

Trénel, Lise Andersen: Fysiske aktiviteter i et trygt inkluderende læringsmiljø

Lektor, Cand. Psych., VIA University College

lta@via.dk

De danske folkeskolelærere står med den nye folkeskolereform overfor et nyt krav, om at skulle implementere fysiske aktiviteter og motion i gennemsnit 45 min. i løbet af skoledagen. International forskning tyder på, at det er en god investering, hvis man fokuserer på elevernes læringsudbytte, idet studier tyder på, at fysisk aktivitet har en positiv indvirkning på de eksekutive funktioner, forbedrer hukommelsen og skærper opmærksomheden (Review: Hötting & Röder, 2013), og at der er en positiv sammenhæng mellem fysisk aktivitet og elevernes faglige præstationer (Review: Erwin, 2012). Forskningsresultaterne er dog langt fra entydige - selvom mange undersøgelser peger på signifikante sammenhænge, er der også en betydelig mængde nulfund (Review: (Howie & Pate, 2012; Rasberry et al., 2011)). Men hvad kunne tænkes at påvirke sammenhængen mellem fysisk aktivitet og læringsudbytte? Tomporowski (2011) foreslår, at de fysiske aktiviteter betydning for læringsmiljøet kan være en mulig forklarende faktor. Sammenhængen mellem fysisk aktivitet og læringsmiljø har dog hidtil været stærkt underbelyst.

Men hvilken betydning har de fysiske aktiviteter for læringsmiljøet i klassen? Og hvordan griber lærerne det bedst an, at implementere fysiske aktiviteter i den inkluderende folkeskole?

Den præsenterede undersøgelse er *et review* over national og international forskning vedrørende fysisk aktivitet i skolen og læringsmiljø. Undersøgelsen er en del af et større projekt, hvor også lærerens praksiserfaringer med implementeringen af fysiske aktiviteter i skolen skal undersøges. Projektet er knyttet til programmet ”Krop og læring” under forskning og udviklingscenteret: VIA Børn & Unge Kultur, Århus.

Språk: Dansk eller engelsk

Referencer

Erwin, H. et al. (2012). A Quantitative Review of Physical Activity, Health and Learning Outcomes Associated With Classroom-Based Physical Activity Interventions. *Journal of Applied School Psychology*, 28, 14-36.

Howie, E.K. & Pate, R. (2012). Physical activity and academic achievement in children: A historical perspective. *Journal of Sport and Health Science*, 1, 160-169.

Hötting, K. & Röder, B. (2013). Beneficial effects of physical exercise on neuroplasticity and cognition. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 37, 2243 - 2257.

Rasberry, C.N. et al. (2011). The association between school-based physical activity, including physical education and academic performance: A systematic review of the literature. *Preventive Medicine*, 52, 10-20.

Tomporowski, P.D. et al. (2011). Physical activity interventions and children’s mental function: An introduction and overview. *Preventive Medicine*, 52, 53-59.