

5

SKOLERNES MOTIONS DAG

Jacob Have Nielsen
Torben Aaes Hansen
Julie Agergaard
Kamilla Kristensen
Rikke Elvig Odgaard
Sofie Bredsdorff-Larsen



5.1. Om Skolernes Motionsdag

Dansk Skoleidræt har siden 1982 arrangeret Skolernes Motionsdag (SkoMo). Dagen er en af skolernes helt faste traditioner hvert år, hvor skoleelever over hele landet bevæger sig sammen fredag i uge 41.

Ideen blev oprindeligt fostret af en gruppe idrætslærere, som gerne ville skabe et fælles motionsarrangement på Fyn. Allerede året efter blev dagen landsdækkende. I starten løb eleverne udelukkende, men med årene udviklede begivenheden sig til også at omfatte mange andre aktiviteter. Aktiviteterne veksler fra skole til skole, men DSI arbejder hvert år for at inspirere til en varieret dag med glæde, bevægelse og fællesskab.

5.2. Formål og mål

Det overordnede formål med DSIs arbejde med SkoMo er at skabe rammer og muligheder for betydningsfulde idrætsoplevelser for alle elever. Samtidigt skal SkoMo være et fast og tilbagevendende holdepunkt i arbejdet med at udbrede og understøtte bevægelseskulturen på danske skoler. Alt sammen en del af arbejdet hen mod målet om at flest mulige elever oplever bevægelse, fællesskab og trivsel i deres skolegang. Logic-modellen er baggrunden for nærværende evalueringsdesign.

RESSOURCER	AKTIVITETER	OUTPUTS	OUTCOMES		IMPACT
Projektledelse Kommunikation og marketing Ekspertviden	Formidlingskampagne som formidler materialer samt skolers deltagelse i dagen igennem deltagerregistrering og åbnings-event, samt via Danmarks Motionssuge	Skoler og pædagogisk personale får kendskab til dagen, og måder at variere dagens indhold Dagen giver anledning til tematisk arbejde i idrætsfaget	Pædagogisk personale anvender varierede aktiviteter på selve dagen, uge 41 og i idrætsundervisningen op til uge 41	Pædagogisk personale finder SkoMo meningsfuld. Pædagogisk personale er motiverede for at understøtte den pædagogiske tilrettelæggelse dagen	Skolerne skaber og/eller fastholder en bevægelsestradition og -kultur på skolerne Eleverne har en god dag med glæde, bevægelse og fællesskab
	Udgivelse af opvarmningsdans	Pædagogisk personale benytter sig af opvarmningsdansen på dagen Pædagogisk personale benytter sig af opvarmningsdansen frem mod dagen	Eleverne danser sammen på Motionsdagen		Elever deltager aktivt i gode bevægelsesfællesskaber
	Udvikling og Publicering af inspirationsmaterialer til dagen og idrætsundervisningen Årets tema: Stor-Lille relation	Pædagogisk personale finder det nemt at arrangere en motionsdag som at alle kan deltage aktivt	Pædagogisk personale anvender materialet i tilrettelæggelsen af selve dagen	Flere elever oplever tryktheden igennem stor/lille relationer Flere elever samspiller med hinanden i forskellige fællesskaber	Elever oplever glæde og smil gennem skoledagen

Tabel 5.1. Logic-model for Skolernes Motionsdag.

5.3. Design og dataindsamling

Med udgangspunkt i de før beskrevne formål og mål med SkoMo er følgende evalueringsspørgsmål formuleret:

TEMA SOM UNDERSØGES	SPØRGSMÅL	OBJEKT	AKTIVITET
Udbredelse af SKOMO	Hvor mange skoler afvikler dagen?	Udbredelse af SkoMo	Telefon survey
Skabe en varieret dag med bevægelse	Hvilket indhold har skolerne i dagen?	Skolernes pædagogiske indhold	Telefon survey
En dag med gode bevægelsesoplevelser	Hvordan oplever børnene dagen?	Elevernes oplevelse	Go along interview
	Hvordan deltager eleverne i dagen?	Elevernes deltagelse	Observation
	Hvilken type bevægelsesoplevelse har eleverne?		

Tabel 5.2. Evalueringsdesign for evalueringen af Skolernes Motionsdag

For at undersøge de ønskede spørgsmål i evalueringen anvendes hhv. Go along interviews på dagen, samt et telefon survey til en stikprøve på 100 skoler.

Go along interview

Formålet med Go along interviews og observationer er at få et kvalitativt indblik i, hvordan børnene oplever at deltage i SkoMo. Metoden giver mulighed for at observere, hvad der sker på dagen, og hvordan børnene agerer. Ved at interviewe børnene, imens de deltager i dagen, giver dem mulighed for bedre at forholde sig til, hvad de oplever, i modsætning til retrospectiv interviews, hvor børnene skal genkalde deres oplevelse.

Der blev foretaget interviews og observationer på seks skoler fredag d. 11. oktober på Skolernes Motionsdag. Skolernes karakteristika er beskrevet i tabel 5.3.

SKOLE #	TYPE	STØRRELSE	KLASSETRIN	SPOR	PLACERING	UDEAREAL
1	Folkeskole	Stor	0-9 kl.	3	By	Stort
2	Folkeskole	Stor	0-9 kl.	3	Mindre by	Stort
3	Folkeskole	Stor	0-9 kl.	2	By	Stort
4	Privatskole	Mellemstor	0-9 kl.	2	Bymidte	Meget lille
5	Folkeskole	Lille	0-7 kl.	1	Landsby	Stort
6	Folkeskole	Stor	0-9 kl.	2	By	Stort

Tabel 5.3. Karakteristika for besøgte skoler til interview og observation

Intervieweren deltog aktivt gennem hele skoledagen i de aktiviteter, hvor det var muligt, og intervieweren gennemførte undervejs semistrukturerede interviews med elever (primært) og undervisere (sekundært). Tabel 5.4 viser interviewguiden, som var grundlaget for interviews. Intervieweren havde dog stor frihed til at tilpasse spørgsmålene til den enkelte elev og situationen for at sikre, at informanten bedst muligt kunne relatere til spørgsmålene og emnet.

	TEMA	SPØRGSMÅL	FACILITERENDE TILLÆGSSPØRGSMÅL
TIL ELEVER (PRIMÆRT)	HVAD SYNES ELEVERNE OM DAGEN?	Kan du/I lide at have Skolernes Motionsdag?	Hvis du måtte bestemme, hvad skulle I så lave i dag? Hvorfor? Hvad er det som gør du kan lide dagen? Hvad er det som gør du ikke kan lide dagen?
	HVILKEN TYPE BEVÆGELSESOPLLEVELSE HAR ELEVERNE?	Kan du lide at være aktiv?	Hvordan påvirker motionsdagen din lyst til at være aktiv? Er det en sjov måde at være aktiv på? Hvilke måder synes du er sjov at være aktiv på?
TIL UNDERVISERE (SEKUNDÆRT)	HVORDAN DELTAGER ELEVERNE I DAGEN?	Hvordan oplever du at eleverne deltager i dagen?	Er de motiverede for dagen? Hvorfor/Hvorfor ikke? Hvordan lykkes I med at engagere dem i dagen?
	HVORDAN ANVENDES DSI MATERIALE?	Hvordan planlægges dagen på jeres skole?	Varierer indholdet fra år til år? Anvendes der materiale fra fx DSI i planlægningen?

Tabel 5.4 Interviewguide til semistrukturerede Go along interviews

Intervieweren forsøgte i bedst muligt omfang at interviewe elever fra alle skolens trin, samt dække elevernes køn og engagement⁸ i dagen ligeligt for at sikre at data dækkede alle elevers oplevelse bedst muligt.

Dataanalyse

Interview- og observationsnoter blev først skrevet i stikord og/eller indtalt som memo på smartphone. Herefter blev de renskrevet og uddybet for at sikre at flest mulige aspekter blev husket. Hver note fik et eller flere stikord (koder), der kort beskrev hvad noten omhandlede.

Interview- og observationsdata blev herefter analyseret af samtlige observatører i fællesskab. Data blev indtastet og ensrettet. Herefter blev hvert datainput kodet induktivt. Først analyserede hver observatør sine egne data, og efterfølgende i par for at sikre, at flere perspektiver blev identificeret. Efterfølgende blev en deduktiv analyse gennemført i par omkring to datasæt, hvor observationer, som henvendte sig til forskningsspørgsmålene, blev identificeret. Samtidig foregik en induktiv analyse, hvor andre overordnede temaer omkring dagen, som var synlige i data blev kategoriseret. I den efterfølgende analyse blev data printet og klippet ud, så hvert datastykke havde sin egen seddel. Herepå blev data grupperet i temaer, og analysegruppen identificerede herefter i grupper, hvilke temaer som trådte frem omkring de tre spørgsmål samt de nye overordnede temaer.

I analysen blev det tydeligt, at konteksten på den enkelte skole havde stor betydning for elevernes oplevelser, og derfor blev det valgt først at lave case-analyser på skolerne enkeltvis og derefter samle data til generelle temaer på tværs af skolerne.

Telefonsurvey

Formålet med telefonsurveyet var at afdække, i hvilket omfang skolerne afvikler SkoMo, samt hvilke aktiviteter som afvikles på dagen.

Undersøgelsen blev foretaget via telefonopkald til en stikprøve på 100 danske grundskoler. Totalpopulationen blev udtrukket fra institutionsregisteret og inkluderende folkeskoler samt Friskoler og private grundskoler. Rene 10. klassecentre

⁸ Interviewerens subjektive vurdering

samt skoler, hvor elevtallet ikke var angivet blev sorteret fra, hvilket resulterede i 1848 skoler som grundlag for udtrækningen. Udtrækningen blev stratificeret på geografisk placering (Region) og skolestørrelse (over/under 300 elever), for at sikre den bedst mulige repræsentativitet i undersøgelsen. Stikprøven er beskrevet i tabel 5.5.

	ANTAL SKOLER I POPULATIONEN	FORDDELING I POPULATIONEN (%)			ANTAL SKOLER I STIKPRØVEN	FORDDELING I STIKPRØVEN (% ± (%-POINT AFVIGELSE))		
		TOTAL	SMÅ	STORE		TOTAL	SMÅ	STORE
Region Hovedstaden	441	23,9	7,5	16,4	24	24,0 (+0,1)	7,5 (0)	16,5 (+0,1)
Region Midtjylland	458	24,8	12,6	12,2	25	25,0 (+0,2)	12,7 (+0,5)	12,3 (+0,1)
Region Nordjylland	220	11,9	7,2	4,7	12	12,0 (+0,1)	7,0 (-0,2)	5,0 (+0,3)
Region Sjælland	275	14,9	8,0	6,9	15	15,0 (+0,1)	8,1 (+0,1)	6,9 (0)
Region Syddanmark	454	24,6	13,2	11,4	24	24,0 (-0,6)	12,9 (-0,3)	11,1 (-0,3)
Total	1848				100			

Tabel 5.5. Beskrivelse af stikprøven til telefonsurvey

Skolerne blev kontaktet telefonisk til skolens hovednummer i perioden 21.-31. oktober 2024, og surveyet blev gennemført med personen, som svarede opkaldet (ofte en skolesekretær) uden behov for viderestilling. Dette blev valgt for at sikre en høj svarrate, og spørgsmålene blev valgt og formuleret ud fra, at det skulle være muligt for personen at svare validt på disse; se tabel 5.6. Ved manglende svar blev skolerne kontaktet på i alt 3 forskellige tidspunkter. Skoler, som det ikke lykkedes med at komme i kontakt med efter tredje forsøg, blev registreret som 'Kontakt mislykkedes'.

Outcome	Variabel	Formulering	Svarmuligheder
HVOR MANGE SKOLER AFVIKLER DAGEN?	Udbredelse af SkoMo	Har jeres skole afviklet Skolernes Motionsdag i år?	Ja Nej Ved ikke
	Årsager til fravalg	<u>Hvis 'Nej':</u> Hvad er grunden til at I ikke afvikler Skolernes motionsdag	Åbent svar
HVILKET INDHOLD HAR SKOLERNE I DAGEN?	Skolernes pædagogiske indhold	<u>Hvis 'Ja':</u> Hvilke aktiviteter foregik på jeres motionsdag?	Løb Løb+andre aktiviteter Andre aktiviteter Ved ikke
		<u>Hvis 'Løb+andre aktiviteter' eller 'Andre aktiviteter':</u> Hvilke andre aktiviteter er blevet afviklet	Åbent svar

Tabel 5.6. Spørgeskema telefonsurvey

5.4. Analyse

I det følgende præsenteres resultaterne fra Go along interviews samt telefonsurveyet.

Go along interviews

På Skolernes Motionsdag blev der gennemført interviews med i alt 166 elever, 19 lærere og 2 forældre. Hertil blev elevernes deltagelse samt skolernes afvikling af dagen evalueret igennem observationer. Nedenfor beskrives de 6 case

skoler og de skolespecifikke resultater, hvorefter en samlet analyse på tværs præsenteres.

Case 1

Dagens indhold

Skolen er en mellemstor skole med to spor, beliggende i et boligområde i en større dansk by. Skolernes Motionsdag er den tradition på skolen, som i mange år har fulgt den samme struktur med en opdeling fra 0-5. kl. og 6-9. kl.

0.-5. kl. varmede op sammen udenfor med en fælles opvarmningsdans faciliteret af elever fra 8. kl. Herefter løb og cyklede 4. og 5. kl. forskellige ruter i nærområdet. 0.-3. kl. dansede endnu en dans, hvorefter de løb runder på en 1,5 km. rute i nærområdet.

6.-9. kl. deltog i en aktivitetsdag i hallen, hvor de dystede klassevis i fodbold, høvdingebold og en styrkekonkurrence med forskellige discipliner. Aktiviteterne foregik kønsopdelt og med fokus på fællesskab. Holdene optjente point til klassen, og som supplement til idrætsaktiviteterne skulle alle klasser være udklædt efter et selvvalgt tema. Udklædningen blev vurderet og gav point i den samlede konkurrence. Hertil blev klasserne fotograferet i deres udklædning, og billederne blev hængt op på skolen indtil næste års motionsdag.

Elevernes deltagelse på dagen

I 0.-5. kl. er der overvejende aktiv deltagelse i den fælles opvarmning. Høj musik og facilitering af opvarmningsdansen fra ældre elever skaber god stemning og engageret deltagelse. Ved det efterfølgende løb varierer deltagelsesformerne blandt eleverne. De fleste elever finder sammen og løber eller går i grupper, hvor enkelte elever går eller løber alene. Lærerne understøtter deltagelsen ved, at nogle løber med og følges med elever, som har behov for dette, og andre står med musik og hepper. Det blev observeret, at mange elever søger de steder, der blev heppet og fik motivation til at løbe videre derigennem.

De havde glædet sig til i dag. De viste mig, hvordan de løb, for de skiftede nemlig mellem gadedrengeløb og at gå. De syntes at det var sjovt, og glædede sig lidt til det hele. Men de glædede sig også til ferie [fortæller alt muligt om, hvad de skal i ferien, og efter ferien]. For dem gjaldt det ikke om at få flest streger, men de håbede at deres klasse ville vinde, fordi en fra deres klasse, han var ret hurtig. [det virkede ikke til, at de selv var så motiverede af selve konkurrencen i det. De hyggede sig sammen og snakkede meget, og man kunne fornemme, at de var gode veninder]

Note #19, 2 piger i indskolingen, Skole 1

I 6.-9. kl. skaber udklædningselementet en ekstra deltagelsesmulighed i fællesskabet for eleverne. Alle er udklædte, nogen mere end andre, og det bliver italesat hvor fedt det er med udklædningen

En af pigerne starter samtalen med at sige, at det er den bedste dag på hele året. Generelt var de meget positive over for dagen. De synes det er en god dag fordi, de mærker at der er et godt fællesskab, de synes det er rart ikke at have undervisning og være sammen på en anden måde med sin klasse. De nævner, at det også er fedt, at de kan sidde og heppe på hinanden. En af dem nævner, at det jo også er sjovest, hvis man vinder [de havde lige vundet en høvdingeboldkamp]. De snakkede om, at de også var ret sikre på, at vinde deres fodboldkampe. Derudover havde de lige været inde og samle point i "Benny Bomstærk" ved at lave 20 armstræk i fællesskab. [De fortæller alt dette, imens de sidder på en træbænk, der er taget ind, og en er ved at få flettet hår. De smiler og ser glade ud, og er meget positive].
Note # 6, 3 piger i udskolingen, Skole 1

Andre elever er mere optaget af konkurrenceelementet end udklædning, men viser dog ligeledes et stort engagement og aktiv deltagelse i dagen. Det tyder således på, at det lykkes at engagere en stor del af eleverne til at deltage aktivt, hvilket bekræftes af en lærer, som giver udtryk for at også elever, som ofte udgår med "skader" deltager aktivt på dagen. Dette beskriver en idrætslærer som deltog i dagen

Hun oplevede, at eleverne sådan en dag som i dag, deltog og var engagerede – og hun var overrasket over at de elever, som normalt går ud med "skader" i idrætstimerne og som er mega-uengagerede, bare var på og deltagende i sådan en dag. Det overraskede hende, og det var fedt at se. Samtidig var hun ærgerlig over, at de ikke kunne deltage på samme måde i idrætstimerne, og åbenbart ikke havde motivation for det [det virkede som om, at dagen skabte et rum for, at disse elever kunne deltage uden at blive bedømt og uden, at der var et læringsformål. Der var noget andet på spil].
Note #25, Udskolingslærer, Skole 1

Elevernes oplevelse af dagen

I de yngre klasser hvor løb var den primære aktivitet, kan elevernes oplevelse deles i tre overordnede kategorier. 1) dem som glædede sig til dagen, 2) dem som ikke kunne lide dagen og 3) dem som synes, det var bedre end almindelig undervisning.

Eleverne, som glædede sig til dagen, gav enten udtryk for, at de godt kunne lide at løbe, godt kunne lide at konkurrere mod sig selv eller andre eller godt kunne lide fællesskabet på dagen.

Hun havde bare glædet sig til i dag, og hun håbede at hendes klasse kunne vinde over den klasse, der vandt sidste år. Hun sagde at hun godt kunne lide at løbe.
Note 15, pige på mellemtrinet, Skole 1

De havde glædet sig til i dag. De viste mig, hvordan de løb, for de skiftede nemlig mellem det her [gadedrengeløb] og at gå. De syntes at det var sjovt, og glædede sig lidt til det hele. [det virkede ikke til, at de selv var så motiverede af selve konkurrencen i det. De hyggede sig sammen, og snakkede meget, og man kunne fornemme, at de var gode veninder]
Note 19, 2 piger i indskolingen, Skole 1

Eleverne, som ikke kunne lide dagen, italesatte i høj grad løbeaktiviteten som den primære årsag. De synes, det var hårdt og kedeligt at løbe og ønskede i stedet, at dagen indeholdt andre aktiviteter.

Hun syntes, det var hårdt at løbe og syntes derfor ikke det var sjovt. Hun syntes bare, det var kedeligt, så derfor havde hun ikke glædet sig til dagen. Hun syntes bare det var hårdt. Hun gik alene.

Note 21, pige i indskolingen, Skole 1

De syntes ikke, det var så sjovt, fordi det var hårdt at løbe. Den ene var lidt mere klar på at prøve at løbe, imens den anden slet ikke gad, hvorved det påvirkede hende den anden, som også bare gik så, men egentlig havde lyst til at løbe lidt videre med mig.

Note 22, 2 piger i indskoling, Skole 1

Blandt eleverne, som ikke decideret havde glædet sig, men synes det var bedre end den almindelige undervisning, var det især det at lave noget andet sammen, som blev italesat. Her var der faktisk en interesse i dagen, men løbeaktiviteten blev ikke oplevet som motiverende.

De havde ikke glædet sig decideret til dagen. Det var bedre end at sidde stille inde i klassen, men det var kedeligt bare at løbe, og cykle hen til atletikbanen og løbe mere. Normalt kunne de godt lide at være aktive, den ene gik til gymnastik og den anden til svømning, og de synes også, det var sjovt at danse.

Note 14, 2 piger på mellemtrinnet, Skole 1

De fleste lærere deltog hos de yngre klasser ved at stå i målområdet i normalt tøj og overtøj. Enkelte lærere løb på ruten med eleverne. En lærer gav udtryk for, at dagen fungerede fint. Hvorvidt dette omhandlede den praktiske afvikling af dagen eller det pædagogiske udbytte er uklart, da læreren også gav udtryk for, at der var forskel mellem elevernes oplevelse af dagen.

Syntes egentlig, at der var god opbakning og entusiasme blandt eleverne. Lærerne synes, det fungerer fint nok, og var også opmærksom på, at der jo er forskel mellem eleverne ift. Hvor fedt de synes det er.

Note 24, lærer i indskolingen, Skole 1

I udskolingen var der en overvejende positiv oplevelse af dagen blandt eleverne. Den positive oplevelse relaterede sig dels til oplevelsen af fællesskab fx gennem tematiseringen med udklædning, og dels til de anderledes aktiviteter, eller en kombination.

Eleverne gjorde generelt meget ud af udklædningen, hvor den klassevise tematisering bidrog til at fremme fællesskabsfølelsen og engagementet.

En af pigerne starter samtalen med at sige, at det er den bedste dag på hele året. Generelt var de meget positive over for dagen. De synes det er en god dag fordi, de mærker at der er et godt fællesskab, de synes det er rart ikke at have undervisning og være sammen på en anden måde med sin klasse. De nævner, at det også er fedt, at de kan sidde og heppe på hinanden.

Note 6, 3 piger i udskolingen, Skole 1

De havde glædet sig til i dag [peger rundt med flad hånd for at vise], særligt det her med udklædning er sjovt. Dog glædede de sig til at fodbold var overstået, fordi de hadede fodbold. Høvdingebold var fint nok at være med til. De synes også der var god stemning pga. Musikken.

Note 8, 2 piger i udskolingen, skole 1

For en del af eleverne var glæden for dagen dog primært relateret til at lave andre aktiviteter end løb, samt konkurrenceaspektet. Dette på trods af at de specifikt aktiviteter, særligt fodbold, blev oplevet med forskellig motivation.

De fortæller, at det er deres første år inde i hallen, og at de har glædet sig til det. De har glædet sig, fordi de synes det her [turnering i hallen] er sjovere end at løbe runder, som de plejer at gøre.

Note 2, 2 piger i udskolingen, Skole 1

De havde glædet sig til dagen. De syntes, det var en god dag, fordi man ikke er i "skole", man er aktiv og det er fedt at lave noget sammen med klassen på en anden måde. De var ikke så fan af aktiviteterne, men havde det egentlig fint med at være aktive, så det var ok. [de havde klædt sig godt ud som skatere og havde også skateboards med]

Note 13, 2 piger i udskolingen, Skole 1

Fortæller at de havde glædet sig til dagen [mest en af dem, der fører ordet – de andre er stille], og sidste år vandt de "Benny bomstærk"-konkurrencen, så det kunne være fedt, hvis de kunne gøre det igen, men på den anden side, var det også ret nemt, for der var ingen af de andre, der gik op i det, hvilket også var nederen.

Han synes, at udklædningselementet er fedt, og havde glædet sig til det.

Han brød sig ikke om fodbold, så den del af det synes han var nederen, fordi det var 7 min. Kampe, og de måtte kun være 5 på banen ad gangen, så man skulle hurtigt skifte ud, hvis det var og sådan. Han kunne til gengæld godt lide hævdingebold.

Han synes generelt, det var en god dag, hvor de hyggede sig sammen i klasserne på en anden måde, end når de havde time. Han var gået all in på nisse-tema og var klædt i alfekostume med bjælder på]

Note 5, dreng i udskolingen, Skole 1

Konkurrenceelementet fungerede således for mange som en motivation til at deltage i dagen, men kunne samtidig virke demotiverende for elever som oplevede, at de ikke kunne opnå succes i konkurrencen, eller at deres klassekammerater var uengagerede.

De havde glædet sig lidt til dagen. Det var fint nok. De påpegede, at ikke alle fra deres klasse var klædt ud, men de to her, var lidt udklædte. De vidste dog godt, at de ikke ville vinde nogle ting, da deres klasse ikke var så engagerede i konkurrencen, fordi de ikke syntes det var sjovt. Så derfor gik der lidt af det at deltage i aktiviteterne, men det var stadig fint nok at være med. Til spørgsmål om, hvad det var de havde glædet sig til ved dagen, svarede de, at den var overstået.

Note 10, 1 dreng og 1 pige i udskolingen, Skole 1

En idrætslærer fortæller, at de pædagogiske overvejelser omkring dagen primært har taget udgangspunkt i, at eleverne skulle opleve fællesskab og have mulighed for at engagere sig på forskellige måder igennem aktiviteterne, konkurrenceaspektet og udklædningen. Lærerne understøttede formålet ved selv at være udklædte og lave sjov med eleverne. Dette smittede tydeligt af på eleverne.

Opsummering

Overordnet virker Skolernes Motionsdag som en god tradition på skolen, som de fleste elever er glade for. Eleverne har forskellige præferencer for aktiviteter, og derfor kan der være nogle, som deltager i mindre grad i bestemte aktiviteter. Det virker til at kort tid for de enkelte aktiviteter i udskolingen fungerer godt for at imødekomme dette, da det således fylder mindre i den samlede oplevelse af dagen. Modsat kom det til udtryk i de yngre klasser, at den manglende variation i aktiviteter kunne påvirke bevægelsesoplevelsen mere negativt for mange,

hvorimod fællesskab og alternativet til den almindelige undervisning i større grad udgjorde positive elementer af oplevelsen for flere.

Case 2

Dagens indhold

Skolen er en stor skole med tre spor beliggende i en mindre provinsby. Skolernes Motionsdag er en tradition på skolen, og i 2024 var dagen tematiseret med trivsel som det gennemgående tema. Dette kom til udtryk ved, at klasserne lavede aktiviteter med deres venskabsklasser på dagen, samt at elever i udskolingen havde ansvar for aktiviteter under opvarmningen (8. klasse) og i indskolingen (9. klasse).

Som start på dagen kom 8. klasse elever rundt i hvert klasselokale og lavede Skolernes Motionsdags-dansen med alle elever, så de senere kunne danse fællesdans. Herefter lavede klasserne forskellige aktiviteter med deres venskabsklasser, styret af de enkelte underviserteams.

Efterfølgende gennemførte 9. klasserne et motionsløb for indskolingen, imens 5. – 8. klasse kunne vælge sig ind på forskellige aktiviteter arrangeret af underviserne.

Efter frokost dansede hele skolen fællesdans, hvorefter 5. – 9. klasse havde motionsløb, imens indskolingen lavede aktiviteter i klassen.

Dagen sluttede af fælles i indskolingen og klassevis i de ældre klasser.

Aktiviteter, som eleverne kunne vælge sig ind på, når den anden gruppe lavede motionsløb, inkluderede fx fælles dans, kreative værksteder, fri leg etc.

Elevernes deltagelse på dagen

Til Skolernes Motionsdag deltog eleverne på flere forskellige måder i dagens aktiviteter. De ældste klasser havde både en rolle som facilitator på nogle af aktiviteterne, deltog som heppekor samt deltog i motionsløbet. Mens de yngre elever var fysiske aktive under hele dagen.

Under motionsløbene deltog eleverne efter deres egne forudsætninger og lyst. Nogle elever gik alle minutterne, mens andre vekslede mellem at løbe og gå, mens enkelte løb alle minutterne. Eleverne deltog enten alene, i par eller i mindre grupper på tværs af køn.

Især blandt de yngste elever var der en tydelig vilje til at nå så mange runder som muligt; fx satte flere børn i løb, inden startskuddet lød, og det blev observeret, at snakken blandt børnene gik på, hvor mange runder, de havde nået.

Læreren råber alle op, hun forklarer, hvordan motionsløbet skal foregå - de skal samle flest mulige perler ind til klassen. Hun råber ud: "Er I klar?" og med ét sætter børnene i gang. De er meget ihærdige med at skulle afsted, så de får løbet for tidligt, så lærerne må stoppe børnene, så løbet kan blive sat ordentligt i gang. Hun tæller ned: 3, 2, 1. Og hun når ikke at sige nu, før de første er spurtet afsted på runden.

Note 67, Observation i indskolingen, Skole 2

Jeg går løberuten. Jeg kan høre, nogle drenge snakke om, hvor mange perler, man har indsamlet og hvor mange runder, man nu er på. En dreng siger: "Jeg er på min 5. runde nu" og den anden dreng siger: "Jeg er på min 6. runde". Drengegruppen er meget opmærksomme på, at det jo gælder om at vinde.

Note 71, Observation af 2 drenge i indskolingen, Skole 2

Det tyder således på, at konkurrenceelementet motiverer mange af indskolings-eleverne til deltagelse på denne skole. Her kommer særligt konkurrencen imod

de andre til udtryk, men også konkurrencen imod sig selv og hvor mange runder man kan nå op på.

For de ældre elever var deltagelsen til deres motionsløb anderledes. Udskolings-elevernes deltagelse og engagement på motionsdagen dalede, da det blev deres tur til at løbe motionsløbet. Der var et par drenge fra 5. klasse som løb afsted i højt tempo fra start, men derefter fulgte mange andre efter i et mere afslappet tempo. Grupper af elever slentrede sammen afsted. Flere af eleverne var iført store joggingbukser, løst hængende hår og Birkenstock-sandaler.

Efterfølgende kommer der en stor gruppe traskende afsted. Det ser ud til at være de store elever. Der kommer nogle piger gående, de har store joggingbukser på, hænge hår og bickenstock på. Deres gå stil er en smule dvask, de løfter knap fødderne. Jo ældre eleverne er – jo mindre løber de.

Note 75a, Observation i mellemtrinet og udskolingen, Skole 2

Hvor deltagelsen hos de store elever varierer i deres eget motionsløb, er den til gengæld stor og engageret i de aktiviteter, hvor de er sammen med deres mindre venskabsklasser, samt under indskolingens motionsløb, hvor 9. klasserne havde ansvaret for at stå for det.

De to piger med sjippetovet er gået væk fra det og har i stedet sat tre kegler op i en trekant lidt væk fra alle andre. De to piger løber om kap rundt om keglene. Den lille pige smiler, mens den store pige hepper. Jeg kan se, at den store pige har sat tempoet ned, så det passer til den lille pige.

Note 61, observation under aktiviteter med venskabsklasser, Skole 2

Lidt længere oppe af stien, er der nogle som leger sten-saks-papir-legen, hvor det igen er de store og de små elever som er sammen. Jeg har kunne høre dem på lang afstand med jubel, skrig og snak. De har tegnet cirkler på asfalten med kridt, hvor de kan hoppe i. Det er en vild stemning, alle i køen står og småtripper og jubler, hepper eller råber enten "øvvv eller neeej" afhængig af om man har vundet. De store og små dyster mod hinanden. Der er fuld fart på, når de hopper i cirklerne. En lille pige og en stor dreng hopper mod hinanden, de griner samtidig. De mødes cirka midt på banen, og får øjenkontakt og gør klar til at dyste. Pigen vinder, og drengen [den store dreng] stamper med foden ned i asfalten. Og der bliver råbt fra hans række "kom igen". Læreren gejler en stemning op, og råber navnet som hopper, hun starter med at klappe – de andre følger med.

Note 52, observation under aktiviteter med venskabsklasser, Skole 2

Jeg kommer hen til første hjørne, hvor der står to piger fra de store klasser. De klapper og har deres arm rakt ud hele tiden, så børnene kan give dem highfive til børnene. De børn som både er foran- og bagved mig kan jeg fornemme at tempoet bliver sat op og smilet bliver stort, da de pacer pigerne og giver dem en highfive. Pigerne jubler og siger godt gået - det er ikke mange pauser pigerne holder. Jeg fortsætter turen. Der kommer hele tiden børn løbende forbi mig eller børn gående sammen – mest to og to.

Note 72, observation under indskolingens motionsløb, Skole 2

Lærernes deltagelse og udtryk tyder på at have en betydning for elevernes deltagelse i dagen. Når lærerne deltog eller tydeligt engagerede eleverne, skabte det engagement og deltagelse, som i note 52 ovenfor. På samme måde kunne lærerne også påvirke elevernes deltagelse negativt, når de ikke følte, at lærerne engagerede sig i dagen.

Tilbage i målområdet sidder lærerne på bænkene i solen og nogle står over i hjørnet og snakker. En lærer er specielt god til at komme med kækkende og sjove bemærkninger til eleverne, når de når en runde. En anden lærer sidder og ga-ber.

Note 75d, observation under udskolingsens motionsløb, Skole 2

En elev kommer gående tæt på mig med hans venner og siger: "åhhh lærerne sidder bare der, og danderer den".

Note 75f, observation under udskolingsens motionsløb, Skole 2

På denne skole har der været mange forskellige måder, hvorpå eleverne har været deltagende på. Deltagelsen i Skolernes Motionsdag har ikke kun handlet om fysisk aktivitet. For udskolingseleverne har det især også været en mulighed for at fungere som facilitatorer og rollemodeller for de yngre elever.

Elevernes oplevelse af dagen

Det overordnede indtryk af dagen på skolen har været, at eleverne synes, at det var en god dag. Dette kom til udtryk både gennem de observationer, der var blevet foretaget, hvor eleverne det meste af tiden viste store smil, gå-på-mod, energi og engagement. Særligt fokuset på fællesskabet og relationen mellem ældre og yngre elever blev italesat som motiverende for dagen.

Jeg går ved siden af to piger. Jeg spørger dem ind til, hvad de synes om motionsdagen. Den ene pige siger: "Værkstederne har været megafedt. Det var rigtig hyggeligt, og det er dejligt, man ikke bare kun skal løbe i dag, det er fedt man også kan lave noget kreativt". Den anden pige tilføjer også, at hun synes det er hyggeligt med en lille pause fra skoledagen og det faglige. De bliver enige om, at en blanding af at være aktive og være kreativ er en god kombination på en motionsdag.

Note 75b, 2 piger i udskolingen, Skole 2

Jeg går lidt tilbage mod startområdet. På vejen sidder der en pige og dreng på stole. Drengen har gips på armen. Jeg spørger dem, hvad de synes om motionsdagen. Drengen nævner hurtigt, at han synes alle de her fælles aktiviteter med skolen er rigtig godt. Han tilføjer yderligere, at det her koncept med "lille venner" eller venskabsklasser er virkelig godt. Han synes, at det er hyggeligt at være sammen med de mindre og lave aktiviteter for dem

Note 75c, 1 dreng og 1 pige i udskolingen, Skole 2

Skolens lærere giver udtryk for, at der har været et formål om både at skabe motivation for dagen igennem fokuset på stor-lille relationen, men også at skabe en læring hos de store elever om at tage ansvar og står foran andre og formidle. Ligeledes har det været et fokus at tilpasse dagen, så alle elever følte, der var et rum, hvor de kunne være med. Også dem som havde svært ved motionsdagen, fordi den brød med de faste rammer.

Hun fortæller videre, at den feedback hun får fra de store klasser er, at de faktisk knuselsker at være sammen med de yngre årgange. Derudover siger hun også, at det er en sindstyg god læring og øvelse i det for de store. Da de lærer at facilitere lege for de yngre årgange, fordi det er noget, som de skal bruge til idrætsprøven - altså det her med at stå foran andre mennesker. Det er en rigtig god læring, som hun synes er vigtigt i den her sammenhæng. Og hun nævner efter, at hun har fået god feedback fra de store - at de synes de godt kan lide at være sammen med de mindre klasser.

Note 55, Lærer, Skole 3

Læreren fortæller: at det er første gang, deres venskabsklasser er sammen her efter sommerferien, så de har brug for lige at finde hinanden igennem og nogle havde brug for at skifte venskabsmakker. Så de har prioriteret at lave mere fri leg i denne time. Det har først og fremmest været fordi, at de lige skal lære hinanden at kende igen. Derudover nævner læreren også, at der er nogen, der har det svært ved motionsdagen, fordi det bryder de faste rammer, og at der hele tiden sker noget nyt. Hvor nogle af deres elever har mere brug for rammer og struktur. Hun nævner en dreng, som gynger med en anden dreng, hvor læreren siger, at han har brug for, at han kan trække sig lidt, og det kan man i den her time, hvor der ikke er noget man sådan skal, men at man er sammen herude i skolegården, hvor de kan lave det, man har lyst til. Og så kan han være med resten af dagen, fordi han lige kan få et pusterum.

Note 58, Lærer, Skole 3

Opsummering

Det overordnede formål med Skolernes Motionsdag på skolen var ikke blot at være fysisk aktiv, men i lige så høj grad at styrke fællesskabet og trivslen på tværs af klassetrin. Yderligere har skolen brugt Skolernes Motionsdag til at inddrage de ældste elever i dagen – som planlæggere og facilitatorer for udskolingen, da de mener, det er god læring for eleverne og giver dem nogle erfaringer og redskaber, som de kan viderebringe til deres eksamen i idræt.

Elevernes deltagelse i dagen var forskellig, hvor de yngre årgange i højere grad end de ældre virkede motiverede for at deltage i løbeaktiviteten. Derimod var de ældre årgange meget aktivt deltagende, når de havde ansvar for afvikling af dagen overfor de yngre elever eller lavede aktiviteter sammen med de mindre børn.

Case 3

Dagens indhold

Skolen er en mellemstor skole med to spor, beliggende i en mellemstor dansk by. Skolernes motionsdag er en fast tradition på skolen og planlægges efter den samme skabelon hvert år.

Hele skolen varmede op sammen i hallen med forskellige danse som blev fremvist af ældre elever. Herefter var dagen opdelt med forskellige aktiviteter i hhv. indskoling, mellemtrinnet og udskoling, inden dagen blev sluttet af med en fælles aktivitet i hallen.

0.-2. kl. havde fritime og lavede forskellige aktiviteter, inden de løb runder på en fastsat rute. 3.-6. kl. lavede Bike and Run i grupper á 2-3 elever. 7.-9. kl. lavede distanceløb, hvor klasserne konkurrerede om vandrepokalen 'Den gyldne sko', som gik til den klasse, som i gennemsnit løb/gik flest kilometer på to timer. Klasserne løb i gennemsnit mellem 8,5 og 11,5 km. og enkelte elever løb 21 km. på de to timer.

Efter frokostpausen blev dagen afsluttet samlet i hallen med et forhindringsløb. Løbet var et fælles løb for hele skolen, hvor én fra hver klasse skulle løbe igennem banen efter tur og opnå den hurtigst mulige samlede tid. Resten af skolen heppede på løberne fra tribunen, og målet for årgangen var, at slå tidligere årganges tid.

Elevernes deltagelse på dagen

Elevernes deltagelse på dagen varierede og var generelt med mindre engagement i de ældre klasser sammenlignet med de yngre. Dette kom bl.a. til udtryk i påklædningen, hvor en større gruppe elever i udskoling ikke havde påklædning på til en aktiv dag, men deltog i cowboybukser, dynejakker, loafers eller sneakers.

De små klasser står forrest og er meget aktive og deltagende. Alle i aktivt tøj. De store klasser står bagved, nogle i hjørnerne eller op ad ribberne. Flere grupper er ikke med. Mange har store jakker og cowboybukser på. Alle har sokker på. Lærerne deltager aktivt på gulvet, går rundt og forsøger at skabe god stemning eller få flere elever med. Nogle lærere har idrætstøj på, mens andre ikke.

Note 98, Observation under opvarmning, Skole 3

Flere løb/gik rundt i store vinterjakker, loafers eller sneakers og cowboybukser.

Note 101, Observation under udskolingsløb, Skole 3

Observationerne tyder på, at de yngre elever er mest aktive og motiveres til deltagelse via aktiviteterne, hvorimod de ældre elever synes at være mere motiverede af socialt samvær fremfor aktiviteten.

God aktivitet - enten gående eller løbende. Alle elever der gik, gik sammen i par eller grupper. Få løb alene - primært dem som gerne ville løbe langt.

Note 101, Observation under udskolingsløb, Skole 3

Særligt hos de yngre klasser understøttede lærerne elevernes deltagelse ved selv at være deltagende. Flere lærere løb med på ruten, og nogle stod i målområdet hvor de heppede og satte streger. Deltagelsen blev ligeledes understøttet med musik på ruten.

Flere lærere løb med eleverne rundt eller stod på ruten eller ved start for at sætte streger. Ved start var der en soundboks med musik, og lærerne heppede, når eleverne kom forbi.

Note 99, Observation under indskolingens løb, Skole 3

Ved de ældre elever var lærernes aktive deltagelse mindre, og i stedet stod flere og satte streger.

Få lærere løb med, men flest stod på ruten og heppede eller satte streger ved start.

Note 101, Observation under udskolingens løb, Skole 3

Den samlede aktivitet med forhindringsbanen virkede til at være motiverende for mange elever. Dette kom til udtryk ved stor støtte fra eleverne på tribunerne, til de elever som løb. På trods af at få var aktive i aktiviteten, var mange engagerede, og da to ældre elever valgte at gå banen rundt, kom dette også til udtryk som utilfredshed blandt tilskuerne. Det tyder således på, at en fælles aktivitet som forhindringsløbet kan skabe en oplevelse af deltagelse for mange elever.

Eleverne snakkede lystigt, klappede og heppede på deres kammerater. En klasse havde lavet et banner med deres løbers navn. De elever, der skulle løbe, virkede spændte og stolte over at skulle præstere. De blev præsenteret én efter én, og alle klappede af dem. En pige fra 4. klasse væltede to gange på ruten, men rejste sig og løb videre. Da hun kom i mål, var hun påvirket og ked af det. Tre lærere var hurtigt ovre ved hende. De to udvalgte fra 8. klasse, to drenge, gik bare rundt. Flere lærere blev irriterede og råbte, at de skulle løbe. Jeg stod ved en lærer, der fortalte, at det aldrig var sket før. Flere elever på tribunen begyndte at buhe. Efterfølgende blev drengene taget til side for en samtale.

Note 102, Observation under forhindringsløb, Skole 3

Elevernes oplevelse af dagen

De yngste elever gav generelt udtryk for, at de var glade for dagen. Det var især opvarmningsaktiviteterne og mulighederne for selv at vælge aktiviteter under fri leg de italesatte som motiverende.

De fortalte, at de alle havde glædet sig til dagen. Det sjoveste for dem havde været at være ovre i hallen til opvarmningen, fordi de lavede en masse forskellige bevægelser, og der var også musik – god musik, som én af dem nævnte. De syntes, at den sjoveste del af opvarmningen var dansen, som de havde øvet dagen før. Hvis de selv kunne bestemme, hvad de skulle lave, ville de gerne i Dinos Legeland eller Legoland. Hvis det skulle foregå på skolen, synes de, det ville være sjovt med mere dans, men løb var også fint nok.

Note 90, 3 piger i indskoling, Skole 3

Løbet var der mere blandende oplevelser af blandt de yngste. For nogle elever var det motiverende at konkurrere med sig selv om at løbe så mange runder som muligt, hvor andre fandt løbet mindre motiverende.

[Iført fodboldtøj og meget engagerede i opvarmningen.] De glædede sig rigtig meget til dagen. Deres mål var at nå så mange runder som muligt – de virkede meget motiverede. De havde altid godt kunne lide motionsdagen.

Note 88, 3 drenge i indskoling, Skole 3

De havde glædet sig til motionsdagen. De syntes, det sjoveste havde været, der hvor de havde fri leg, og selv kunne vælge aktiviteter. Løb var ikke så sjovt, fordi de havde ondt i knæ og ankler, og derfor bare havde gået rundt. De syntes også, det var sjovt at starte dagen i hallen med opvarmning og dans.

Note 89, 2 piger i indskolingen, Skole 3

Blandt lærerne var oplevelsen at de yngste elever var glade for dagen og var motiveret af aktiviteterne.

Lærerne oplevede, at de yngste elever var glade for dagen og for at løbe. De fortalte, at selv sidste år, hvor det regnede, og eleverne løb og væltede rundt i mudderet, var der stadig højt humør.

Note 88, 3 lærere i indskolingen, Skole 3

Blandt mellemtrinseleverne var oplevelsen af dagen blandet. Elever, der gav udtryk for, at de kunne lide dagen, italesatte især den anderledes skoledag med ferie som årsag,

De udtrykte, at de ikke så godt kan lide at danse, fordi de ikke bryder sig om at bevæge sig på den måde. Begge går ikke til nogen sportsaktiviteter ved siden af skolen, men de spiller sammen Fortnite. De glæder sig til motionsdagen, fordi de skal på ferie, og de deltager kun, fordi de skal på ferie. De regner med at gå rundt på ruten og følges ad. De husker fra de tidligere motionsdage, at de har lavet det samme som nu – at cykle og løbe, bare på forskellige ruter og distancer.

Note 78, 2 drenge i mellemtrinnet, Skole 3

Elever, som i mindre grad gav udtryk for en god oplevelse med dagen, refererede til utryghed ved at føle sig udstillet i fx opvarmningsdansen, ligesom aktiviteterne med løb og cykling, og særligt gentagelsen fra år til år blev italesat som kedeligt.

Hun kunne godt lide, når de lavede noget aktivt. Men kunne godt ønske sig, at dagen havde været anderledes, at de lavede nogle anderledes aktiviteter. Hun nævnte, at hun ikke brød sig om Opvarmningsdansen, fordi hun følte, folk kiggede.

Note 77, pige i mellemtrinnet, Skole 3

[En del af en gruppe 6. klasser, som kom gående. Nogle havde vinterjakker og sneakers på.] De synes, at motionsdagen var kedelig, fordi de kun skulle løbe og cykle. De havde dog fået lov til kun at løbe, da det var besværligt at skulle skiftes og have cykelhjelm på. Opvarmningen havde været fint nok, hvor de ifølge dem selv havde været med. De havde lavet opvarmningsdansen, så længe de kunne huske tilbage.

De nævnte også, at forhindringsløbet kunne være sjovt, hvis alle kunne få lov at prøve, og hvis hele skolen ikke skulle kigge på, da det kunne føre til, at nogen snakkede om en bag ens ryg. Hvis de selv kunne bestemme, ville de hellere spille fodbold (de spillede fodbold i fritiden) eller have turneringer med anderledes aktiviteter.

Note 92, 2 piger i mellemtrinnet, Skole 3

Blandt udskolingseleverne var oplevelsen af dagen ligeledes blandet. For elever, som var glade for dagen, var motivationen kædet til det at løbe, eller til det sociale. En stor gruppe elever gav udtryk for, at de kunne ønske sig andre og mere varierede aktiviteter på dagen for at øge deres motivation for at deltage.

Én af pigerne glædede sig til dagen – kunne godt lide at løbe. De to drenge glædede sig ikke rigtig. De synes ikke det er sjovt at løbe, fordi det er hårdt og kedeligt. Hvis de selv kunne bestemme, ville de hellere lave noget ligesom OL-dag. De fortalte, at det er en dag på skolen, hvor de laver forskellige anderledes aktiviteter på tværs af årgange. Den dag er federe, og de kunne godt tænke sig noget ligesom det, hvor de for eksempel kunne være sammen med deres venskabsklasse.

Note 79, 2 piger og 2 drenge i udskoling, Skole 3

De synes begge motionsdagen er en fed dag, fordi de godt kan lide at løbe og bevæge sig. Deres mål var at løbe, så mange runder som muligt.

Note 84, 2 drenge i udskoling, Skole 3

Flere elever nævnte, at motionsdagen var god, fordi den var anderledes og gav mulighed for hygge og samvær. Det sociale og afslappede aspekt blev særligt set som positivt af de elever, der ikke nødvendigvis ønskede at løbe og presse sig selv fysisk. (ID 85 og ID 86)

En havde dunjakke og loaferes på, en anden cowboybukser og sneakers. De mente, at motionsdagen var kedelig, fordi de laver det samme hvert år – at løbe. To af dem går til fodbold og deltager normalt i aktive fag som idræt, men de ser motionsdagen som en stille dag, hvor de kan hygge sig, fordi det er lige før efterårsferien.

Note 85, 4 drenge i udskoling, Skole 3

De synes, motionsdagen er fin. De har førhen løbet rundt, men er i år var de trætte og skadede, så de havde besluttet bare at gå rundt og hygge sig med det.

De nævnte også, at de synes, det er dejligt at få mulighed for at møde elever fra andre årgange og lære nye mennesker at kende. De kan godt lide at bryde ud af de normale rammer på en dag som denne. Selvom de synes, løb er fint, kunne de godt ønske sig en dag med flere forskellige aktiviteter. Men de satte pris på, at dagen var afslappet og gav dem tid til at hygge sig, men at løb var en smule kedeligt.

Note 86, 2 drenge i udskoling, Skole 3

Hvor eleverne gav udtryk om et ønske om mere variation i aktiviteterne i dagen, argumenterede en lærer med, at der er elever som har brug for genkendelighed og muligheden for at deltage alene eller med få andre.

Det er en dag, de kender. En stille og rolig dag, hvor de kan hygge sig. I den forbindelse nævnte hun også, at de i de seneste par år har fået flere elever, som godt kan lide, at der er en struktur og en fast plan, og at de ikke skal forholde sig til alt for mange mennesker. Når de løber den samme rute, er det nemt at overskue, og det er lettere at tage en runde mere.

Note 87, Lærer i udskoling, Skole 3

Opsummering

Generelt fremstår Skolernes Motionsdag som en vellidt tradition på skolen som mange elever og lærere værdsætter som en anderledes dag end almindelige skoledage med fokus på bevægelse og socialt samvær. Elevernes deltagelse i dagen varierer og er i de yngre klasser mere orienteret mod aktiviteterne, hvorimod de ældre klasser orienterer sig mere imod det sociale samvær som motivation. Særligt de ældre elever efterspørger mere variation i aktiviteter og finder det ensformigt at lave de samme aktiviteter hvert år (særligt løb). Lærerne er

bevidste om gentagelsen, men vælger dette for at imødekomme elever, som har mere brug for genkendelighed og mulighed for at deltage mere individuelt.

Case 4

Dagens indhold

Skolen er en mellemstor privatskole beliggende i bymidten af en mellemstor dansk provinsby. Skolen har omtrent 350 elever og er i gang med at udvide fra ét til to spor. Som byskole er den bygget i flere etager og med begrænsede udearealer. Skolernes Motionsdag er en fast tradition på skolen og har fulgt det samme program de seneste år.

Hele skolen varmede op sammen med Skolernes Motionsdagsdansen i en lille skolegård, hvor udvalgte elever fra 8. klasse stod for at vise dansen.

Herefter gik alle elever klassevis til et udeareal hvor eleverne løb rundt i 90 minutter. Eleverne dystede klassevis mod hinanden i hhv. indskoling, mellemtrinnet og udskoling om at løbe flest kilometer i gennemsnit. 9. klasserne løb ikke, men stod på ruten hvor de heppede, spillede musik og satte streger i målområdet.

Efter løbet gik eleverne tilbage til skolen, hvor resultatet blev præsenteret og der blev sagt god ferie.

Elevernes deltagelse på dagen

Skolens elever deltager generelt aktivt i dagen. Deltagelsen varierer under løbet mellem eleverne, som går eller løber ud fra deres forudsætninger og lyst. Elevernes deltagelse synes særligt motiveret af fællesskab og sociale relationer. Dette kom til udtryk under den fælles opvarmningsdans, hvor der var stort engagement og ældre elever brød ud af dansen og skabte energi ved at danse på skuldrene af hinanden.

4 piger fra 8. klasse laver opvarmningsdansen 2 gange og resten af skolen danser med. Der er et stort engagement fra de fleste i at danse med. Den lille skolegård gør at eleverne er tæt på hinanden og der opstår en tydelig fællesskabsfølelse når alle hopper ind mod midten i omkvædet. Lærerne som står sammen med deres elever, danser meget engageret og er fokuserede på at danse hen imod dem som virker mere usikre, måske for at gøre det mere trygt for dem at deltage. I 2. runde hopper drenge fra 8. klasse på skuldrene af hinanden midt i dansen og danser med, råber og klapper i midten af elevgruppen. En udskolingslærer er ovre og rose 8. classes drengene for at skabe god stemning, og siger til dem, at det er vigtigt for de små.

Note 142a, Observation under opvarmning, Skole 4

Under løbet løb eller gik størstedelen af eleverne sammen, og også på tværs af årgange. De ældste elever deltog aktivt som motivatorer og vejvisere på ruten, hvilket skabte tryghed og motivation blandt de yngre elever.

Mange lærere løber med sammen med eleverne, og der er flere større og mindre elever, som løber sammen.

Note 142c, Observation under løbet, Skole 4

En pige stod og ventede på sin storebror, som kom løbende og tog hende i hånden, og så løb de sammen.

Note 142d, Observation under løbet, Skole 4

De synes, det er en sjov dag, men synes det er meget hårdt at løbe. De er glade for, at de store (9. kl.) står på ruten og hepper og viser vej.

Note 133, 2 piger i indskoling, Skole 4

Som det ses i ovenstående noter, deltager lærerne på skolen aktivt og med fokus på at engagere eleverne ved fx at danse hen imod elever, som er mindre med i dansen og ved at løbe med på ruten sammen med eleverne.

Elevernes oplevelse af dagen

En overvejende del af eleverne giver udtryk for, at de godt kan lide dagen. Dette knytter sig for de yngre elever især til selve aktiviteten og det at dyste imod de andre klasser.

De synes, det er en sjov dag og at det er sjovt at dyste. De går meget op i, hvor mange runder de kan nå, og fortæller, at deres rekord er 4 runder, og at de tror de slår den i år. Drengene løber med hinanden i hånden rundt, og det er tydeligt, at fællesskabet med hinanden er vigtigt.

Note 136, 2 drenge i indskolingen, Skole 4

Som det ses i citatet, er fællesskabet ligeledes en vigtig motivation for de elever, som godt kan lide dagen. Dette billede er generelt for alle årgange, og hos de ældre elever er motivationen for at løbe mindre, hvorimod fællesskabet og det at lave noget andet er større motivationsfaktorer.

De giver udtryk for, at de har glædet sig til dagen. Primært fordi det er en god dag sammen. Det er fedt at løbe, og det er fedt at slippe for lektier. De regner med, at de taber dysten mod de andre klasser, men det virker ikke til at påvirke deres motivation for dagen.

Note 127, 4 drenge i udskolingen, Skole 4

Der er dog også en gruppe elever, som giver udtryk for, at de ikke bryder sig om dagen. Dette omhandler særligt, at det at løbe, samt en oplevelse af, at det er kedeligt at lave det sammen hvert år.

De kan ikke lide dagen og synes, det er ondt at blive tvunget. Det skyldes især, at det er koldt, og at det er det samme de laver hvert år. Drengene kan bedre lide idrætsdagen om sommeren, og ville have mere lyst til motionsdagen hvis de skulle lave andre og mere forskellige aktiviteter.

Note 128, 3 drenge i udskolingen, Skole 4

9. kl. løb ikke, men stod rundt på ruten og viste vej og heppede. Disse 3 piger stod i målområdet og gav streger på hånden. De var nogenlunde engagerede og gav mange af børnene positiv feedback, når de kom og fik streger. Pigerne gav udtryk for, at de ikke kan lide dagen. I år var det ok, da de ikke skulle løbe. Ellers pjækker de tit, eller får deres forældre til at tage tidligere afsted på ferie. De gider ikke løbe, men synes alligevel, at det er ok ikke at have lektier.

Note 134, 3 piger i udskolingen, Skole 4

De kan ikke lide dagen og synes, det er hårdt at løbe. Hvis det var andre aktiviteter og mere varierede aktiviteter ville de gerne. De nævner selv, at de gerne ville løbe hvis det var i et spil som fodbold, hockey etc. Og nævner også at det er sjovere at have idrætsdagen om sommeren med forskellige anderledes aktiviteter.

Note 135, 2 drenge i mellemtrinnet, Skole 4

Det tyder således på, at de fleste elever på skolen har en god oplevelse med dagen, særligt igennem fællesskabet som kommer til udtryk på dagen. Dette ses både ved, at eleverne løber sammen på tværs af alder, men også hos de ældste elever, som ellers i højere grad giver udtryk for at dagen er kedelig, ved at de tager ansvar for at skabe en stemning. Både som rollemødder i dansen, og ved at heppe og give positiv feedback på ruten.

Netop fællesskab er også noget som lærere på skolen gav udtryk for, var et vigtigt element i dagen.

Han synes, det er en rigtig god dag og tradition på skolen. Han lægger meget vægt på at det er en af de eneste dage hvor skolen laver noget sammen, og han synes, det er vigtigt med den forbindelse på tværs af årgange, han oplever. Han mener, at dagen styrker fællesskabet på skolen, og at det er vigtigt for de store elever, at de får mulighed for at tage ansvar og være rollemodeller for de mindre.

Note 140, Lærer i mellemtrinnet, Skole 4

Han synes, det er en vigtig dag for skolen, fordi man gør noget fælles alle sammen. Det skaber relationer på tværs, og eleverne er glade for dagen. Han mener, at dagen også styrker ansvarsfølelsen hos især de store elever, som har opgaver med opvarmning, rammer og afvikling.

Note 141, Lærer i udskolingen, Skole 4

Opsummering

Skolernes Motionsdag er på skolen centreret om at løbe, og skabe en dag med fællesskab. Dette kommer til udtryk ved, at alle aktiviteterne var fælles, både opvarmning og løb, og det sås at mange elever løb sammen og på tværs af årgange. De store elever deltog også som rollemodeller, der skabte en god stemning og heppede på de elever som løb.

Eleverne på skolen kunne overvejende godt lide dagen, særligt på grund af fællesskabet som de oplevede, samt at det var en alternativ dag til almindelig undervisning. Særligt ældre elever fandt dog også dagen kedelig på grund af løbeaktiviteten og ønskede sig mere varierede aktiviteter.

Case 5

Baggrund

Skolen er en lille skole med elever fra 0. til 6. klassetrin, som i alt rummer lidt over 100 elever. Skolen er beliggende på landet mellem nogle mindre landsbyer og er placeret i et område, hvor den primære nabo er marker. Lige ved siden af skolen ligger Børnehuset med en vuggestue og børnehave således, at der ikke er langt fra børnehaven til skolegang. Børnehuset deltager også i skolernes motionsdag.

Skolernes Motionsdag er den samme, som da jeg startede for 25 år siden
Note 120, Skoleleder, Skole 5

Ved ankomst til skolen fortæller afdelingslederen med en vis grad af stolthed i stemmen, at dagen ikke har ændret sig i mange år, hvor løb i lokalområdet er begivenheden på dagen. Dagen er dermed en meget traditionsrig begivenhed på skolen, som alle på skolen kender til.

Skolens fælles arrangement starter kl. 0830, hvor eleverne mødes i skolegården. Her er skolelederen klar til at varme eleverne op. Eleverne har efter en kort fælles opvarmning i skolegården 2 timer og 15 minutter til at løbe/ gå så langt som muligt. Til dette formål er der tilrettelagt tre forskellige ruter rundt om skolen som er henholdsvis 2 km, 3 km eller 4 km lang. Desuden er der mulighed for, at eleverne kan løbe rundt på 300m på skolens græsbane til sidst, når dagen lakker mod enden, og man ikke kan nå at løbe en af ruterne længere. Når løbet er slut, mødes alle børn, lærere og tilstedeværende forældre/bedsteforældre i skolegården, hvor der bliver præsenteret en vinder i 3 kategorier. Den første kategori handler om, at alle elever på skolen skal gætte, hvor langt alle eleverne har løbet tilsammen i løbet af dagen. Den anden kategori handler om den klasse, der har løbet længst pr elev i klassen. Den sidste kategori har fokus på den elev, der har løbet længst.

Elevernes deltagelse på dagen

En lærer kommer højtråbende gennem aulaen ved skolens indgang, hvor der også er sat forfriskninger op til efter løbet. Læreren udtaler højt til afdelingslederen "hele 6. klasse er der i dag. Det må vi tage et billede af og hænge i ramme"

Note 118. Observation, Skole 5

Eleverne på skolen deltager på forskellige måder i løbet af dagen. I løbet af observationerne er der både elever, der løber, elever der går eller elever der skiftevis går lidt efterfulgt af et kort løb ofte med høj intensitet. De elever, der løber mest seriøst, er drenge fra 5. og 6. klassetrin. Der er særligt to drenge, der sammen med deres forældre ser ud til at have løbet i al den tid, de havde til rådighed.

Jeg møder en dreng fra 6. klasse, som også vil løbe rigtig langt i dag. Han synes også, at dagen er rigtig fin, fordi man ikke får lektier for. Han tilføjer i en sidebemærkning, at så kan han også træne lidt til fodbold, hvor han fortæller, at han er blevet rykket en årgang op og spiller U14 i stedet for U13 som egentlig er hans årgang.

Note 125. Dreng i mellemtrinnet, Skole 5

Der er også elever, der skiftevis går og sætter i løb i meget højt tempo over en kort distance og derefter går igen. Nogle gange synes det at være fordi gruppen

lige blev mindet om, at SkoMo ruten er tænkt som løberute, andre gange ser det ud til, at børnene løber frem til nogen, som de kender.

Eleverne, der går, er ofte grupperet i par eller grupper fra klassen. I nogle tilfælde er de også sammen på tværs af klasser og sammen med en lærer eller anden person med tilknytning til skolen. Blandt eleverne, der går, er der flere af børnene, der nævner, at der er en person i gruppen, der er skadet, og at det er grunden til, at de går.

To piger fra indskolingen går på cykelstien langs med hovedvejen. De er begge gået det meste af ruten, fortæller de, og de har gået en runde sammen indtil videre. De startede hver for sig, og så fandt de sammen nu her, hvor de hygger sig med det. De siger begge to at det er en OK dag. Den ene hun siger dog også, at hun ikke kan løbe, fordi hun har ondt i knæene. Derfor kan hun ikke rigtig være med på skolens løberute. Hun har været til lægen en million gange, og lægerne kan ikke finde ud af, hvad det er hun fejler, så derfor så synes hun, det er lidt træls.

Note 116. 2 piger i indskolingen, Skole 5

Eleverne deltager således på forskellig vis på skolens motionsdag. Der ser ikke ud til at være et fast mønster i forhold til alder og køn, for hvilke elever løber eller går, er organiseret med klassekammerater eller går sammen med forældre eller lærere. På skolen var det imidlertid drenge i de ældste årgange, som også gik til fodbold i fritiden, der havde ambitioner om at løbe hele dagen. De elever, der brugte dagen som en lang gåtur, var nogle gange sammen med en kammerat, der var skadet/forhindret i at løbe. I andre tilfælde syntes eleverne, at det var for hårdt at løbe.

En observation omkring elevernes deltagelse var også, at det kun var en enkelt gang, der blev observeret elever, der havde en mobiltelefon fremme. Eleverne så ud til at være nærværende med dem de gik og løb sammen med.

Elevernes oplevelse af dagen

Eleverne på skolen har mange forskellige synspunkter om dagen, hvor det overvejende billede af dagen er, at det er en hyggelig tradition, som eleverne selv finder noget mening i som for eksempel *relationer på tværs af klasser at løbe længst, gå sammen med venner, eller at der snart efterårsferie*

Relationen på tværs af klasser er noget som gør, at dagen for nogle elever er en hyggelig tradition som i nedenstående eksempel.

Jeg møder en pige fra 4. Klasse og en dreng fra 6. klasse som følges med skolens bibliotekar. De kender egentlig ikke hinanden, men de synes at det er superhyggeligt, at man lige kan løbe sammen og på kryds og tværs af klasser. De synes alle sammen, at det er en hyggelig dag.

Note 123, 1 pige og 1 dreng i mellemtrinnet, Skole 5

Efterfølgende møder jeg drengen igen, som har besluttet sig for at løbe lidt for sig selv. Eksemplet er et billede på, at eleverne på dagen finder sammen i nye grupper i løbet af dagen. Nogle gange er disse sammensat tilfældigt, fordi en elev eller en gruppe samler nogen op. Andre gange skyldes det, at lærere har opfordret elever til at tage af sted sammen frem for at begive sig ud på ruten selv, så de har nogen at snakke sammen med undervejs på ruten.

En dreng fra 5. klasse kommer løbende sammen med sin mor og de har efter en lille 1,5 times tid løbet 12 km. Drengen vil gerne slå sin egen rekord, og han vil også gerne være skolens hurtigste løber i dag. Han har glædet sig rigtig meget til dagen og se frem til det. Han er også optimistisk i forhold til at løbe længst, da nogle af de gode løbere fra sidste års 6. klasse ikke er der længere og at han ikke vurderer, at der er nogle elever i den nuværende 6. klasse der har lyst til at løbe rigtig langt. Drengens mor fortæller, at han allerede i 0. klasse glædede sig enormt meget til Skolernes Motionsdag og til det tidspunkt, hvor han var en af de ældste der kunne løbe langt.

Note 124, dreng i mellemtrinnet og hans mor, Skole 5

To piger fra 5. klasse, der har fulgtes med hinanden i løbet af dagen fortæller, at de ikke synes at det er en super fed dag, fordi der er konkurrenceelement i det. Deres beskrivelse af konkurrenceelementet handler om, at de ikke bryder sig om at fortælle de andre i klassen, at de "kun" har løbet 7, 8 eller 9 km, og der så er nogle andre i klassen, der har løbet 17 eller 18 km, hvilket får de to piger til at føle sig dårlige. Hvis de to piger skulle have lov til at bestemme, hvad man kunne gøre anderledes, skulle man på en eller anden måde tage konkurrenceelementet ud af dagen. Begge piger går ellers til idræt i fritiden, hvor de dyrker gymnastik, og på den måde er de aktive i fritiden (Note 117).

To drenge fra 2. klasse skifter mellem at spurte 50 meter og tale med den vikar, de følges med. Det viser sig, at drengene er meget optaget af, at vikaren har skolerekorden på skolen, fra dengang han gik i 6. klasse og løb 29 km. Drengene er meget optaget af rekorden, og hvor hurtigt vikaren kan løbe i dag. De udfordrer vikaren uafbrudt til at løbe så hurtigt han kan, og vise hvor hurtigt han løb dengang, han var dreng. Vikaren melder dog ud, at han ikke er i nærheden af at kunne løbe så hurtigt længere (Note 119).

Motionsdagen rundes af i skolegården, hvor skolelederen præsenterer vinderne i gættekonkurrencen, og hvem der har været tættest på at gætte, hvor mange kilometer skolens børn tilsammen har løbet. Der er store smil i ansigtet på de børn, der bliver kaldt op til skolelederen og får en præmie for bedste gæt. Der er ligeledes stor jubel hos 5. klasse, da de bliver råbt op som den årgang, der har løbet længst pr. elev i klassen. Og endelig er der også smil hos drengen fra 5. klasse, der med 19 kilometer formåede at løbe længst på dagen.

Andre perspektiver på Skolernes Motionsdag

Skolernes Motionsdag på Skole 5 giver et billede af, at mange børn følges på dagen. Fælles for størstedelen af observationerne på skolen er, at eleverne er sammen med andre børn eller voksne i lang tid og bruger tid på at tale sammen. På nær en enkelt elev blev der i løbet af dagen ikke observeret elever, der havde deres mobiltelefoner fremme og talte i den. Eleverne brugte tiden sammen til at tale med hinanden og som den tidligere skoleleder bemærker i sin afsluttende kommentar, kan man også se Skolernes Motionsdag, som en dag, hvor man har tid til at tale sammen enten børnene indbyrdes eller også de voksne og børnene, hvilket jo er sjældent at man efterhånden har i en travl skolehverdag (Note 126B).

Opsummering

Løberuten i lokalområdet er omdrejningspunktet for Skolernes Motionsdag på skolen. Med i hvert fald 25 års tradition om at dagen skal gennemføres på den måde er der ikke mange der stiller spørgsmålstejn til, hvordan dagen er struktureret. Måske er det på grund af den faste tradition og de klare forventninger der til dagen, at eleverne overvejende opfatter dagen som "OK". Heriblandt er

der selvfølgelig også nogle elever, der ser frem til dagen i flere uger, mens nogle andre elever kunne tænke sig, at dagen havde lidt mindre fokus på, hvor langt man kan nå at løbe og den konkurrence, det skaber, når man skal forsøge at løbe langt.

Tradition kan anfægtes som noget, der ikke følger med tiden. Men på denne skole var det indtrykket, at mange bød traditionen velkommen, fordi det også skabte en tryghed hos eleverne hvad der skulle ske på dagen.

På den anden side var traditionen for Skolernes Motionsdag på skolen også så stærk, at de adspurgte elever blev inden for løbsuniverset, når de fik mulighed for at komme med forslag til justeringer. Det var andre ruter eller mindre konkurrence på dagen. Men løb som det bærende element på skolen, blev der fra børnenes side ikke stillet spørgsmålstejn til.

Elevernes uformelle organisering i mindre vennegrupper eller par synes også at være positivt for dagen. At eleverne ikke løber, kan hos nogle anfægtes som værende ærgerligt, men samtidig er det også positivt at observere, at elever kan følges ad med venner og klassekammerater en hel formiddag, hvor de måske "bare" går og hyggesnakker.

Case 6

Dagens indhold

Skolernes Motionsdag er en tilbagevendende begivenhed på skolen, som engagerer eleverne i en række fysiske aktiviteter, der varierer afhængigt af klassetrin. Skolen er en stor skole med 3 spor fra 0.-9. klasse. Skolen ligger i en større dansk provinsby, med mange gode ude- og indendørs faciliteter. Motionsdagen foregår udenfor for alle elever og bliver planlagt i de lærerteams, der deler samme fase, hvorfor der også er forskellige aktiviteter i indskoling, mellemtrin og udskoling.

I indskoling har traditionen for SkoMo i mange år været at dyste om "den gyldne sko". Her skulle eleverne klassevis løbe flest runder tilsammen. Dette blev talt op ved, at hver elev fik én elastik på armen pr. gennemført runde. I år blev den traditionelle dyst om "den gyldne sko" ændret til et format, hvor eleverne i stedet deltog i fire forskellige aktiviteter: stafetter, rundbold, 6-dags løb og dødbold. Hver aktivitet varede cirka 20 minutter og blev gennemført på en af skolens boldbaner, hvor eleverne var opdelt i årgange. Aktiviteterne blev planlagt i lærerteamet, hvor kendte aktiviteter og erfaring blev vægtet.

På mellemtrinnet, blev 5. kl. observeret. De spillede Stratego på et område 500 m fra skolen, hvorefter de skulle løbe runder, rundt om skolen, inden de til sidst spillede rundbold. Eleverne blev til Stratego fordelt på to hold, som var blandet på tværs af klasserne. Det var lidt koldt udenfor, men eleverne gav den gas og fik hurtig varmen.

I udskoling blev motionsdagen afholdt torsdag aften, hvilket har været et fast koncept i otte år. Eleverne deltog i en 8 km lang rute med otte poster, og blev opdelt i grupper af 10-11 elever på tværs af køn, årgange og klasser. Posterne var teambuilding aktiviteter, som stillede krav til elevernes samarbejde. Dette blev valgt på baggrund af, at lærerne i udskoling havde svært ved at motivere de større elever til motionsdagen.

Elevernes deltagelse på dagen

Eleverne på skolen deltog i mange forskellige aktiviteter og med forskelligt engagement i aktiviteterne.

I indskoling deltog langt størstedelen af eleverne aktivt i alle aktiviteterne, men nogle få havde skader eller hellere ville kigge på. En elev siger:

*Jeg har ikke mere luft tilbage,
Note 28, 1 dreng i mellemtrinnet, Skole 6*

da han har løbet 6-dags løb og er på vej over til stafet. Han gav udtryk for, at han syntes det er sjovt og gav alt hvad han har i sig. De dystede klassevis mod hinanden og der var generelt god stemning fra både lærer og elever, der bakker hinanden op og hepper på hinanden

*Vi tabte i rundbold til B-klassen, men vi var de bedste til at heppe! Det er vigtigere end at vinde
Note 27, 1 pige og 1 dreng i indskoling, Skole 6.*

På mellemtrinnet deltog eleverne fra 5. klasse aktivt i Stratego. Nogle af eleverne gik meget op i spillet.

Jeg har fået en bombe! Jeg har fanen, I skal beskytte mig, vi siger [navn] har fanen

Note 38, 3 drenge i mellemtrinnet under Stratego, Skole 6

De viste et stort engagement i spillet og taktikken bag. Generelt var eleverne meget oppe at køre og nogle få kom op at skændes om, hvorvidt det var fair hold.

Det er altid de samme hold, og det er mega unfair!

Note 36, 2 drenge i mellemtrinnet, Skole 6

Nogle få elever deltog slet ikke og stod sammen med en pædagog hele timen, hvor de andre spillede stratego. En lærer fortalte, at de generelt ikke deltager så meget. Nogle piger deltog ikke så aktivt, og sagde de frøs, og at de ville hellere være indenfor og hyggesnakke, tegne og høre musik,

Jeg har en uldundertrøje, uldtrøje og skaljakke på, jeg fryser stadig

Note 33, 3 piger i mellemtrinnet, Skole 6

I udskoling var der stor forskel i elevernes engagement i at deltage. Her skulle de følges i grupper af 10-11 elever, hvoraf nogle gerne ville løbe og komme hurtigst muligt i mål, for at slå de andre hold, mens flertallet af eleverne i gruppen hellere ville gå ruten.

Det er træls vi er kommet i gruppe med nogen som ikke vil løbe

Note 43, 2 piger i udskoling, Skole 6

To drenge fra 7. klasse havde taget en fodbold med på ruten.

Det er koldt, men fedt vi fandt en fodbold at have med, så man kan bevæge sig og holde varmen lidt

Note 42, 2 drenge i udskoling, Skole 6

Generelt deltog eleverne på forskellige præmisser, nogle gik meget op i aktiviteterne, mens primært de tre elever fra 9. klasse ikke rigtig gad at deltage.

Elevernes oplevelse af Skolernes Motionsdag

I indskoling var elevernes oplevelse af Skolernes Motionsdag generelt god. Der var godt humør og de deltog aktivt i aktiviteterne. Det nye format i år, faldt hos nogle i rigtig god jord, mens andre var skuffet over ikke at skulle dyste om "den gyldne sko",

Jeg syntes det er sjovt vi skal lave aktiviteter i år, i stedet for at løbe.", "Jeg havde håbet vi skulle løbe i år, fordi så kunne vi endelig vinde den gyldne sko!

Det er altid 3. klasserne som vinder den og vi har mange gode løbere

Note 29, 4 piger i indskoling, Skole 6

Det blev tydeligt at nogle elever syntes det var sjovt at konkurrere, mens det for andre elever kunne virke som en stor udfordring at skulle konkurrere

"Vil du høre en hemmelighed? Nogle gange, så spiller jeg skuespil og falder, for at få opmærksomhed og så de andre ikke tror det er fordi jeg er langsom"

Note 32, 1 pige og 1 dreng i indskoling, Skole 6

Det blev også observeret, at flere elever gik ud med skader undervejs, når tingene gik imod en, de blev fanget eller andet.

På mellemtrinnet, hvor 5. klasse blev observeret, var der flere delte meninger om Skolernes Motionsdag. Det kom meget an på, hvilke aktiviteter de skulle deltage i:

Jeg syntes nogle af aktiviteterne er sjove og andre er ikke. Jeg synes Stratego er sjovt, hvor man skal tænke taktisk

Note 35, 1 dreng i mellemtrinnet, Skole 6

Dette indikerer, at det er svært at ramme alle eleverne med enkelte aktiviteter, og det derfor er en god idé, at de skal igennem forskellige aktiviteter i løbet af dagen, hvor der både kan indgå noget konkurrence, men også aktiviteter der er lidt mere tilfældige.

Jeg kan godt lide Stratego og løb, ikke så godt rundbold og høvdingebold, fordi det er mere konkurrencebettinget. Jeg syntes det er sjovt, når der ikke går for meget konkurrence i det, nogle kan ikke tåle at tabe og der bliver ofte råbt ad hinanden.

Note 37, 4 piger i mellemtrinnet, Skole 6

I udskoling var elevernes mening om motionsdagen meget splittet. Især 7.- og 8. klasse var positive omkring aftenen, hvor den sociale dynamik og fællesskabet spillede en afgørende rolle.

Jeg synes, det er mega hyggeligt, også at vi går udenfor og ruten bliver mørk undervejs, det kan også godt blive lidt uhyggeligt, men er sjovt når vi går sammen i en stor gruppe

Note 41, 2 piger i udskoling, Skole 6

Her spiller fællesskabet med gruppen en stor rolle, i at eleverne kan føle sig trygge ude på ruten. Eleverne fra primært niende klasse havde en anden holdning til aftenen

Jeg syntes det er kedeligt og røvsygt, jeg fryser. Det skulle have foregået indenfor.

Note 40, 1 pige og 1 dreng i udskoling, Skole 6

Opsummering

Skolernes Motionsdag har haft varierende effekter på elevernes deltagelse og oplevelser, afhængigt af klassetrin og aktivitetens karakter. I indskoling blev det nye aktivitetsformat godt modtaget af de fleste elever, selvom nogle savnede konkurrencer om "den gyldne sko". Mellemtrinnet viste stor forskel på elevers engagement, hvor taktiske spil som Stratego blev værdsat af nogle, mens andre elever ikke deltog så aktivt. I udskoling var der en tydelig opdeling i elevernes oplevelse, hvor den yngste elever fandt fællesskabet på ruten positivt, mens de ældre elever udtrykte utilfredshed med kulden og opgaverne. Samlet set viser analysen, at en balance mellem konkurrence, samarbejde og aktivitetstype er vigtig for at sikre, at alle elever føler sig inkluderet og engageret i Skolernes Motionsdag.

Generelle temaer på tværs af skolerne

I dette afsnit præsenteres generelle temaer omkring Skolernes motionsdag som blev identificeret på tværs af alle eller flere af de seks skoler.

Deltagelse ændres med alder

Elevernes deltagelse i dagen varierede generelt med alderen. De yngre elever deltog i høj grad aktivt i aktiviteterne. Dette gjaldt både opvarmningsaktiviteter, løb og andre aktiviteter. Deltagelsen blev forstærket på de skoler, hvor lærere, forældre eller ældre elever var med og engagerede eleverne. Hos de ældre elever var elevernes deltagelse mere varieret. Aktiviteternes evne til at engagere de ældre elever til deltagelse var mindre end hos de yngre elever, og særligt løb blev af mange italesat som kedeligt og ensformigt, og mere varierede aktiviteter blev efterspurgt. Idrætsaktive elever deltog fortsat med stort engagement og fandt dagen god, hvorimod andre elevgrupper mødte op i hverdagstøj og eksempelvis gik løberuterne.

For de ældre elever blev deres deltagelse styrket ved didaktiske greb, som fx at tildele dem ansvar for opgaver/ aktiviteter rettet mod de yngre elever eller ved tematisering og udklædning.

Fællesskab er en stor motivation

Der tegner sig et tydeligt billede af, at fællesskab er en vigtig og stor motivation for deltagelse på Skolernes Motionsdag. Dette kom både til udtryk i det pædagogiske personales planlægning, samt i elevernes deltagelse. Flere pædagogiske personale italesatte fællesskab som det vigtigste formål med dagen, og aktiviteter blev planlagt med dette for øje. Det kom fx til udtryk igennem konkurrencer, hvor klasser eller grupper deltog samlet, eller ved at ældre elever havde opgaver og var rollemodeller for yngre elever. Eleverne deltog på tværs af klasser og årgange, fulgtes i grupper med andre elever, forældre eller lærere. På de skoler, hvor ældre elever var rollemodeller for yngre elever, var det tydeligt at dette styrkede motivationen og deltagelsen for begge grupper, og yngre elever gav udtryk for at det var motiverende og trygt, at de store deltog sammen med dem, eller heppede.

Eleverne deltager på forskellige måder på dagen, og det er ikke alle, som har et højt fysisk aktivitetsniveau igennem dagen. Det kan således diskuteres om denne form for deltagelse matcher formålet med dagen som en motionsdag. Det er imidlertid værd at bemærke, at alle elever er aktive på dagen, om end i forskelligt omfang og med forskellig intensitet. Samtidig har en stor del af eleverne oplevelse af fællesskab på dagen i form af fælles aktiviteter som opvarmningsdans, eller ved deltagelse sammen med venner, lærere eller forældre. Dette understøtter således at en stor del af eleverne har en god bevægelsesoplevelse med fællesskab, som er en del af motionsdagens formål.

Ansvar og iscenesættelse kan motivere de ældre elever

De ældre elever var generelt mindre motiverede for Skolernes Motionsdag end de yngre elever. Særligt ved løbeaktiviteter italesatte ældre elever, at det var kedeligt og ensformigt, hvis ikke det var idrætsaktive elever.

Nogle skoler valgte at imødekomme denne udfordring med forskellige didaktiske valg omkring dagen, for at fremme de ældre elevers motivation og deltagelse. Én skole anvendte udklædning og varierede aktivitetsformer som virkemiddel. Her dystede klasserne imod hinanden, og klassens udklædning var en del af dysten. Mange elever gjorde meget ud af udklædningen, og der blev heppet

meget når elevernes egen klasse var på banen. Eleverne gav udtryk for at det var fedt med udklædningen, og det skabte et rum, hvor de mindre idrætsstærke elever kunne bidrage til klassen. På andre skoler havde de ældre elever ansvar for gennemførelsen af dagen for de yngre elever. På nogle skoler havde de ældre elever forberedt aktiviteter som de gennemførte med de yngre elever, og på nogle skoler havde de ældste elever ansvar for at heppe og motivere de yngre elever under f.eks. løb. Her viste de ældre elever stort engagement og deltagelse. Det var tydeligt i observationerne at det betød noget for de ældre elever at skabe en god oplevelse for de yngre elever.

Et fast program kan skabe tryghed, men også være kedeligt

Skolernes Motionsdag var på alle skolerne en fast tradition, men afviklingen af dagen varierede på skolerne. Nogle skoler havde en helt fast tradition og afviklede dagen på samme måde hvert år, og nogle skoler varierede programmet mere fra år til år.

At have et meget fast program fra år til år skaber genkendelighed for eleverne og en tryghed omkring, hvad der skal ske på dagen. Ligeledes er det muligt at skabe og fastholde traditioner som vandrepokaler, dyst mod andre års resultater og lignende, som kan styrke fortællingen og motivationen for dagen. Dette blev bl.a. observeret på én skole, hvor elevernes deltagelse og tanker om dagen også var præget af, at det kun var løberuter, som den skole praktiserede, der var en mulighed på dagen.

At have et fast program kan dog også opleves som kedeligt blandt eleverne, særligt de ældre. Dette gav flere ældre elever udtryk for på tværs af skolerne, særligt i forbindelse med løbeaktiviteter. Her efterspurgte en stor gruppe elever mere varierede aktiviteter, og gerne flere kortere aktiviteter, så man havde større mulighed for at deltage i aktiviteter man synes var sjove.

Telefonsurvey

Surveyet opnåede en svarprocent på 89%, idet det lykkedes at få kontakt til 89 af stikprøvens 100 skoler. Tabel 5.7 viser analysen af de skoler som ikke indgår i datasættet, som følge af mislykket kontakt. Det ses, at særligt Region Sjælland er mindre repræsenteret i det samlede datasæt i forhold til den ønskede fordeling. Dog vurderes det, at denne afvigelse ikke påvirker resultaterne i en grad, så der er behov for vægtning.

	ANTAL SKOLER HVOR KONTAKT IKKE LYKKEDES			ANDEL AF STIKPRØVEN (%)
	TOTAL	SMÅ	STORE	
Region Hovedstaden	1	1	0	4,2
Region Midtjylland	1	1	0	4,0
Region Nordjylland	0	0	0	0,0
Region Sjælland	6	3	3	40,0
Region Syddanmark	3	2	1	12,5
Total	11			11,0

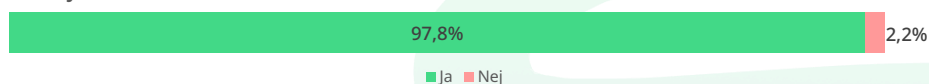
Tabel 5.7 Frafaldsanalyse, telefonsurvey

Med 89 respondenter fra en totalpopulation på 1848 skoler har undersøgelsen en usikkerhed på $\pm 10,1$ %-point. Ved et svar på 50% vil den sande værdi således med 95% sandsynlighed ligge mellem 39,9% og 60,1%.

Udbredelse af Skolernes Motionsdag

På spørgsmålet om skolen har afholdt SkoMo i år svarede 97,8% af skolerne 'Ja' (Figur 5.1). Dette bekræfter således, at SkoMo er en tradition, som eksisterer på næsten alle danske grundskoler. De skoler som ikke afholdt SkoMo i år ($n=2$) svarede at de laver motion i andre former end som en motionsdag den sidste fredag inden efterårsferien. Dette var fx motion hver fredag (derfor ikke en anderledes dag den sidste fredag inden ferien), eller afvikling af idrætsdag på et andet tidspunkt.

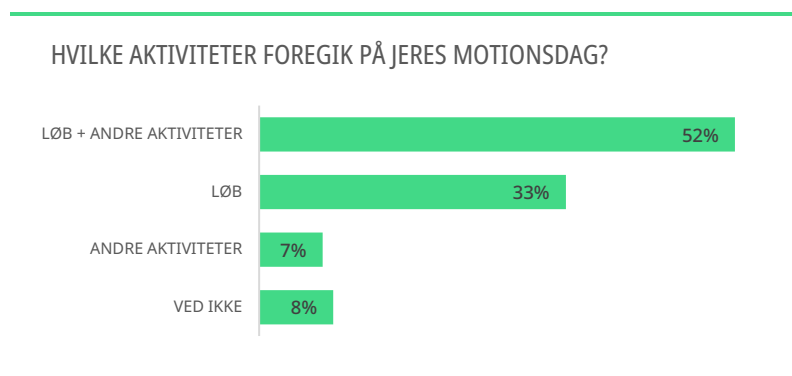
HAR JERES SKOLE AFHOLDT SKOLERNES MOTIONS DAG I ÅR?



Figur 5.1. Andelen af danske grundskoler som afvikler Skolernes Motionsdag ($n=89$)

Indhold på Skolernes Motionsdag

En ud af tre skoler angiver, at de har fastholdt den oprindelige form kun med løb på dagen (Figur 5.2). Omtrent halvdelen af skolerne (52%) laver løb sammen med andre aktiviteter på dagen, og 7% af skolerne laver andre aktiviteter end løb. 8% af respondenterne var ikke klar over, hvilke aktiviteter, der var foregået på dagen.



Figur 5.2. Aktiviteter på Skolernes Motionsdag (n=87)

Blandt skoler som angav, at de laver løb samt andre aktiviteter spændte disse aktiviteter sig over en bred vifte af aktivitetstyper. Aktiviteterne kan grupperes i skoler, som udelukkende lavede andre aktiviteter end løb lavede aktiviteter som hockeyturnering, skovtur og skating (løbehjul og rulleskøjter). Én skole arbejdede med fællesskabende aktiviteter, som alle elever havde udviklet i ugerne op til dagen i forløb omkring innovation og entreprenørskab.

Løbevarianter	fx Orienteringsløb, Opgaveløb, Stafetter
Træningsaktiviteter	fx Cykling, Duathlon, Triathlon, Cirkeltræning
Traditionelle boldspil	fx Fodbold, Håndbold
Spil og lege	fx Rundbold, Kongespil, Fangelege, Sjipning
Teambuildingaktiviteter	fx Opgaveløsning, Natløb
Atletik	
Dans	Som aktivitet udover opvarmning
Tematiserede aktiviteter	fx OL
Mindfulness	

Tabel 5.8. Alternative aktiviteter til løb på Skolernes Motionsdag

5.5. Justeringsforslag og feedforward

EN LANDSDÆKKENDE TRADITION • Mere end 97% af landets skoler afviklede i 2024 Skolernes Motionsdag. • På mange skoler er dagens indhold styret af traditioner og det samme fra år til år.	SÆT FOKUS PÅ FÆLLESSKAB • På tværs af alder var fællesskab i aktiviteterne en stor motivation for elevernes deltagelse. • Når ældre elever fik ansvar for de yngre elevers dag deltog de med markant større engagement end når de selv var deltagere i aktiviteter.	SKAB VARIATION PÅ DAGEN • 1 ud af 3 skoler laver udelukkende løb på dagen • Halvdelen af skolerne laver løb sammen med andre aktiviteter på dagen. • En stor gruppe elever efterspørger mere varierede aktiviteter, da løb er ensformigt. • Disse er ofte ældre og/eller mindre fritidsaktive elever.
ELEVERNES DELTAGELSE VARIERER MED ALDEREN • Eleverne deltager på forskellig måde alt efter deres alder. • De yngre elever er meget motiveret af aktiviteterne og voksne, forældre eller store elever som deltager i dem. • De ældre elever er mere motiveret af fællesskab og ansvar i forbindelse med dagen. • Dette er vigtigt at tage højde for i udviklingen af aktiviteter.	ISCENESÆTTELSE OG ANSVAR KAN VÆRE EN DRIVKRAFT • Skoler som anvendte iscenesættelse som fx udklædning eller ansvar i fx stor-lille orienterede aktiviteter lykkedes i højere grad med at motivere særligt ældre elever. • Iscenesættelse og ansvar kan skabe rum til at elever som ikke er idrætsstærke kan føle sig som en større del af dagen.	MULIGHED FOR AT GØRE NOGET SAMMEN • Flere lærere italesatte dagen som speciel fordi den giver mulighed for at hele skolen gør noget sammen. • Dagen giver også mulighed for at være sammen elev-elev eller lærer-elev i længere tid og få en anden relation end i dagligdagen.

Figur 5.3 Justeringsforslag og feedforward til Skolernes Motionsdag

5.6. Konklusion

Skolernes Motionsdag er en udbredt tradition på næste alle danske grundskoler, og giver en stor gruppe elever en god oplevelse med fællesskab og fysisk aktivitet. Dagens indhold er især bundet op omkring løb, enten som den eneste aktivitet eller i kombination med andre aktiviteter. Eleverne er overvejende glade for dagen og deltager på forskellige måder i aktiviteterne. Elevernes motiver for at deltage omhandler dels, at det er sjovt at deltage i aktiviteterne og dels, at det er sjovere end almindelig undervisning. Hertil kommer, at eleverne på tværs af alder finder oplevelsen af fællesskab på dagen motiverende. Dette kommer til udtryk i aktiviteter på tværs af klasser og årgange, aktiviteter og dyster orienteret mod samarbejde eller fælles indsats, samt i fælles aktiviteter som opvarmnings-danse el. lign.

En gruppe elever, særlig ældre eller idrætsuvante elever, finder løb kedeligt og ensformigt, og flere ældre elever efterspørger varierede aktiviteter, så det ikke er det samme fra år til år. Udfordringen med at motivere de ældre elever til deltagelse kan med fordel imødekommes med tiltag, hvor eleverne får ansvar for dele af dagen for de yngre elever. At være rollemodel og have ansvar fremmede engagementet markant hos de ældre elever på de case skoler, som anvendte

dette. En anden mulighed er at skabe rum på dagen, hvor mindre idrætsvante elever føler de har mulighed for at være med og bidrage til fællesskabet. Dette kan fx foregå ved at iscenesætte dagen og inddrage udklædning eller andre aktiviteter på dagen, som ikke forudsætter gode fysiske færdigheder for at være værdifuld for fællesskabet.