



LIVSSTIL OG KROPSIDEALER

TYPE: AKTIVITET // VARIGHED: 90-180 MIN // TRIN: 5.-6. KLASSE



SUNDHEDSFAG



HISTORISKE FÆNOMENER



BILLEDKUNST

FORMÅL

Overordnet: at eleverne udvikler viden, forståelse og kompetencer til at tage vare på deres egen sundhed, særligt i forhold til at leve et aktivt liv, både i skolen og i deres fritid.

Specifikt: Eleverne kender til kropsidealer historisk set. Eleverne kan samtale om kroppe, mangfoldighed og livsstil.

FORBEREDELSE

Klargør arbejdsark med tekst til tidslinien. Print dem evt i A3.

Pap og papir til at lave tidslinie.

Find evt billeder til de enkelte tidsperioder på forhånd.

BESKRIVELSE

Introducer eleverne til emnet kropsidealer. Lav en fysisk tidslinje i et lokale med plads på gulvet. Lad eleverne lave historiske markeringer, der inddeler tidslinjen i tidsperioder.

Fordel eleverne i mindre grupper. Hver gruppe får en del af tidslinjen. De skal finde billeder, der kan repræsentere de enkelte tidsperioder og arbejde sammen om at placere billederne i kronologisk rækkefølge på tidslinjen.

Gennemgå billederne og tal om de kropsidealer, som de viser. Tal om hvorfor netop disse kropsidealer eksisterede på denne tid.

Eleverne skal efterfølgende i grupperne selv finde forskellige billeder af nutidige kropsidealer.

Fordel følgende "kategorier" blandt grupperne: den perfekte krop, den normale krop, den naturlige krop, den trænede krop, den overvægtige krop, mandekroppen, kvindekroppen, en ung krop, barnekroppen.





LIVSSTIL OG KROPSIDEALER

TYPE: AKTIVITET // VARIGHED: 90-180 MIN // TRIN: 5.-6. KLASSE

SAMMENHÆNG

Lad eleverne samtale i grupperne om følgende:

- Hvad er et kropsideal?
- Hvordan har kropsidealet udviklet sig gennem tiden? Hvorfor?
- Hvorfor er der forskel på mandlige og kvindelige kropsidealer?
- Er billederne et udtryk for et normalt menneske?
- Hvad er et normalt menneske?
- Hvad er kropsidealet i dag? Hvem har bestemt at det skal være sådan?
- Hvilken betydning har kropsidealet for dig?

VARIATION

Lav en gang "gæt og grimasser", hvor man trækker en af kroppene fra arbejdsarkene og lad eleverne mime kroppen og få de andre til at gætte.

Lad eleverne lave illustrationer af en valgt kropstype, fx med blyantstreg eller kul. Lav en udstilling af resultatet.

ANDRE FAG

Historielæreren vil kunne bidrage og udfolde den historiske del omkring kropsidealers udvikling gennem tiderne og koble det til levevilkår og generel samfundsmæssig udvikling.

Vælger I at arbejde med at illustrere kropstyper, former eller dele, kan billedkunstlæreren inddrages.



LIVSSTIL OG KROPSIDEALER

ARBEJDSARK - TEKST TIL TIDSLINIE

FRA MUSKELMAND TIL NUMSEDRONNINGER - NEDSLAG I 200 ÅRS KROPSIDEALER

1800 Muskelmænd. Stærke mænd optræder i 1800-tallet i omrejsende cirkus med deres muskler og styrke.

1870 Gymnastik. Danskerne retter ryggen og skyder brystet frem med gymnastikbevægelsen, der vinder frem på bl.a. højskoler og i foreninger.

1900 Hvepsetalje. Kvinder må gerne være fyldige, men taljen skal være slank, og det kan klares med et korset.

1902 Skønhedskonkurrence. Dansk Atlet-Union arrangerer den første skønhedskonkurrence for unge mænd, som bl.a. bliver bedømt på kropsholdning.

1920 Drengepigen. Den androgyne "la garconne" uden former bliver ideal med stumfilmsstjernen Asta Nielsen som stilikon.

1921 Medier. Magasinet "Strength and Health" udkommer første gang og grundlægger livstilsmagasin-genren.



LIVSSTIL OG KROPSIDEALER

ARBEJDSARK - TEKST TIL TIDSLINIE

FRA MUSKELMAND TIL NUMSEDRONNINGER - NEDSLAG I 200 ÅRS KROPSIDEALER

1950 Monroe. Torpedo-bh'en fremhæver 50'ernes feminine kropsideal, som blandt andet legemliggøres af Marilyn Monroe.

1961 Fitnesskæder. Form & Figur grundlægges og bliver den til dato største danske fitnesskæde. Kæden kobler træning med sundhed og æstetik.

1978 Filmsucces. "Pumping Iron" med Arnold Schwarzenegger i hovedrollen får premiere, og den baner vejen for et gennembrud for bodybuilding.

1980 Aerobic. Med 80'ernes fitnessbølge vinder tonede kvinder og pumpede mænd frem.

1990 Heroin-chik. Supermodellen Kate Moss er klasseeksempel på 90'ernes ultratynde kvindeideal.



LIVSSTIL OG KROPSIDEALER

ARBEJDSARK - TEKST TIL TIDSLINIE

FRA MUSKELMAND TIL NUMSEDRONNINGER - NEDSLAG I 200 ÅRS KROPSIDEALER

1994 Spinning. Den energiske instruktør Charlotte Bircow introducerer spinning i Danmark. Året forinden udgiver hun træningsvideoen "Baller af stål".

2002 Plussize. Den verdensomspændende modekoncern H & M lancerer kollektionen "Big Is Beautyfull" til kvinder str. 44-54.

2003 Metroseksuel. Symboliseret ved bl.a. fodboldspilleren David Beckham lanceres begrebet "metroseksuel" om den velplejede mand, der går op i sit udseende.

2010 Bagdel. Former – og især numsen – kommer i fokus med bl.a. realitystjernen Kim Kardashian. Twerking bliver udbredt i bl.a. fitnesscentre.

2014 Spornoseksuel. Med sammentrækningen af sport og porno lanceres udtrykket til at beskrive mænd, der slider i fitnesscentret og viser deres kroppe frem som pornostjerner på sociale medier.

Kilder: SIF: "Ungdomsprofilen 2014", www.fitness-guide.dk
K. Kirkegaard "Fra Muskelmasse til massebevægelse"
www.pol.dk, www.b.dk, www.dr.dk, www.costume.dk.

Temaugen.dk - sundhed og bevægelse er en del af programmet Sunde Børn Bevæger Skolen, som er et samarbejde mellem TrygFonden og Dansk Skoleidræt. Det overordnede mål med programmet er, at flere børn og unge bevæger sig mere og grundlægger sunde vaner tidligt i livet.

dansk
skoleidræt
TrygFonden

SUNDE
BØRN
BEVÆGER
SKOLEN