterier er afgørende for, at også nogle af de mindre idrætter har mulighed for at være med omkring Åben Skole. I de kommuner, hvor man har ladet skolerne stå for at administrere pengene til udrulningen af Åben Skole, indledes samarbejdet altid med en drøftelse af økonomi snarere end pædagogik, læring, trivsel og foreningsdeltagelse. Eller som en foreningsleder udtrykker det: *"Når man mødes med skoleledere for at drøfte mulighederne for samarbejde bliver man meget hurtigt mødt med "... men vi har ingen penge ..."* – selvom jeg som foreningsleder godt ved, at de er blevet tildelt penge til initiativer omkring Åben Skole..."(Foreningsleder). Set fra foreningsperspektiv er det helt afgørende, at tilskudsmidlerne administreres centralt, således at det ikke er økonomi, der er afsæt for drøftelserne med skolerne!

Stigende polarisering i foreningslivet – hvad er udfordringerne?

Bevægelse i folkeskolen er et langt sejt træk, men erfaringerne fra de kommuner, der har været med i undersøgelsen, er, at udviklingen bevæger sig i den rigtige retning. Processen udfordres dog løbende af, at bevægelse kun er en blandt mange dagsordener for de centrale medarbejdere, der skal implementere bevægelse, en begrænset økonomi, at de politiske vinde pludselig kan skifte, udskiftning i medarbejderstaben i forvaltninger, skoler og foreninger m.v. Det er indtrykket, at projektet i mange kommuner er bundet op på nogle få ildsjæle, og når de er væk, er der mange ting, der pludseligt bliver vanskeligere. En foreningsleder udtrykker det på denne måde: *"... I forbindelse med konsulentens sygemelding, stoppede al kommunikation med kommunen omkring udvikling af nye tilbud, tilskud m.v. Efter længere tid lykkedes det igen at få etableret en kontakt til kommunen, men medarbejderen vidste stort set intet om området, og vi måtte begynde forfra."*

Udover disse lokale forhold peger man i kommunerne på en hel central udfordring, nemlig den stigende *polarisering mellem de foreninger, der er med i Åben Skole og de foreninger, der ikke er.* Idrætskonsulenterne i kommunerne oplever generelt ikke, at antallet af samarbejder mellem skoler og foreninger stiger betragteligt. Der sker snarere det, at de eksisterende samarbejder mellem interesserede skoler og udvalgte foreninger udbygges og kvalificeres. Foreningerne laver længere forløb med skolerne, og aktiviteterne bliver en del af årshjulet. De foreninger, der er i gang med at bevæge sig, bevæger sig således mere end øvrige. For andre foreninger er det utydeligt, hvilken fordel de kan få af samarbejdet, eller også oplever de ikke at have de nødvendige ressourcer til hverken at kontakte en skole eller udrulle et forløb, og derfor vælger de naturligt at fortsætte, som de plejer.

I forvaltningerne er man ret bevidst om, at der reelt ligger et stort uforløst potentiale i de mindre foreninger, der ofte også repræsenterer mindre idrætter. Der er dog også en erkendelse af, at det kan være vanskeligt at finde ressourcerne til at få disse foreninger aktiveret. Set udefra virker det dog oplagt, at det fremadrettet bør være en markant satsning for såvel kommuner som landets idrætsorganisationer at få tilført ressourcer til de mindre idrætter, således at de også kan opleve

sig som en mulig aktør i forhold til udrulningen af Åben Skole. De mindre idrætter er nemlig helt centrale, hvis man også ønsker at stadig flere af de børn og unge, der har prøvet kræfter med de traditionelle idrætter, fremadrettet skal blive aktive i foreningsidrætten.

Kommunerne fungerer som facilitator – opsummering

Hvis vi ser på bevægelsesdimensionen, udbredelsen af aktiv undervisning og niveau af Åben Skole, er der forskel på, hvor langt de enkelte kommuner er kommet. Der peges på følgende fire forhold som udslagsgivende for at igangsætte en positiv udvikling: 1) En praksisorienteret uddannelse af lærere 2) Systematiske opfølgende forløb 3) Strategiske prioriteringer 4) Centralt administreret økonomi.

Metode

Rapportens primære empiri stammer fra en større elevspørgeskemaundersøgelse, som blev gennemført to gange, i oktober/november 2015 og i april/maj 2016. De elektroniske spørgeskemaer blev sendt via de otte kommuners idræts- og fritidskonsulenter, der herefter sendte det videre til de enkelte skoleledere med en opfordring om at være med. Skolelederne blev bedt om at få de samme elever fra henholdsvis 3., 5., 7. og 9. klasse til at udfylde. Det resulterede i første runde i 4286 elevbesvarelser, i anden runde i 3003 besvarelser. Der skal her tages det forbehold, at 1. undersøgelsesrunde var i efteråret og 2. undersøgelsesrunde i foråret – man befinder sig mere udenfor i forårs månederne og vil andet lige bevæge sig mere.

Der var overordnet den samme fordeling mellem besvarelsesprocenterne fra de enkelte kommuner i første og anden undersøgelsesrunde – dog med undtagelse af to kommuner, Hedensted Kommune, der – i forhold til første runde – er underrepræsenteret, og Favrskov og Furesø Kommuner er overrepræsenterede. Den skævhed er interessant i forhold til vurderingen af betydningen af DIF-partnerskabet. Hedensted Kommune er en partnerskabskommune og Favrskov og Furesø Kommune er ikke. Vi kan se, at eleverne generelt bevæger sig mere i partnerskabskommunerne, så det lader ikke til at være en større deltagelse fra partnerskabskommunernes side, der er med til at påvirke niveauet af elevernes bevægelse.

Spørgeskemaundersøgelsen blev suppleret af interviews, dels med otte fritids- og idrætskonsulenter og 22 foreningsrepræsentanter i to omgange samt 13 elever i 3. til 6. klasse. Formålet med at interviewe konsulenterne og foreningsrepræsentanterne var at få sat ord på niveauet af skoleforenings-samarbejder, kommunens involvering og initiativer, vurdering af konsekvenser for foreninger og en samtidig vurdering af muligheder og barrierer. Formålet med at interviewe eleverne var at få et indblik i, hvad børn og unge forstår ved bevægelse i løbet af skoledagen. Sammen med eleverne gennemgik vi de pauser, og den eventuelle aktive undervisning, de havde været en del af, i løbet af dagen for interviewet og den forløbne uge.

Litteratur:

Endelig rapport: Opsamling & anbefalinger fra § 17 stk. 4 udvalget om folkeskolereformen, Center for Dagtilbud og Skole, Furesø Kommunes Skolevæsen, Furesø Kommune, 2015

Evaluering af implementering af folkeskolereformen, Hedensted Kommune, 2015

Favrskov Kommune (2015): *Status på implementeringen af folkeskolereformen i Favrskov Kommune*, september 2015

Favrskov Kommune (2016): *Partnerskabsguide*

Grube, K. & Østergaard, S. (2010): *Aktiviteter tiltrækker, relationer fastholder – måske*, Ungdomsanalyse.nu

Ibsen, B. m.fl. (2015): *Pigers idrætsdeltagelse*, Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet.

Idræt i skolen, nr. 1. (2015), Dansk skoleidræt

Jessen, N.D. & Østergaard, S. (2015): *De bedste redskaber er mennesker, der er til stede*, Center for Ungdomsstudier

Juul, K. & Østergaard, S. (2015): *Skole og foreningsliv i bevægelse – et baggrundsnotat*, Center for Ungdomsstudier (CUR)

Kultur- og fritidsbrobyggere på skoler – evaluering af et åbent skole-pilotprojekt, april 2015

Køge Kommune (2015): *Idrætsstrategi for Køge Kommune 2015-2015. Idræt for alle – fra hverdagsmester til verdensmester*, Køge Kommune

Nielsen, P.C. (2015): *Folkeskolereformen – beskrivelse af 2. dataindsamling blandt elever*, SFI – det nationale forskningscenter for velfærd, København

Pilgaard, M. (2016): *Danskernes motions- og sportsvaner 2016*, Idrættens Analyseinstitut

Pless, M. & Kofoed, K.: (2016): *Elevens læring i den åbne skole*, Center for Ungdomsforskning

Schultz, C. og Østergaard, S. (2015): *Klubbernes gode samarbejde med skolerne*, Center for Ungdomsstudier (CUR)

Strategi, Børne- og Ungeforvaltningen, skoleområdet. Køge Kommune, 2014/2015

Undervisningsministeriet (UVM) (2014): *Den nye folkeskole – en kort guide til reformen*, 2014

Foto: Lise Kissmeyer, forside, s. 18 og 26