

Tænk fremad - bliv DGI Profilskole

# DGI Profilskole

Idræt, leg og bevægelse



[www.dgi.dk/certificeringer](http://www.dgi.dk/certificeringer)

I samarbejde med



# Fysisk aktivitet fremmer læring

## Der er sammenhæng mellem fysisk aktivitet og læring.

I oktober 2011 blev der afholdt en konsensuskonference, hvor forskere fra Danmark og Sverige sammen med repræsentanter fra idrættens organisationer samt Kulturministeriet og Børne- og Undervisningsministeriet var samlet for at diskutere forholdet mellem fysisk aktivitet og læring. Forskerne repræsenterede meget forskellige fag og discipliner inden for området.

På konferencen blev der fremlagt såvel originale studier som reviews over relevante internationale studier på feltet. På baggrund af de fremlagte forskningsresultater og diskussionerne på konferencen kunne det konkluderes,

at der er en dokumenteret sammenhæng mellem fysisk aktivitet og læring uanset alder.

## Konklusionen hænger bl.a. sammen med:

- At fysisk aktivitet forbedrer kognition. Det er sandsynliggjort i forhold til problemløsning, logisk tænkning, rumopfattelse, sproglige færdigheder, arbejdshukommelse, selvopfattelse og opmærksomhed.
- At læring fremmes bedst, hvis den fysiske aktivitet er udfordrende, varieret og indebærer succesoplevelser.
- At fysisk aktivitet integreret i undervisningen ud over idrætsundervisningen har vist sig at fremme læring.

(Kilde: Kulturministeriets udvalg for idrætsforskning, 2011)

Start med et tre timers inspirationsforløb og bliv afklaret med hvilken vej I vil at gå på jeres skole. Ønsker I at blive profilskole, så tæller dette inspirationsforløb som et modul 1!

## Hvad er profilskoler?

Profilskoler er et koncept, som er udviklet af Dansk Skoleidræt og DGI, for certificering af skoler med særlig fokus på idræt, leg og bevægelse som en naturlig og integreret del af hele skoledagen. Som profilskole sætter man nye standarder for, hvordan fysisk aktivitet bliver en succesfuld del af hverdagen på tværs af skole-, familie-, fritids- og foreningsliv. For både familie og idrætsforeninger er vigtige medspillere i forhold til skolen, når det handler om at fremme børn og unges lyst til bevægelse i bred forstand.

## Hvorfor profilskoler?

Udgangspunktet for profilskolekonceptet er selve glæden og begejstringen ved at bevæge sig, fordi det fremmer børn og unges lyst, mod og vilje til at bruge kroppen og derved skaber et fundament for livslang fysisk aktivitet. Når børn og unge får positive oplevelser med idræt og bevægelse - både individuelt og i fællesskab med andre, så motiverer det dem også til at være aktive i foreningslivet og i deres fritid generelt. Centralt i profilskolekonceptet er, at de voksne skal være rollemodeller i forhold til børnene. Det sikrer en målrettet indsats omkring mere fysisk aktivitet i skolen - der ikke kun bygger bro til et aktivt familie- og foreningsliv - men også

gavner elevernes sundhed generelt. Det har desuden en lang række positive effekter i forhold til deres kognitive, motoriske, sociale, mentale og emotionelle udvikling.

## Hvordan bliver man profilskole?

For at blive profilskole skal skolen gennemgå et fastlagt udviklingsforløb. Det skal skabe de kulturelle og faglige forudsætninger for, at skolens personale kan, tør og vil sikre, at idræt, leg og bevægelse bliver en fast og naturlig del af elevernes hverdag, ligesom forældre og lokale idrætsforeninger også involveres i processen. Skolen skal efter hvert af de tre temamoduler (3, 4 og 5) igangsætte aktioner, med henblik på at ændre hverdagspraksis.

## Tidsplan

Udviklingsforløbet er overordnet set opdelt i seks moduler, som sammenlagt tager ca. 1½ år at gennemføre. Individuelle hensyn vil betyde, at forløbet kan blive forlænget.

## Økonomi og aftaler

Et profilskoleforløb har en fast samlet pris. Kontakt jeres lokale DGI landsdelsforening for mere information.

# Kursusforløb

Hvem deltager?	Indholdsbeskrivelse	Metode
<b>MODUL 1</b> Alle lærere deltager samt ledelse og andet relevant personale	Med Glæden i centrum giver vi en indføring i de grundlæggende tanker og værdier, der er i spil, om idræt, leg og bevægelse i skolen, familien og i fritiden. Voksne er rollemodeller. Derfor er det vigtigt, at voksne er bevidste om, at deres optræden og fremtoning påvirker børnene både i og uden for undervisningen. Der bliver givet forslag til, hvordan man kan planlægge og afvikle aktiviteter og der benyttes konkrete redskaber som flow modellen, legeskabelonen mv.	Der undervises i en vekslen mellem teori og praksis.
<b>MODUL 2</b> Arbejdsgruppen består af rep. Fra indskoling, mellemtrin, udskoling samt ledelse og gruppen skal have mandat fra den resterende stab til at arbejde med at udvikle skolens profil i forhold til idræt, leg og bevægelse.	Beskrivelse af skolens profil i forhold til idræt, leg og bevægelse. Analyse af skolens bevægelseskultur, hvad optager os lige nu samt drøftelse af hvorfor vi sætter bevægelse i gang og hvad vi vil opnå? Tilrettelæggelse af tema moduler. Introduktion til arbejdsform og metode samt dokumentation og evaluering.	Procesorienteret modul
<b>MODUL 3, 4 OG 5</b> Udvalgt personale, højst 25 medarbejdere pr modul.  Det er vigtigt, at der deltager repræsentanter fra arbejdsgruppen på hvert af de 3 tema moduler. Ligeledes skal kontaktpersonen deltage på alle 3 moduler.	<b>Tema: Læring i bevægelse</b> Alle elever skal bevæge sig dagligt. Motion giver ikke kun glade børn, men bidrager også til at øge indlæringssevnen. Bevægelse behøver ikke kun være forbeholdt idrætstimerne, men kan også integreres i den almindelige undervisning. Her gives eksempler på, hvor bevægelse i fagene dansk, matematik, engelsk osv. Dansk Skoleidræt "Sæt skolen i bevægelse"  <b>Tema: Bevægelse i skolens forskellige arenaer</b> Motion skal indgå på alle skolens klassetrin i et omfang, der ca. svarer til 45 minutter dagligt. Der arbejdes med at afdække skolens bevægelsesarenaer (hal, sal, udeområder mv.), sådan at der skabes sammenhæng mellem den praktiske planlægning og det understøttende element som motivation og læring i skolen.  <b>Tema: Bevægelse hele dagen</b> Hvordan kan de lokale idrætsforeninger blive en samarbejdspartner i forhold til at bevægelse bruges pædagogisk til at arbejde med fagets indhold. Der gives praktiske eksempler og det drøftes, hvordan der skabes kontakt i det daglige. Ligeledes arbejdes med involvering af forældre og det omkringliggende samfund.	Aktionslæring-/ udviklingsforløb  Efter alle tre tema moduler, skal de 25 deltagere gå tilbage og ændre på deres hverdagspraksis over tid.
<b>MODUL 6</b> Alle medarbejdere samt ledelse mv.	Afsluttende modul hvor skolens profil præsenteres og fejres.	Aktivitetsmodul samt proces



### Nyttige oplysninger:

DGI's landsdelsforeninger er omdrejningspunktet i uddannelsesforløbet.  
[www.dgi.dk/kontakt](http://www.dgi.dk/kontakt)

### Yderligere oplysninger:

Max Rasmussen, DGI, tlf.: 20 80 93 54, mail: [max.rasmussen@dgi.dk](mailto:max.rasmussen@dgi.dk)  
Katja Bødtger, DGI, tlf.: 23 36 68 29, mail: [katja.boedtger@dgi.dk](mailto:katja.boedtger@dgi.dk)  
Niels Grinderslev, Dansk Skoleidræt, tlf. 63311057, [ng@skoleidraet.dk](mailto:ng@skoleidraet.dk)

DGI · Vingsted Skovvej 1 · 7182 Bredsten · Telefon 79 40 40 40 · [info@dgi.dk](mailto:info@dgi.dk) · [www.dgi.dk](http://www.dgi.dk)

**DGI**