Bevægelsesstrategi i skolen

Bevægelsesstrategi i skolen er kort fortalt et STUK initieret initiativ, der giver mulighed for at sætte skoler i bevægelse. Initiativet foregår i et samarbejde mellem alle seks professionshøjskoler.

Initiativet er et led i Kvalitetsprogrammet med et særligt fokus på en *mere varieret skoledag*, hvor eleverne kommer op af stolene, får bedre trivsel, stærkere klassefællesskaber og bedre læringsmuligheder.

Formålet med Bevægelsesstrategi i skolen er at *sikre understøttelse af bevægelse i undervisning og pauser samt fremme bevægelsesglæde gennem hele elevens skoleforløb*. Strategien skal herudover i *samspil med centrale aktører og foreninger også understøtte lokale samarbejder mellem skoler og idrætsforeninger i skoledagen, fx i de lokale valgfag*.

Bevægelsesstrategi falder i fire spor:

- Bevægelse ind i undervisningen (Bevægelse skal ikke forstås som et ekstra lag, men en måde at *forstå, sanse og gribe det faglige* altså et didaktisk greb)
- Fremme af fysisk aktivitet og bevægelse i pauser og frikvarterer
- Udviklingen af lokale valgfag med fokus på bevægelse og idræt
- Styrket samarbejde mellem skoler og lokale idrætsforeninger

Workshops og udviklingsforløb

Som led i initiativet tilbyder vi skoler i hele landet deltagelse i forskellige workshops og udviklingsforløb med udgangspunkt i de fire spor.

- Et udviklingsforløb består af 5 workshops for en gruppe af lærere og pædagoger på skolen samt sideløbende ledelsessparring med henblik på at omsætte viden og inspiration fra workshops til en lokal strategi for bevægelse på skolen. Alle workshops afholdes lokalt på skolen.
- De 5 workshops tilbydes også som selvstændige workshops – enten internt på den enkelte skole eller på tværs af flere skoler i kommunen.

Deltagelse er gratis (skolen dækker evt. vikardækning)

Eksempler på workshops:

Bevægelse som didaktisk metode - skab variation, deltagelse og læring

Hvordan kan bevægelse være mere end et afbræk i undervisningen? Og hvordan kan bevægelse som en praksisfaglig tilgang understøtte både faglig læring, trivsel og elevernes deltagelsesmuligheder?

På denne workshop arbejder vi med bevægelse som didaktisk metode og undersøger, hvordan bevægelse kan integreres meningsfuldt i undervisningen. Du får indsigt i den bevægelsesdidaktiske tænkning og bliver introduceret til et fælles sprog for arbejdet med bevægelse i skolen.

Vi tager afsæt i deltagernes egne erfaringer og arbejder med, hvordan bevægelse kan sætte fagligheden i spil gennem konkrete aktiviteter. Du får inspiration til din undervisning og bliver præsenteret for metoder til at udvikle aktiviteter, der styrker elevernes læring, fællesskab og bevægelsesglæde.

Workshoppen veksler mellem teori, refleksion og praktiske øvelser. Du får redskaber til at analysere fagligt indhold og omsætte det til bevægelsesaktiviteter samt mulighed for selv at udvikle aktiviteter, der kan anvendes i din egen undervisning.

Du går hjem med:

- Et fælles bevægelsesdidaktisk sprog
- Konkrete idéer til bevægelse i fagene
- Redskaber til at udvikle bevægelsesaktiviteter med afsæt i fagligheden
- Inspiration til at styrke elevernes trivsel, deltagelse og engagement

Next step - hvad gør jeg nu? Workshoppen afsluttes med fokus på, hvordan du kan omsætte dagens viden til handling i egen praksis. Du identificerer konkrete næste skridt og muligheder for at styrke og forankre arbejdet med bevægelse i skolens hverdag.

Idræt som valgfag i skolen

Skab stærke og elevinddragende valgfag med idræt og bevægelse

Hvordan udvikler man et valgfag, der engagerer eleverne og tager udgangspunkt i deres interesser, idéer og motivation?

Denne workshop giver dig konkrete redskaber til at udvikle, gennemføre og evaluere valgfag inden for idræt og bevægelse på 7.-9. klassetrin. Med afsæt i elevinddragelse arbejder vi med, hvordan elevernes perspektiver kan omsættes til attraktive og meningsfulde valgfagstilbud.

Du bliver introduceret til et færdigudviklet procesforløb, som kan bruges til at indsamle elevernes ønsker og idéer gennem kreative og æstetiske arbejdsformer. Samtidig arbejder vi med de praktiske og organisatoriske rammer: Hvordan planlægges processen? Hvilke roller har lærere og team? Og hvordan omsættes elevernes input til et konkret valgfag?

Undervejs undersøger vi også, hvordan lokale idrætsforeninger og andre samarbejdspartnere kan bidrage til at skabe relevante og bæredygtige valgfagstilbud med stærk lokal forankring.

Du går hjem med:

- Et konkret procesforløb til elevinddragelse
- Redskaber til planlægning og udvikling af lokale valgfag
- Inspiration til samarbejde med foreninger og lokale aktører
- En plan for, hvordan elevinput kan omsættes til praksis

Workshoppen afsluttes med, at du udarbejder en konkret handlingsplan for det videre arbejde med valgfag på egen skole, så de næste skridt bliver tydelige og omsættelige i praksis.

Bevægelse for børn med særlige behov

Inkluderende bevægelsesmiljøer - om deltagelse og bevægelse

Hvordan skaber vi læringsmiljøer, hvor alle børn oplever at høre til og have mulighed for at deltage aktivt?

På denne workshop sætter vi fokus på bevægelse som en vej til øget deltagelse, trivsel og fællesskab for børn med særlige behov. Du får ny viden om deltagelsesmuligheder og arbejder med, hvordan den fysiske, sociale og meningsfulde dimension kan understøtte børns mulighed for at være en del af skolens fællesskaber.

Workshoppen kombinerer teori og praksis. Gennem konkrete eksempler og aktiviteter arbejder vi med at analysere, tilpasse og udvikle bevægelsesaktiviteter, så flere elever får mulighed for og lyst til at deltage. Vi undersøger, hvordan små ændringer i organisering, regler, rammer og voksenstøtte kan gøre en stor forskel for elevernes muligheder for og oplevelse af deltagelse.

Målet er at give dig redskaber til at skabe inkluderende bevægelsesmiljøer i både undervisning, pauser og fællesskaber omkring skoledagen.

Du går hjem med:

- Viden om deltagelse og inkluderende bevægelsesmiljøer
- Konkrete redskaber til at tilpasse bevægelsesaktiviteter
- Inspiration til at styrke trivsel og fællesskab gennem bevægelse
- Metoder til at skabe bedre deltagelsesmuligheder for alle elever

Next step - hvad gør jeg nu? Med afsæt i din egen praksis arbejder du med at identificere de første skridt mod mere inkluderende bevægelsesmiljøer på din skole.

Skole-foreningssamarbejde

Stærke brobygninger mellem skole og foreningsliv

Hvordan kan samarbejdet mellem skole og foreningsliv skabe nye deltagelsesmuligheder for børn og unge? Og hvordan kan skolen blive en aktiv medspiller i udviklingen af stærke lokale fællesskaber?

På denne workshop arbejder vi med, hvordan skolen kan etablere, styrke og videreudvikle samarbejder med lokale foreninger og andre aktører i lokalsamfundet. Med afsæt i gode eksempler og deltagernes egne erfaringer undersøger vi, hvordan skole-foreningssamarbejder kan bidrage til trivsel, læring, bevægelsesglæde og fællesskab.

Vi ser nærmere på, hvad der kendetegner et velfungerende samarbejde, hvordan man finder relevante samarbejdspartnere, og hvordan fælles mål og forventninger kan skabe værdi for både skole, foreninger og elever. Samtidig arbejder vi med konkrete modeller for samarbejde, der kan tilpasses skolens lokale kontekst og behov.

Workshoppen veksler mellem inspiration, refleksion og udviklingsarbejde. Du får mulighed for at udforske lokale muligheder og udvikle idéer til samarbejder, der kan tage form af eksempelvis idrætsdage, temaforløb, valgfag, SFO-aktiviteter eller andre initiativer, som styrker forbindelsen mellem skolen og det lokale foreningsliv.

Du går hjem med:

- Inspiration fra eksempler på velfungerende skole-foreningssamarbejder
- Redskaber til at etablere og udvikle lokale partnerskaber
- Konkrete idéer til samarbejder i din egen praksis
- Viden om, hvordan samarbejder kan understøtte elevernes deltagelse, trivsel og fællesskab

Next step - hvad gør jeg nu?

Workshoppen afsluttes med, at du identificerer konkrete muligheder for skole-foreningssamarbejde i din egen kontekst. Med afsæt i lokale ressourcer og behov arbejder du med de første skridt mod at skabe eller videreudvikle samarbejder, der kan styrke elevernes deltagelsesmuligheder både i og uden for skolen.

Bevægelse i pauser og frikvarterer

Leg, bevægelse og fællesskaber i skolens mellemrum

Hvordan kan skolen skabe pauser og frikvarterer, hvor flere børn oplever at høre til, deltage og være en del af meningsfulde fællesskaber?

På denne workshop undersøger vi, hvordan leg og bevægelse kan bruges som afsæt for at skabe deltagelsesmuligheder og styrke fællesskaber i skolens pauser og frikvarterer. Med afsæt i forskning, praksiseksempler og deltagernes egne erfaringer arbejder vi med at få øje på de børn, som ikke nødvendigvis af sig selv finder vej ind i lege- og bevægelsesfællesskaberne, og hvordan skolen kan understøtte deres deltagelse.

Vi arbejder med at skabe blik for de deltagelsesmuligheder, som skolens fysiske rammer, organisering af pauserne og de voksnes handlinger kan åbne for eller begrænse. Samtidig undersøger vi, hvordan små og målrettede greb kan være med til at skabe mere inkluderende pausemiljøer, hvor flere børn oplever bevægelsesglæde, relationer og tilhørsforhold.

Workshoppen veksler mellem oplæg, bevægelse, refleksion og udviklingsarbejde og giver inspiration til, hvordan lærere og pædagoger i fællesskab kan arbejde med at udvikle aktive og inkluderende frikvartersmiljøer.

På workshoppen får du mulighed for at:

- Få indsigt i sammenhængen mellem leg, bevægelse, trivsel og deltagelse
- Reflektere over, hvilke børn der deltager i frikvarterets bevægelsesfællesskaber, og hvilke der risikerer at stå udenfor
- Arbejde med skolens rammer, organisering og voksenroller i pauser og frikvarterer
- Udvikle idéer og konkrete greb, der kan understøtte flere børns deltagelse i lege- og bevægelsesfællesskaber

Next step – hvad gør jeg nu?

Workshoppen afsluttes med, at du identificerer konkrete muligheder for at styrke deltagelsesmulighederne i pauser og frikvarterer i din egen praksis. Med afsæt i skolens lokale kontekst arbejder du med de første skridt mod mere inkluderende bevægelsesmiljøer.