

Om å bidra konkret til inkludering og bygging av fellesskap i kroppsøving

Etter 2., 4. og 7. trinn omfatter kompetansemålene i kroppsøving mål som fokuserer på samhandling og at elevene skal forstå og følge regler. Fra 4. til 10. trinn inngår det også å inkludere andre i lek og spill. I økende grad og aller tydeligst i kompetansemål etter 10. trinn, er det også et mål at elevene skal «anerkjenne ulikskap» og «inkludere alle, uavhengig av føresetnader». Disse kompetansemålene er relevante for arbeid med 22. juli og inkludering og bygging av fellesskap. Både lagspill og lek er egnede aktiviteter for å øve opp relevant kompetanse.

Regler og rammer for lagspill

Lagspill kan fremme toleranse, inkludering og forståelse for ulikheter, dersom lærere legger vekt på prosess og deltagelse. Gjennom de rammene (regler og organisering) læreren legger, kan elevene bli mer opptatt av veien til målet enn antall mål scoret. Dersom gode prosesser innenfor laget (samspill, positive kommentarer, gode pasninger, konstruktive bevegelser, imponerende mottak osv.) får større oppmerksomhet enn eventuelle mål, vil også elevenes oppmerksomhet rettes mot dette. Det kan også innføres regler som gir begge lag felles mål, som å få sendt ballen flest mulig ganger over nettet (i spill som ligner badminton, tennis, volleyball og fotballvolley).

Fordi det er vanskelig å arbeide med inkludering i store lag, bør det heller være flere små lag (og eventuelt mindre baner). I ballspill er det optimale antall spillere for å fremme inkludering tre; med tre spillere blir alle på laget nødt til å delta i spillet. Lag med flere enn fem spillere krever spillere som mestrer å inkludere. Eksempel på en regel som kan fremme inkludering, er å kreve deltagelse fra mer enn én spiller for å score: To må sammen legge ballen på stolpen eller en form for returball (ballen sendes i benk/vegg/plate av én spiller og fanges opp etterpå av en annen spiller på samme lag). Se også Promoting inclusion through ballgames

https://www.coe.int/t/dg4/education/pestalozzi/Source/Documentation/TU/TU_SPORT_Jenssen_EN.pdf

Løsning av åpne oppgaver, basert på deltagerne kompetanser

Lek kan fremme inkludering og gjøre deltagerne oppmerksomme på fordeler ved indre mangfold – og supplerende kompetanser – innad i en gruppe. I lek er det viktig at hver enkelt har en viss grad av selvbestemmelse over sin egen rolle – i samspill med andre.

Åpne oppgaver gir elevene anledning til å løse en utfordring gjennom bruk av gruppens ferdigheter og kompetanser – uten at en fastlagt prosedyre blir fulgt (jf. støttemateriell om dybdelæring og kompetanser <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/stottemateriell-til-overordnet-del/film-sammenhengen-mellom-kompetansebegrepet-og-dybdelaring/>).

Eksempler på åpne oppgaver som fremmer samarbeid, er hinderløyper som skal forseres gruppevis: Da vil alle i hver gruppe ha interesse av å hjelpe hverandre med de utfordringene løypa gir, og utfordringene kan løses på forskjellige måter. Løypa bør kreve samhandling: Ingen kan komme gjennom uten å samarbeide med sin gruppe, jf. gruppehinderløype i episodene med tema «Lagånd» i NRK-serien Mesternes mester <https://tv.nrk.no/serie/mesternes-mester/sesong/11> . Gode oppgaver krever et mangfold av kompetanser, for da kan noen stråle på styrke, andre på bevegelighet, hurtighet, tyngde, letthet eller spenst.

En måte å utnytte den enkelte gruppes mangfold av kompetanser og egenskaper på er ved å gi dem i oppgave å tilpasse en tildelt lek/aktivitet (med regler) med utgangspunkt i det de selv (hver enkelt) mener de er gode på. Ta utgangspunkt i en enkel lek/aktivitet (enkel å utføre og med enkle regler). At leken/aktiviteten er enkel, vil gi elevene stort handlingsrom når de lager sine egne, forvanskende regler. Det kan være en hjelp for å komme på nye, egne regler at læreren gir noen eksempler. For å illustrere nye regler kan læreren bestemme at det skal balanseres i blinde. Grupper som lykkes godt, kan få fortelle hvordan de har løst oppgaven, og få anerkjennelse fra andre. Så skal de finne på egne forvanskninger. Det er et mål at engasjement i aktiviteten og opplevelse av mestring i et fellesskap (gruppen) skal fremstå som viktigere enn å bli først ferdig.

Nonverbal kommunikasjon

Nonverbal kommunikasjon er viktig i de fleste sammenhenger, og kroppsøving er egnet for å tematisere dette. En mulighet er planmessig å formidle regler for et spill bare gjennom å spille. Mange spill har dommertegn – sett av standardiserte bevegelser med et bestemt innhold: De inngår i et felt mellom verbal kommunikasjon og det mylderet av uformelle bevegelser, blikk og mimikk som inngår i nonverbal kommunikasjon. (Nonverbal kommunikasjon er også sentralt i høringsuttalelsen til Fagfornyelsen fra Psykologisk Institutt ved Universitet i

Oslo www.arneholte.no/psykisk-helse/horingsuttalelse-om-nye-laereplaner-i-skolen-fra-psykologisk-institutt-uo/).

Dans er en annen form for delvis formalisert nonverbal kommunikasjon. Etter 10. trinn er det et mål at elever skal

- øve på og gjennomføre danseaktiviteter fra ungdomskulturar og andre kulturar, og saman med medelevar skape og presentere dansekomposisjonar

Dette målet inviterer til konkret og praktisk arbeid både med nonverbal kommunikasjon og med inkludering. Stiftelsen Fargespill www.fargespill.no/ har rike ressurser (delvis mot betaling) som støtte og inspirasjon til inkluderende arbeid med dans og andre kulturuttrykk.

Det å kunne svømme viste seg å være livsviktig for mange 22. juli 2011. Kroppsøving har også læringsutbytteformuleringer som dreier seg om livredning og svømming. De faller ikke naturlig inn under læringsmålforslaget i denne ressursen om å «bidra konkret til inkludering og bygging av fellesskap», noe som ikke er til hinder for at svømmeundervisning også gjøres til en arena for inkludering og bygging av fellesskap. I tilknytning til svømmeundervisning er det også aktuelt å vise til definisjonen av dybdeløring (www.udir.no/laring-og-trivsel/dybdelaring/), som bl.a. legger vekt på å bruke det man har lært «i kjente og ukjente situasjoner», jf. oppfordringen om å veksle mellom innendørs og utendørs svømmeoppløring i ressursen Svømmedyktig (www.svommedyktig.no/ressurser/vanntilvenning-og-svomming/)