



Bevægelse i Skolen

Fredag den 4. december kl. 10-11

45 minutter om dagen – Perspektiver & Næste skridt

- **Velkomst & præsentation** af Center for Grundskoleforskning. Thomas Skovgaard, FIIBL/CfG, SDU
- **WHY:** Hvorfor egentlig mere bevægelse i skolen, og hvordan går det med det? Thomas Skovgaard, FIIBL/CfG, SDU
- **WHAT:** Hvad menes der med bevægelse i skolen, og hvilke typer findes der? Jesper von Seelen, FIIBL, UC SYD
- **HOW:** Den svære implementering. Søren Smedegaard, FIIBL, UCL
- **Now What:** Diskussion & Debat. Modereret af Lars Breum Christiansen, FIIBL, SDU

Brug Chatten

Lars følger med og
samler op

**Hvorfor egentlig mere
bevægelse i skolen,
og hvordan går det
med det?**

Situationen lige nu – grund til Bekymring & Handling



3 ud af 4 af de 11-15-årige lever ikke op til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om at være fysisk aktiv mindst 60 minutter dagligt ved moderat til høj intensitet.

Inaktiviteten sætter ind ved en tidlig alder.

Mange børn og unge har et højt niveau af skærmtid og generelt en stillesiddende adfærd.

Social gradient i fysisk aktivitetsniveau.

Grundskolen fordi ...

Her har vi mulighed for at fremme idræt og bevægelse blandt langt de fleste børn og unge – bl.a. med fokus på de mest inaktive.

Bevægelse fremmer

Sundhed
Trivsel
Læring

Center for Holdspil og Sundhed (2016). *Børn, unge og fysisk aktivitet – en konsensus-konference*. Institut for Idræt og Ernæring. Københavns Universitet.

Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world. Geneva: World Health Organization; 2018. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

Singh m.fl., Br J Sports Med. 2019 May;53(10):640-647

Efteråret 2020 – Debat & Tiltag

folkeskolen.dk
FAGBLAD FOR UNDERVISERE

MOTION/BEVÆGELSE 2. sep. 2020 | kl. 15:07

Nyt udspil: Undervisningsminister vil sætte gang i bevægelse i skoledagen

Af: Erik Bjørn Møller

Det halter med at få indarbejdet bevægelse som et fast element i elevernes skoledag, så nu tager undervisningsministeren konsekvensen og sætter ind med nyt udspil, der blandt andet skal målrettes 'forbeholdne' lærere og forankre en vedvarende indsats.



Det halter med bevægelse i skoledagen, så nu forsøger undervisningsministeren at puste nyt liv i elementet fra folkeskoleloven. Foto: Dansk Skoleidræt

Med et nyt udspil forsøger børne- og undervisningsminister Pernille Rosenkrantz-Theil (S) nu at puste nyt liv i folkeskolelovens krav om, at landets folkeskoleelever skal bevæge sig mindst 45 minutter i løbet af en skoledag.

Det sker efter gentagne meldinger om, at indsatsen på mange skoler har tabt pusten, fordi den i for høj grad er afhængig af enkelte lidsjæles engagement, samtidig med at både skoleledere og kommunale forvaltninger i mange tilfælde forsvammer af fastholde et ledelsesmæssigt fokus på udfordringen.

BEVÆGELSE I SKOLEN

En kortlægning af børn og unges fysiske aktivitet og stillesiddende adfærd i skoletiden

SDU
Institut for Læring og Børnemiljø og Sæsoncenter for Folkeskoleforskning

TrygFonden

BEVÆGELSE
i skoledagen 2020

dansk skoleidræt

Forskere: Danske elever bevæger sig mere, end man skulle tro

DEBAT 25. november 2020 kl. 2:00 |



Elever i grundskolen er fysisk aktive i mindst 45 minutter om dagen i gennemsnit, skriver Jesper van Seelen og Søren Smedegaard. (Foto: Mads Claus Rasmussen/Ritzau Scanpix)

DEBAT: Den offentlige debat om bevægelse i grundskolen risikerer at afstedkomme ineffektive løsninger, hvis man ikke har blik for, at en del elever faktisk bevæger sig mere, end man skulle tro, skriver forskere.

Tid til mere bevægelse blandt grundskolens børn og unge

Men hvad mener vi med
”bevægelse i skolen”?

45 minutter om dagen – Perspektiver & Næste skridt

- Velkomst og præsentation af Center for Grundskoleforskning. Thomas Skovgaard, FIIBL/CfG, SDU
- WHY: Hvorfor egentlig mere bevægelse i skolen, og hvordan går det med det? Thomas Skovgaard, FIIBL/CfG, SDU
- **WHAT: Hvad menes der med bevægelse i skolen, og hvilke typer findes der? Jesper von Seelen, FIIBL, UC SYD**
- HOW: Den svære implementering. Søren Smedegaard, FIIBL, UCL
- Now What: Diskussion & Debat. Modereret af Lars Breum Christiansen, FIIBL, SDU

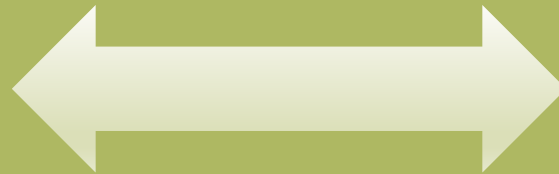
Hvad er ”bevægelse i skolen”?



Det handler om, hvordan vi definerer bevægelse

»Jeg gad godt møde elever, der har prøvet at have 45 minutters bevægelse i snit dagligt, for det jeg aldrig gjort»

(Esther Vyff Petersen, Danske Skoleelever).



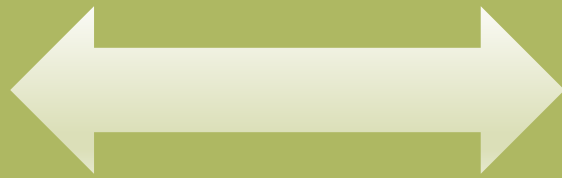
Objektive og direkte målinger.

84 % af eleverne er aktive 45 min dagligt i skolen.

Bevægelse: stå med bevægelse, gang og løb

Meningsfuld bevægelse

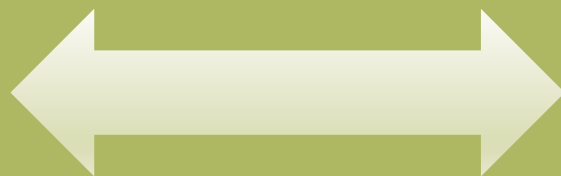
Læring



Sundhed

Meningsfuld bevægelse

... meningsfuld bevægelse, der knytter sig til indholdet i undervisningen – og altså ikke bare er bevægelse for bevægelsens skyld ...



Fysisk aktivitet hos børn og unge bidrager positivt til bedre fysisk fitness, kardiometabolisk sundhed, knoglesundhed, kognitive evner, mental sundhed og overvægt.

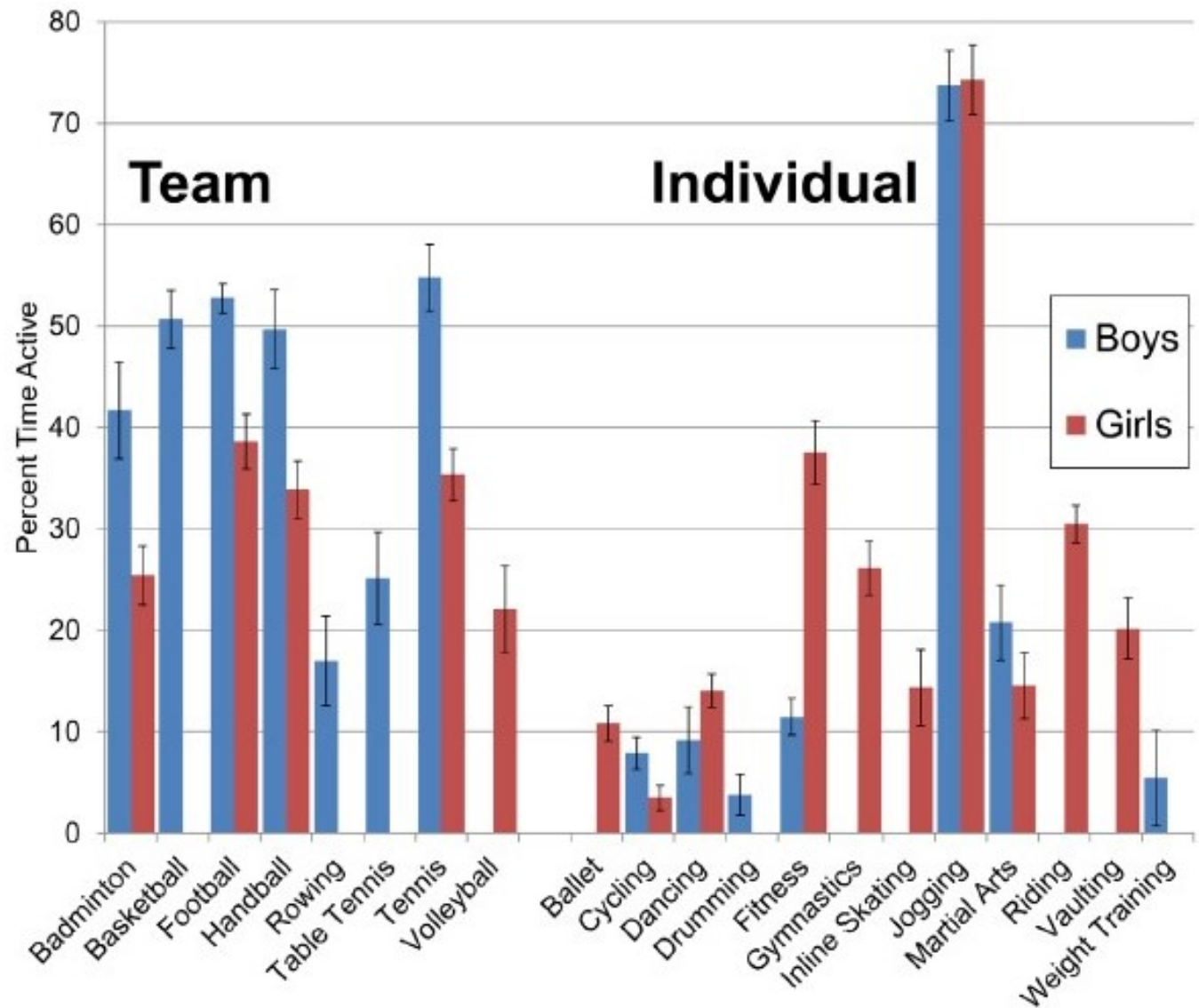
Børn og unge bør være aktive med moderat til høj intensitet mindst 60 minutter dagligt.

WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva: World Health Organization; 2020

Linn Damsgaard
Projekt Playmore, KU

Hvad er 45 min. fysisk aktivitet?

Smith M, Berdel D, Nowak D, Heinrich J, Schulz H
(2015) Sport Engagement by Accelerometry under
Field Conditions in German Adolescents: Results from
GINIPlus. PLoS ONE 10(8): e0135630.
doi:10.1371/journal.pone.013563



Vi har brug for jeres hjælp!

De mest centrale og relevante referencer indenfor områder som:

1. **Børn og unges fysisk aktivitet og bevægelse**
2. **Fysisk aktivitet og bevægelse i skolen**
3. **Idrætsfaget**
4. **Bevægelse i pauser og frikvarter**
5. **Transport til og fra skole**
6. **Tilpasset idræt**
7. **Andre vigtige områder**



Er du interesseret i idræt og bevægelse i skolen?

Så er du kommet til det rette sted. Vi har nemlig samlet en række udgivelser relateret til børn og unges idræt, bevægelse, fysisk aktivitet og sundhed.

Her finder du viden om ...

Idrætsfaget >

Bevægelse i skolen >

Børn og unges fysiske aktivitet >

Aktiv transport til og fra skole >

45 minutter om dagen – Perspektiver & Næste skridt

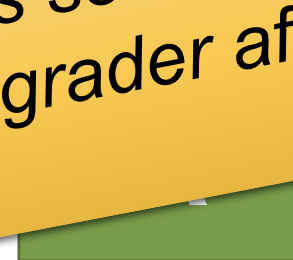
- Velkomst og præsentation af Center for Grundskoleforskning. Thomas Skovgaard, FIIBL/CfG, SDU
- WHY: Hvorfor egentlig mere bevægelse i skolen, og hvordan går det med det? Thomas Skovgaard, FIIBL/CfG, SDU
- WHAT: Hvad menes der med bevægelse i skolen, og hvilke typer findes der? Jesper von Seelen, FIIBL, UC SYD
- **HOW: Den svære implementering. Søren Smedegaard, FIIBL, UCL**
- Now What: Diskussion & Debat. Modereret af Lars Breum Christiansen, FIIBL, SDU

Implementering er en utopi?

I teori

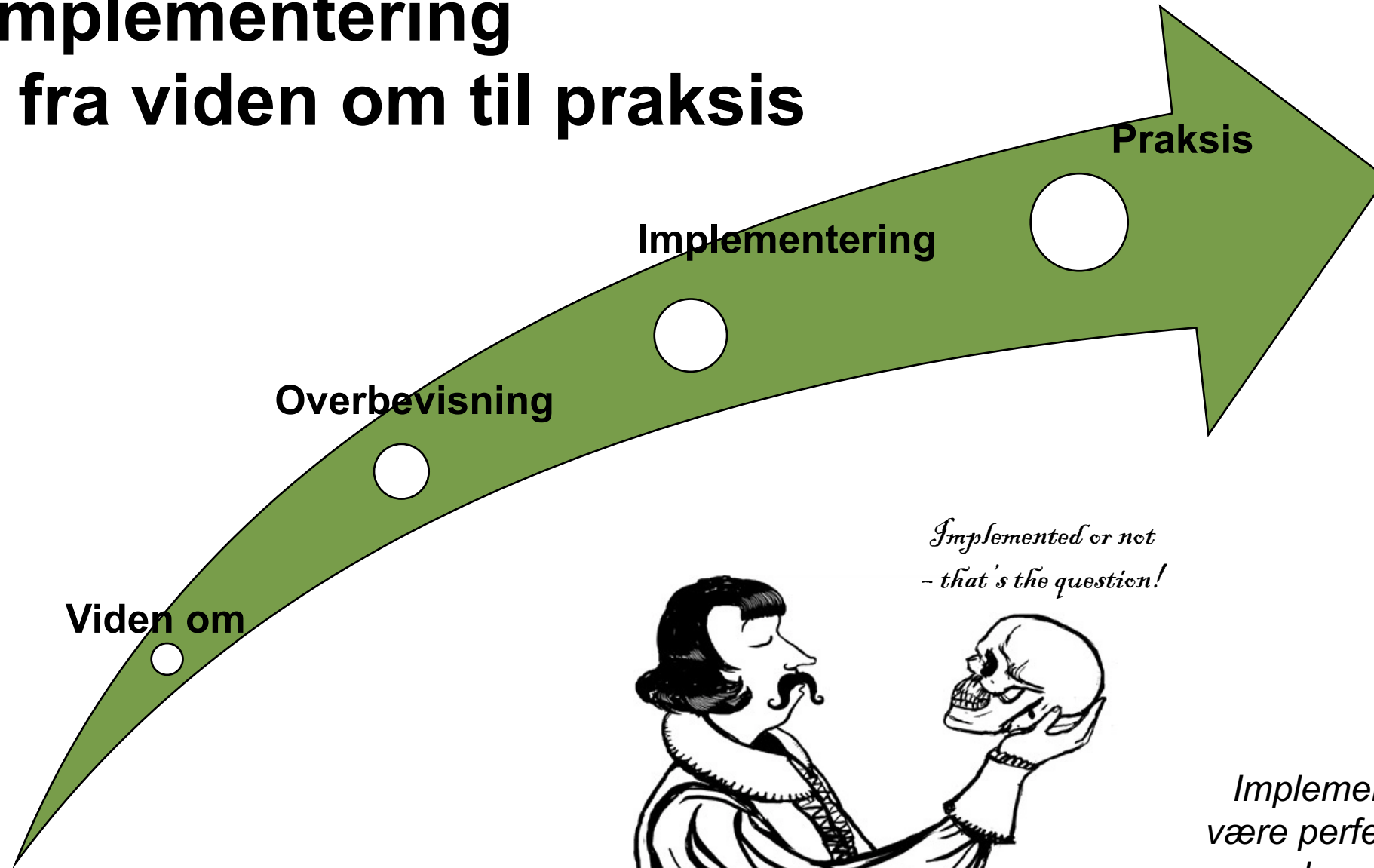


I praksis

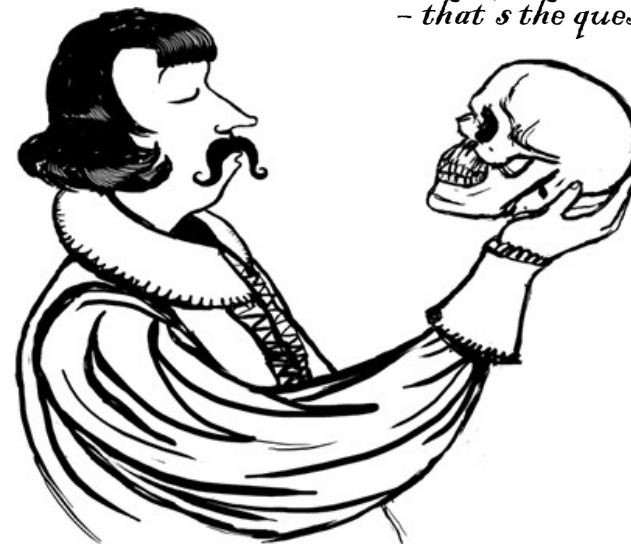


....ikke kun noget der bør vurderes som et
'implementeret eller ej', men som grader af
implementering (Durlak, 2015).

Implementering - fra viden om til praksis



*Implemented or not
- that's the question!*



*Implementering behøver ikke
være perfekt for at være effektiv,
men den er nødt til at være 'god
nok'....*

(Durlak, 2015)

Faktorer, der påvirker implementeringsgrad



→ Strukturelle faktorer



→ Organisatoriske faktorer – makroniveau



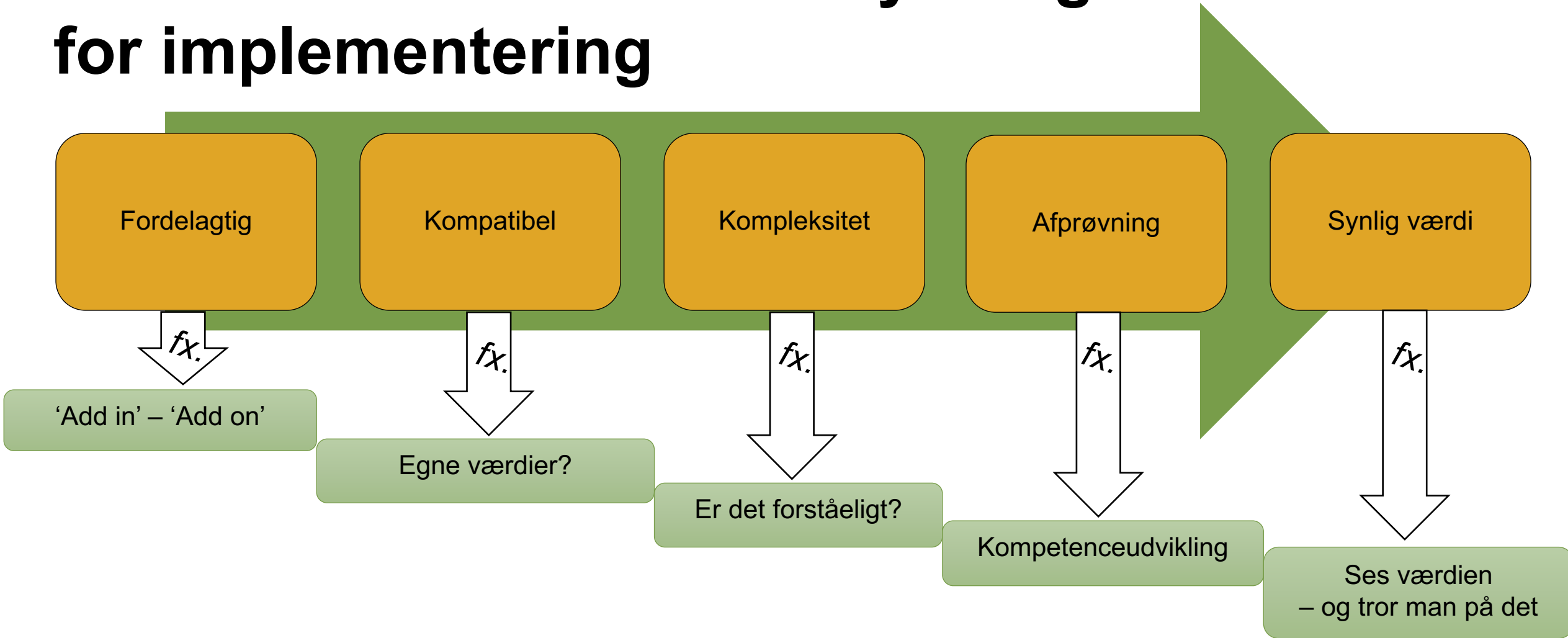
→ Organisatoriske faktorer – mikroniveau



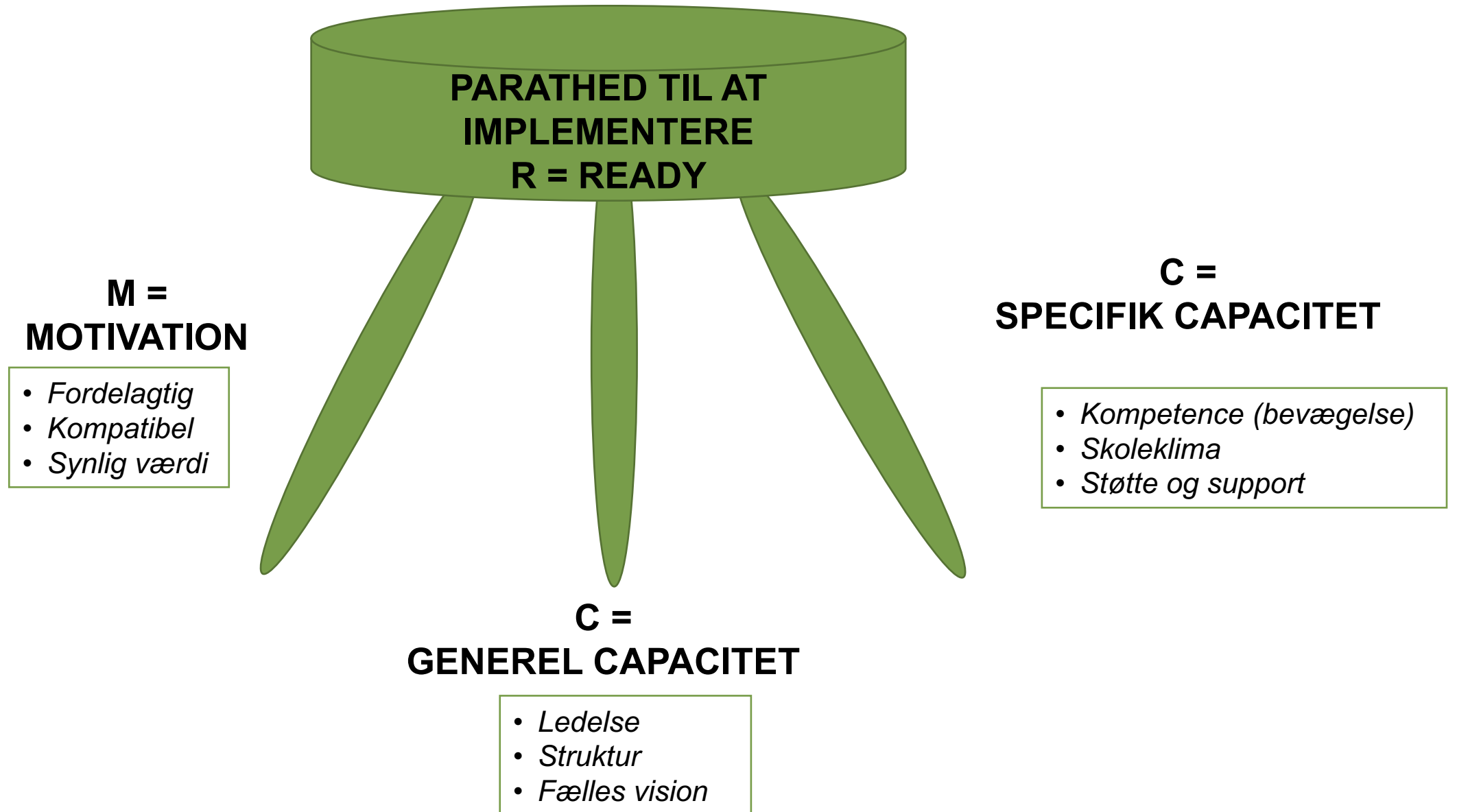
→ Individuelle faktorer – lærere og pædagoger



Individuelle faktorer af betydning for implementering



Parathed til at implementere sat på formel ($R=MC^2$) og på skammel



Bevægelse på grund af  eller på trods af



→ **Ledelsens betydning**



→ **Add on eller add in**



→ **Kompetenceudvikling**

Er skolen godt med?

- *hvor mange udsagn kan du give*



- har haft drøftelser med skoleledelsen om håndtering og ansvar for skolens bevægelsestiltag?
- har haft drøftelser med eleverne om, hvad 'bevægelse og fysisk aktivitet' er for en størrelse i skolen?
- er på en skole, hvor fysisk aktivitet og bevægelse diskuteres (og gerne afprøves) på pædagogiske og/eller afdelingsmøder?
- personalet har været afsted på/del af kompetenceudvikling målrettet fysisk aktivitet og bevægelse?
- hvor personalet selv er fysisk aktiv/dyrker idræt i deres hverdag?



 Wauu – elite!

 Sådan, godt gået

 I er godt på vej

 Der er et stykke vej endnu

 Uha uha

 Av – den er ikke god!

45 minutter om dagen – Perspektiver & Næste skridt

- Velkomst og præsentation af Center for Grundskoleforskning. Thomas Skovgaard, FIIBL/CfG, SDU
- WHY: Hvorfor egentlig mere bevægelse i skolen, og hvordan går det med det? Thomas Skovgaard, FIIBL/CfG, SDU
- WHAT: Hvad menes der med bevægelse i skolen, og hvilke typer findes der? Jesper von Seelen, FIIBL, UC SYD
- HOW: Den svære implementering. Søren Smedegaard, FIIBL, UCL
- **Now What: Diskussion & Debat. Modereret af Lars Breum Christiansen, FIIBL, SDU**

På vegne af Center for Grundskoleforskning **TAK FOR I DAG**

Find det nye MOV:E 10
på www.fiibl.dk/move

