

● **Kronikk.** Fysisk aktivitet i skolen.

Hvor vil vi med kroppsøvfaget?



Øyvind Bjerke
Førstelektor
kroppsøving,
Fakultet for
lærer- og
tolkeutdanning,
NTNU

I den senere tiden har det igjen blusset opp en debatt om kroppsøvfagets innhold. I et innlegg i Adressa 19.02.16 ytres ønske om å få fitness inn i skolen, blant annet «for å motvirke kroppspress». Innlegget er bare ett av flere som handler om kroppspress i skolen, hvor artiklene reletares til kroppsøvfagets innhold og organisering. En av sakene i nyhetsbildet er at svømmeundervisningen ved en skole deles etter kjønn, etterfulgt av uttalelser fra ulike hold. Diskusjonene i media skjer samtidig som det foregår en fornyelsesprosess i Utdannings-Norge. Et utvalg, ofte kalt Ludvigsen-utvalget, har laget et utredning om hvordan skolefagene skal fornyes i fremtidens skole (NOU 2015:8). Utredningen danner et viktig grunnlag i arbeidet for å lage en femårig grunnskolelærerutdanning med oppstart fra høsten 2017, der de nye lærerne skal ha masterkompetanse. Spørsmålet i denne sammenhengen blir derfor; Hvor vil vi med kroppsøvfaget?

Innholdet i kroppsøving styres blant annet av læreplanverket (Læreplanverket for kunnskapsløftet, 2006) som angir hva undervisningen skal inneholde og delvis hvordan dette kan utføres. Ifølge styringsdokumentene er formålet til kroppsøving å inspirere til livsvarig fysisk aktivitet. Noe av hensikten med faget er å gi elever opplevelser, kunnskap og ferdigheter som gjør de i stand til å ta vare på egen helse etter endt skolegang. Det er en økende bekymring for at befolkningen blir mer stillesittende og at vekta går opp. Flere hevder at timetallet i kroppsøving må heves slik at elevene blir i god fysisk form. Argumentene for bedre fysisk form er sterkt knyttet til færre helseplager, slik



Inspirasjon: - Formålet er å inspirere til varig bevegelsesglede, da er det spesielt viktig å treffe de som ikke deltar i organisert idrett på fritiden, skriver kronikøren. FOTO: NTB SCANPIX

som hjerte- og karsykdommer og livsstilsykdommer. Økt antall timer i kroppsøving skal motvirke dette siden kroppsøving består av fysisk aktivitet, selve egenarten til faget. Men er fagets viktigste formål å øke elevenes fysiske form, gitt som et bedre oksygenopptak?

Yngvar Ommundsen, professor ved Norges idrettshøgskole, mener at kroppsøving spiller en sentral rolle i skolen, men han snakker da om effekter utover det å bli i bedre fysisk form. Han fremhever kroppsøving som et viktig fag for at elevene skal utvikle sin allmenndannelse, utvikle personlighet og skape varig bevegelseslyst. Dette gjøres ved å tilrettelegge for fysisk-motorisk ferdighetslæring. Den fysisk-motoriske kompetansen gir grunnlag for en livsvarig aktiv livsstil. Hvordan gjør man så dette? Poenget er å gi elevene ulike verktøy gjennom kroppsøvfaget slik at de kan være aktive senere i livet. De skal finne glede over å mestre nye aktiviteter, og aktivitetene skal

beherskes på en slik måte at de kan ta fram aktiviteten også etter endt skolegang. Ski og skøyter, dans, svømming og friluftsliv er eksempler på innhold som kan gi en varig effekt i så måte. Dersom elevene lærer seg elementære teknikker for å beherske aktivitetene, er det en større sannsynlighet for en varig bevegelsesglede enn at fokus kun er kanonball og «nappe hale». I kroppsøving er det altså ikke tilstrekkelig å oppnå glede i aktivitetene der og da, for elevene skal i tillegg lære noe nytt gjennom aktivitetene på en slik måte at de kan utføres ved senere anledninger. Det er ingen motsetning mellom glede i øyeblikket og glede på sikt gjennom bevegelse.

I tillegg til å øke den fysisk-motoriske kompetansen, skal også andre elementer i kroppsøving vektlegges i undervisningen. Fair play er fremtredende i læreplanen, noe som betyr at man må erverve en respekt for hverandres ulikheter, både kroppslig, kulturelt og ferdig-

hetsmessig. I så måte er debatten i media de siste dagene veldig viktig. Sett ut fra formålet til faget vil derfor fitness være veldig langt unna det som ønskes av faglig innhold i kroppsøving. Fitness har et prestasjonsfokus, mens kroppsøvfaget skal ha fokus på mestring. Hensikten med fitness er å se bra ut. Det er ikke fokus på bevegelse og funksjonell styrke, men at muskler skal utvikles og vises gjennom styrketrening i apparater. Kostholdet som skal bidra til å få ned fettprosenten slik at muskelspillet i kroppen vises gjøres ikke gjennom et balansert kosthold slik helsemyndighetene anbefaler. Denne prosessen er alt annet enn sunn, og verdien sporten er slik sett veldig fjern fra formålet med kroppsøving, eller skolen for den saks skyld.

Når innholdet i skolefagene i fremtidens skole skal settes sammen, poengterer Ludvigsen-utvalget at læreplanene både skal ha bredde og dybde. Men

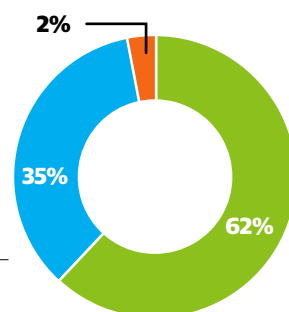
dersom dybde betyr enda mer spissing av ferdighetsutvikling i enkelte idretter er vi i feil retning. Kroppsøving er, og skal være forskjellig fra idrett, selv om elementer fra idretten er en viktig bestanddel i læreplanen. En stor forskjell på organisert idrett og kroppsøving er at i organisert idrett begynner gutter og jenter av egen fri vilje, eller på grunn av foreldre/venner. I skolen møtes alle elevene uansett bakgrunn, interesse og status. Det er viktig at kroppsøvfagsundervisningen ikke kun blir en ekstra treningsøkt for de fotballglade elevene. Formålet er å inspirere til varig bevegelsesglede, da er det spesielt viktig å treffe de som ikke deltar i organisert idrett på fritiden. Opplæring i nye ferdigheter, utfordrende aktiviteter som skaper en gnist til å bevege seg er særs viktig. Det er derfor viktig å skape gode og bevisste kroppsøvlærere som forstår sitt samfunnsansvar og vektlegger læring av aktiviteter som skaper varig bevegelsesglede.



DAGENS SITAT

Ted Cruz er en totalt ustabil person. Han er den største løgneren jeg noensinne har møtt, både i politikk og i andre saker.

DONALD TRUMP, om sin motstander i kampen for å bli Republikanernes presidentkandidat



FOLKETS RØST ● T-A.NO

Bør det innføres skillevegger i dusjene på skolene?

1200 stemmer kl. 17.30.
● Ja, det bør det. 62%
● Nei, elevene må tåle å dusje sammen. 35%
● Vet ikke. 3%