Gør tanke til handling
VIA University College

Temamøde 4
Bevægelse i fritidspædagogiske sammenhænge for alle børn

3. marts 2022

Lektor Tanja Christensen

Opsamling på hjemmeopgave

Giftig pil

2 og 2 sammen

Tage fat i en hånd med en finger som pil

Du skal nu ramme din makker med pile

Kroppen som menneskets grundvilkår

Kroppen er, når alt kommer til alt, hele grundlaget for et menneskes eksistens i verden.

Hvad ville vi være uden krop?

Thomas Moser

Kroppen som menneskets grundvilkår

Men husker vi kroppen i hverdagspædagogikken?

Tænker vi børnenes kropslighed ind i vores fritidspædagogiske arbejde?

Hvordan "opdager" vi, de børn der har motoriske vanskeligheder og hvordan hjælper vi de børn?

Noget kan du, andet kan du ikke endnu. Uanset om du kan eller ej, er det godt at lave alle de forskellige aktiviteter

Gynge og Snurre
Gynge frem og tilbage og snurre rundt

Flyverstilling
Ligge på maven og holde arme og ben løftet i mindst 20 sekunder

Rulle
Rulle med strakt krop frem og tilbage

Kolbøtte
Slå kolbøtter

Stå på ét ben
Stå på ét ben i mindst 20 sekunder (benene må ikke røre hinanden)

Hoppe fremad
Hoppe mindst 5 felter frem med samlede ben og på ét ben (let og rytmisk)

Hoppe over
Hoppe over ting der bevæger sig (fx sjippetov i bevægelse eller en rullende stang)

Balancegang
Gå på line med rolige skridt – mindst 15 skridt

Gadedrengeløb
Løbe gadedrengeløb

Klatre
Klatre sikkert op og ned i ribber og i klatrenet

Trillebørgang
Gå trillebørgang med strakt krop

Sparke til bold
Sparke til bolde i forskellige størrelser retningsbestemt og med passende kraft

Gribe bold
Gribe en tennisbold med begge hænder ud fra kroppen. Gribe en tennisbold med én hånd

Kaste bold
Kaste bolde i forskellige størrelser retningsbestemt og med passende kraft

Kondi
Lave aktiviteter der gør os forpustede og får hjertet til at banke hurtigere

Klippe
Klippe former ud af papir efter en streg

Farvelægge og skrive
Farvelægge indenfor stregerne og skrive læselige bogstaver

Berøring
Kunne lide berøring i form af knus, stå og sidde tæt

Selv-hjulpenhed
Lyne jakke, knappe knapper og binde snørebånd. Holde orden i skoletasken

Kroppen som grundvilkår

Hvordan gør vi børnene klar til deltagelse i de aktiviteter SFO (og skole) tilbyder/igangsætter?

Fx stikbold, fangeleg, fodbold, rundbold m.v. ?

Både rent fysisk/motorisk, men i lige så høj socialt, psykisk og kognitivt??

Bevægelse i SFO/Fritidsinstitutionen

Hvilke bevægelsesaktiviteter tilbyder I børnene?

På hvilken baggrund er aktiviteterne valgt?

Hvor meget bestemmer børnene?

Hvor meget bestemmer de voksne?

Pædagogisk idræt

En legende og kropslig tilgang til udvikling og læring.

Børn lærer, erfarer og forstår med kroppen

Dels i aktivitetsform – det formelle rum og

dels i hverdagspædagogikken – de uformelle rum

Handler om hele barnets udvikling og at skabe et alsidigt bevægelses- og læringsmiljø

Fokus på at det er sjovt for alle - **bevægelsesglæde for alle**

Man udvikler altså andet og mere end bare det fysiske element

Bottom up – Top down

Med pædagogisk idræt vil vi gerne arbejde indefra og ud eller nedefra og op (hjernemæssigt)

- Kropslige sansninger og erfaringer
- Berøring
- Tonen og stemningen
- Børnene mærker det hele og det forplanter sig i kroppen

Et vigtigt supplement til oppe fra og ned - top down (hjernemæssigt), hvor vi taler til hovedet og forventer at børnene kan justere sig og forstå.

Pædagogisk idræt

Bevægelses- og legeaktiviteter som er målrettet det børnene har behov for udviklingsmæssigt.

Dvs. med didaktiske overvejelser og alsidighed for øje.

Det vil sige, kroppen medtænkes og tilgodeses hele tiden, fordi vi tror på, at det er en forudsætning for optimal udvikling og læring og fordi børn som udgangspunkt er kropslige og legende.

Læringsperspektivet

De aktiviteter, vi laver med børnene, skal have et læringsperspektiv.

Vi tager altid udgangspunkt i det enkelte barn eller gruppen.

Det kan være en børnegruppe, som fungerer dårligt rent socialt – så laver vi pædagogisk idræt med udgangspunkt i det sociale fokuspunkt, hvor børnene fx er nødsaget til at samarbejde for at aktiviteten fungerer.

Fx stikbold for hold

VÆLTE
VÆG

HVER FINGER TIL
TOMMEL

STOLEKRYDS

HELKROPS-
MASSAGE

STOL-
ARMBØJNINGER

FINGERTRÆK

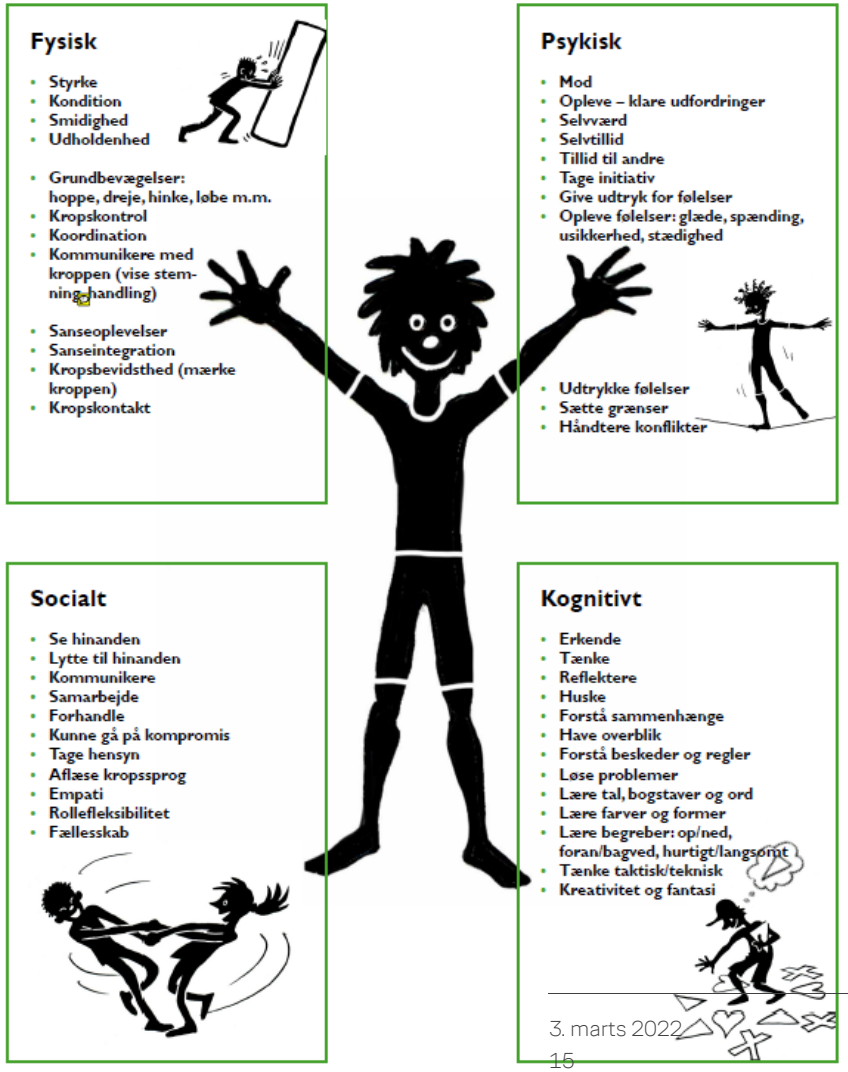
STATUEN

De fire fokuspunkter

For at skabe fokuserede aktiviteter arbejder vi med de 4 fokuspunkter.

Alle 4 er ofte på spil, men vi fokuserer på det fokuspunkt, hvor deltagerne har størst behov.

Det betyder at aktiviteten ændres, så den passer til det valgte fokuspunkt og de/den, som igangsætter og styrer aktiviteten, regulerer sine pædagogiske virkemidler i samme retning.



Fysisk brainbreak en umulige

Roter venstre fod mod højre – tegn 8 tal med højre hånd.

Kognitiv brainbreak
Højre – Grøn – Ned - Op

Dan makkerpar

Højre – venstre hånd mod makkerens venstre hånd

Grøn – Højre hånd mod makkerens hånd

Ned – High ten

Op – begge ned i hug

Psykisk brainbreak
Du siger det, jeg gør og gør det, jeg siger.

2 og 2 sammen

Den ene går frem og siger: "jeg hopper", og drejer rundt.

Den anden siger: "jeg drejer rundt", og hopper.

Nu finder den anden på en ny

Social brainbreak
Papiret skal igennem stolen/bordet

2 og 2 sammen

Et stykke papir

I holder begge med en hånd på papiret og skal nu have papiret igennem stolebenene.

Gruppedialog

Nævn aktiviteter inde for hver fokuspunkt, som I laver i SFO`en.
Altså hvilke aktiviteter laver I med henholdsvis
Fysisk
Psykisk
Social
Kognitiv
Fokuspunkt?????

Det inkluderende perspektiv

Det er de inkluderende processer, der skal fremmes i pædagogisk idræt.

Aktiviteterne i pædagogisk idræt må ikke udelukke nogen – der skal være plads til alle.

De voksne regulerer på regler og rammer, så der kan blive **nuanceforskel i deltagelse** – alle er forskellige og skal have forskellige udfordringer.

Udgangspunktet at den voksne vurderer målgruppens behov og ideer.

Når vi i vores forberedelse er opmærksomme på hvilke udsatte positioner, en given aktivitet kan skabe for de enkelte børn, ændrer vi aktiviteten for alle børnene og eliminerer dermed de udsatte positioner og skaber pædagogiske bagdøre.

Det inkluderende perspektiv

De **pædagogiske bagdøre** kan dels være implicit i aktiviteten, så den rummer de forskellige børn og endvidere skal vores formidling være bevidst – hvad siges og hvad undlades.

De pædagogiske bagdøre kan også blive tilført af børnene eller vi ændrer på deltagelsesmulighederne for enkelte børn. Det betyder selvfølgelig også noget, hvordan vi voksne agerer i aktiviteten

Vi arbejde med **nuanceforskel i deltagelse** – som betyder at vi skaber deltagelsesmuligheder i aktiviteten ved, at børnene kan deltage på nuancerede måder, fordi vi ser processuelt på barnets deltagelse.

Nogle børn har en læringsstrategi, hvor de har brug for at iagttage og afkode aktiviteten, før de kan deltage - **Perifer legitim deltagelse –** og vi skal skabe mulighed for, at barnet kan melde sig ind i aktiviteten.

Det inkluderende perspektiv
Dialog

Find en aktivitet I ofte sætter i gang eller giver børnene lov til at lave

Er aktiviteten i sin grundform ekskluderende?

Kan I ændre aktiviteten og gøre den mere inkluderende?

Er det muligt at kigge på/passiv deltagelse? Hvorfor/hvorfor ikke?

Er det en aktivitet man dør i/er "ude" i ? Kan det ændres så man få en ny rolle og stadig være en del af aktiviteten?

Vil de hurtige have fordel? Kan andre intelligenser få plads?

Kom med ideer til hvordan legen kan ændres så den bliver mere inkluderende

Mange gamle lege er ekskluderende: banke bøf, fangelege, rundbold, stopdans m.v.

Rollemodelsperspektivet

Hvem skal barnet/børnene lære af??

Personalet må selv leve op til det, man ønsker og forventer af børnene.

De voksne har en vigtig funktion som rollemodeller, specielt i forhold til krop og bevægelse, men også på andre områder.

Den fysiske leg med børnene bør ikke anses som en meningsløs pligt.

Personalet må forsøge at mobilisere barnet i sig selv og nå frem til ægte udtryk for glæde ved kropslig udfoldelse i samværet med børnegruppen.

Dette betyder imidlertid også, at ikke alt kan passe for alle, hverken børn eller voksne. Børn må også lære, hvor andre har grænser og begrænsninger i forhold til deres kropslighed.

Dialog og øvebaner

Refleksion og dialog om:
Hvad er du blevet optaget af i dag?
Hvordan kan du sætte kroppen mere i centrum i den pædagogiske hverdag?
Hvordan kan du bruge pædagogisk idræt i dit arbejde?

Øvebaner:
Hvilke øvebaner vil du iværksætte ud fra dagens oplæg om bevægelse og kropslighed?
Hvad vil øvebanerne kræve af dig og hvordan vil du sparre med dine kollegaer?

Inspiration

www.bedstsammen.kk.dk

Skole – Handivid.dk (aktiviteterforalle.dk) - www.aktiviteterforalle.dk/skole/

Sæt skolen i bevægelse – Øvelsesdatabase https://skoleidraet.dk/bevaegelse-hele-skoledagen/projekter/bevaegelse-i-undervisningen/%C3%B8velsesdatabase/

Nyhedsbreve fra Dansk skoleidræt med ugen øvelser, månedens leg ¨m.v.
Dansk Skoleidræt - Multi opt-in form (bwz.se)