

Projektbeskrivelse - Psykomotorisk undervisning i folkeskolen

Projektgruppe: Steen Schytte Olsen, Malene Norup Stolpe, Tanja Thinggaard Andersen.
Psykomotorikuddannelsen.

Baggrund

Bevægelse er blevet højere prioriteret i folkeskolen med den nye skolereform, som en del af den såkaldt understøttende undervisning, som skal anvendes til forløb, læringsaktiviteter m.v., der enten har direkte sammenhæng med undervisningen i folkeskolens fag og obligatoriske emner, eller som sigter på at styrke elevernes læringsparathed, sociale kompetencer, alsidige udvikling, motivation og trivsel. På alle folkeskolens klassetrin skal motion og bevægelse indgå i et omfang, der i gennemsnit svarer til cirka 45 minutter dagligt i løbet af den længere og varierede skoledag (Undervisningsministeriet 2014).

Den øgede fokus på bevægelse og læring sker bl.a. på baggrund af, at der igennem de senere år er kommet forskningsresultater, der over en bred kam dokumenterer, at elever lærer bedre i traditionelt stillesiddende fag, hvis de med jævne mellemrum giver hjernen en lille pause og i stedet sætter gang i kroppen og får pulsen op i et par minutter – uanset hvordan dette så på et mere konkret plan hænger sammen med den faglighed, der er på spil, og dette støttes bl.a. af helt nye forskningsundersøgelser fra Syddansk Universitet og Københavns Universitet, som viser, at fysisk aktivitet af forskellige modaliteter og forskellige varigheder påvirker eleverne positivt (Institut for Idræt og Biomekanik 2015).

At fysisk aktivitet integreret i undervisning ud over idrætsundervisning har vist sig at fremme læring, bunder i flere faktorer, herunder at fysisk aktivitet øger dannelsen af stoffer der kan fremme hjernens strukturelle og funktion, at fysisk aktivitet forbedrer kognition og opmærksomhed, og at fysisk aktivitet kan være et redskab til en positiv udvikling af mentale, emotionelle og sociale processer (Kulturministeriets Udvalg for Idrætsforskning 2011).

Læring styrkes således ikke blot af den egentlige aktivitet, men også af de omstændigheder og de deltagere der er med i aktiviteten. Ved at indgå i et andet fællesskab end det fagfaglige har eleverne mulighed for at byde ind med andre kompetencer end de faglige og på den måde kan bevægelse eksempelvis være med til at skabe trivsel for de elever, som ikke er fagligt stærke, men som besidder andre kompetencer såsom kropslige og sociale kompetencer. Således kan der opbygges handlekompetence gennem erfaringer med mange forskellige måder at lære på, kropsligt og som en del af en gruppe.

Psykomotorisk undervisning har netop fokus på kropslige læreprocesser og gruppedynamik, og kan således indgå i arbejdet med at udnytte potentialet i at finde og udvikle andre læringsmetoder end de gængse. Den psykomotoriske undervisning handler om samspillet mellem krop og bevidsthed og bruger bl.a. fysisk aktivitet og refleksionsøvelser på en systematisk måde til bl.a. at forbedre læring, mestring, livskvalitet og symptomhåndtering for borgere, klienter og patienter (Probst et al. 2010).

Formål

Projektet "*Psykomotorisk undervisning i folkeskolen*" skal undersøge hvordan trivsel og sociale kompetencer kan påvirkes, når den normale undervisning suppleres med psykomotorisk terapi i udskolingsklasser, som netop er sammensat ved interventionens start.

Hypotese

Da der er vist såvel, at der er mere direkte effekter af bevægelse på læring, og at der er en sammenhæng mellem elevernes trivsel og deres læring, er det en hypotese i projektet, at bevægelsesundervisningen vil bidrage positivt til læringsmiljøet i folkeskoleklasserne gennem øgning af elevernes sociale kompetencer og trivsel.

Metode

Projektet forløber over en periode på 10 uger. I de 10 uger skal der indgå psykomotorisk undervisning og bevægelse i fem 7. klasser. Skolen ligger i Helsingør kommune, og skolens 7. klasser er fordelt på to matrikler. Klasserne på dette klassetrin er sammensat af elever fra skolens tre underafdelinger og der er altså tale om nyetablerede klasser.

Skolen kendetegnes ved at der arbejdes tæt sammen på tværs af klasserne på de to afdelinger, og foruden de tilknyttede lærere indgår også LKT (læring, kontakt og trivsel) personale i opstartsfasen af de nye 7. klasser.

I gennem forskningsprojektet vil der blive samarbejdet med disse medarbejdere på skolen. Herudover vil der formodentlig også være tale om personale fra ressource teamet, som forestår støtteopgaver for de elever, der må have behov herfor.

Den psykomotoriske undervisning og bevægelse bliver lagt ind i klassernes skemaer, således at der er 3x45 min pr. uge i hver klasse. Undervisningen indgår som den understøttende undervisning og dermed skal opfylde de krav, der er til denne undervisning.

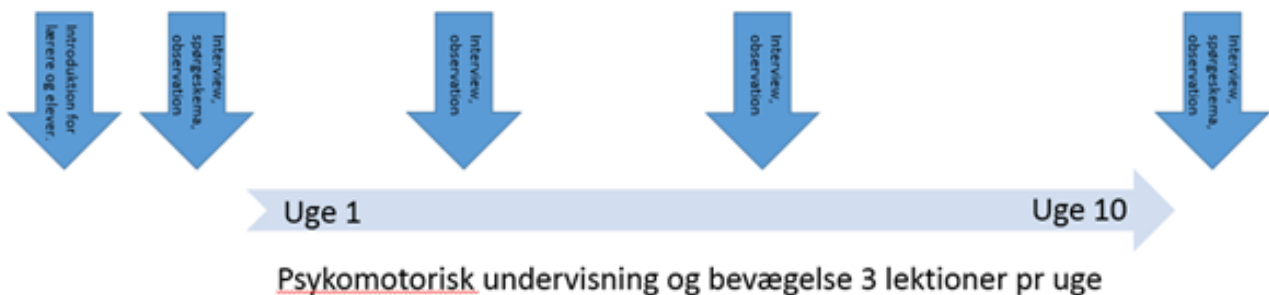
Det vil være uddannede psykomotoriske terapeuter, der forestår undervisningen, men med overordnede retningslinjer for undervisningens indhold fra projektgruppen.

Under og efter interventionen skal der foretages observationer samt en spørgeskemaundersøgelse.

Observationerne vil fokusere på gruppedynamikken i klassen i den psykomotoriske undervisning (Kristiansen & Krogstrup 1999; Rønholt et al. 2003; Christensen & Kornerup 2014).

I undersøgelsen anvendes et spørgeskema, som skal belyse effekten af interventionen med henblik på mental sundhed, sociale kompetencer, kropsofattelse, self-efficacy, oplagthed og koncentrationsevne. Spørgeskemaet besvares af alle elever hhv. inden opstarten af interventionen og umiddelbart efter de 10 ugers intervention. Spørgeskemaet udgøres af 20 spørgsmål fra hhv. Skolebørnsundersøgelsen/HBSC.dk; Statens Institut for Folkesundhed 2015), Undervisningsministeriets trivselsundersøgelse for mellemtrin og udskoling (uvm.dk) samt spørgsmål om kropsbevidsthed, som tager udgangspunkt i forskning af Mehling et al. (2012). Besvarelsen af spørgeskemaet foregår i klasserne i forbindelse med elevernes almindelige undervisning.

Skematisk oversigt over interventionsforløbet



Tidsplan for projektet

Marts 2015-juli 2015:

Udarbejde projektbeskrivelse, forundersøgelser, planlægning af intervention.

August 2015 – november 2015:

Gennemføre intervention med psykomotorisk undervisning i folkeskole. Indsamling af data.

December 2015 – juni 2016:

Databehandling; analyser. Udarbejdelse af forskningsartikler og andre produkter.