

Idræt som løftestang for inklusion og læring

Det er ikke nyt, at børn og unge får det bedre i kroppen, når de dyrker idræt. At de også får det nemmere med bøgerne er en anden stor gevinst – ikke mindst for elever, der har det svært med boglige fag

TEKST: ANNA PIA HOLMGAARD

Gennem 10 år har man på Idrætsefterskolen i Ulbølle høstet masser af viden og praktisk erfaring med idræt i undervisningen. Ikke bare forstået som 'flere idrætstimer', men hvor lærerne helt konkret og systematisk har anvendt idræt som et redskab, der skulle styrke både den generelle indlæring, men også trivsel, sundhed og hele inklusionsfor-

målet, hvor alle uanset kompetencer skal have mulighed for og ret til at være med i et fællesskab. I Svendborgprojektet, hvor eleverne får ekstra idræt hver uge, har fokus i stor stil primært været på det trivsels- og sundhedsmæssige aspekt. Men indlæringen er også en meget væsentlig fordel, mener Thomas Buch, medstifter af den populære

efterskole i Ulbølle, hvor alle 76 pladser er fuldt besat, og hvor mange kommer med diagnoser som ADHD, autisme og andre indlæringsvanskeligheder.

Stor appetit på at lære

- Vi møder unge, der er kvæstede af deres skolegang. De har lært, at de ikke kan lære, om man så

OM IDRÆTSEFTERSKOLEN ULBØLLE

Idrætsefterskolen Ulbølle (IEU) er en efterskole for unge med særlige læringsforudsætninger. Filosofien på efterskolen at finde og udvikle de talenter, eleverne har og bruge det til udvikling af tilværelseskompetencer
Anerkendende pædagogik er en hjørnesten i vores arbejde og i vores tilgang til samvær, der er præget af god energi og masser af humor
Skolen ligger i et hyggeligt, sydfynsk landsbymiljø, tæt på vandet med gode idrætsfaciliteter

OM THOMAS BUCH

Gift med Maj-Britt, der er viceforstander på skolen
Lærer fra 1985-1991
Medlem af den daglige ledelse på Skolerne i Oure fra 1991-2001
Medlem af Netværk Danmark fra 2002
Viceskoleleder på en specialskole fra 2002-2005
Forstander og medstifter af specialskolen Idrætsefterskolen Ulbølle i 2005
Medlem af ESF styrelse fra 2008-2014
Ass. coach Beachvolleylandsholdet 2007-2012
PD i skoleledelse
Fyns Amts Lederuddannelse
Systemisk lederuddannelse fra Mac Mann Berg



må sige. Vi bruger idrætten meget målrettet, ikke kun som motion, men som et redskab, der hjælper indlæringen på vej - også i de boglige fag. Vi kan se at det virker, og der er også internationale undersøgelser, der viser, at god fysisk aktivitet og sundhed faktisk bidrager meget positivt i øvrige fag, fortæller Thomas Buch.

- I begyndelsen troede vi, at de her elever slet ikke orkede dansk og matematik. Men det viste sig, at de tværtimod har stor appetit på også de boglige fag - hvis vi blot får tilrettelagt skolegangen og timerne, så kroppen også har det godt, fortæller han. At kroppen har det godt betyder helt banalt, at hovedet får det bedre. Og så er den positive cirkel sat i bevægelse - en cirkel, der kan begynde med noget så enkelt som en ti minutters løbetur inden dansktimen, et boldspil, der bliver integreret med planlægning og matematiske færdigheder eller noget helt tredje.

To store fordele

- Det handler om at tænke læringsmål ind i forløbene helt fra begyndelsen, og her har idrætten

store fordele, siger Thomas. For det første er idrætten et godt redskab til at skabe relationer. Og gode relationer, såvel mellem lærere som elever skaber alt andet lige også god læring og effekt for den enkelte elev. Idrætten er også et godt sted at eksperimentere, fordi der er faste rammer. Man kan sætte mange kompetencer i spil - lige fra sociale og følelsesmæssige kompetencer til kognitive kompetencer.

For det andet har idrætten nogle rent fysiske fordele. Man ved, at fysisk aktivitet udløser 'belønnings'-stoffer i hjernen, f.eks. dopamin og endorfin, der giver stærke, positive oplevelser og gør, at eleverne bliver bedre til de boglige fag. En sejrsfølelse på det fysiske plan smitter simpelthen af på motivationen på det boglige plan - og på troen på, at jeg er god nok.

Stigende interesse

Thomas Buch underviser sammen med tre kolleger både lærere fra Svendborg og lærere fra øvrige kommuner i, hvordan idrætten kan anvendes konstruktivt og målrettet i arbejdet med børn og

unge, der har særlige læringsforudsætninger. Kurserne vil i løbet af 2014 have 150 deltagere og har allerede nu været en succes - ligesom der er stigende interesse for feltet.

- Vores kursus går på to ben, kan man sige. Vi fortæller, hvilke forbehold og hensyn, man skal tage, når man arbejder med børn og unge, der har særlige læringsforudsætninger. Hvad man kan forvente og hvad man skal kunne tackle som lærer på en god måde, fortæller Thomas.

- Derudover underviser vi i forskellige typer aktiviteter, der har vist sig at være gode og som fremmer læringsmål. Det kan vi gøre på en stærk baggrund, fordi vi i Ulbølle netop har rigtig mange års erfaring og har været pionerer på området. Vi håber selvfølgelig, der bliver ved med at være fokus på idrætten som læringsredskab, fordi vi kan se at der er så gode resultater. Ikke for vores skyld som skole eller lærere - men naturligvis fordi det handler om at skabe værdi, god skolegang og udgangspunkt for et godt liv for alle typer børn og unge. Med det formål for øje spiller idrætten klart en vigtig rolle i skolen, siger han.

