



UNDERVISNINGS
MINISTERIET

**Bevægelse integreret
i undervisningen
i udskolingen
– eksemplariske
aktiviteter**

Indhold

1	Introduktion	4
2	Legende aktiviteter	6
3	Strukturering af undervisningen	9
4	Kropsliggørelse af det faglige indhold	12
5	Situeret anvendelse	15
6	Kreative og æstetiske læringsaktiviteter	18
7	Refleksionsspørgsmål til BIU	20
8	Inspiration til mere bevægelse integreret i undervisningen i udskolingen	20

Introduktion

I det følgende gives praksisnære eksempler på, hvordan der kan arbejdes systematisk og målrettet med bevægelsesaktiviteter integreret i den faglige undervisning (i det følgende BIU-aktiviteter) i udkolingen med afsæt i BIU-modellen, se model (pdf-fil).

BIU-modellen er opdelt i fem kategorier, der giver et overblik over de forskellige måder, man som lærer/pædagog kan integrere bevægelse i den

faglige undervisning i udkolingen. Modellen illustrerer, hvordan krop og bevægelse kan indgå som en aktiv del af læreprocessen med både legende, praktiske, anvendelsesorienterede og kreative undervisningsformer. I skemaet gives eksempler på bevægelsesaktiviteter inden for hver kategori. For at tydeliggøre, hvorledes en aktivitet kan integreres i mange forskellige fag i udkolingen, gives der bud på forskellige indholdsmæssige variationer i de enkelte fag. Det er hermed op til den enkelte lærer/

pædagog at integrere aktiviteten meningsfuldt i forhold til fagenes kompetencemål i den konkrete undervisning.

Der er desuden tilføjet to yderligere kategorier i skemaet for at synliggøre, hvorledes der målrettet kan arbejdes med grader af elevinddragelse, se model (pdf-fil) og bevægelsesglæde, se model (pdf-fil) i den enkelte BIU-aktivitet.



Legende aktiviteter

Denne kategori er kendetegnet ved legende aktiviteter, der tillægges et fagligt indhold.

De legende aktiviteter er især velegnede til at arbejde med konkrete færdighedsmæssige sider af fagene, hvor eleverne får mulighed for at repetere og 'træne' det faglige indhold.

Eksempler: 'Hvem er jeg', 'Hurtig på aftrækkeren' og 'Eksperimentariet'

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'Hvem er jeg'</p> <p>Materialer: Billeder (fra fx aviser, ugeblade, Internettet) eller sedler med faglige begreber.</p> <p>Instruktion: Hver elev får hæftet et billede af en person (fx en politiker i samfundsfag) på ryggen, så de ikke selv kan se billedet. Eleverne går nu rundt blandt hinanden. Det gælder om at finde ud af, hvem man selv er, ved at stille spørgsmål til de andre elever, der kun må svare 'ja' eller 'nej'. I stedet for fotos kan det også være faglige begreber, som eleverne skal gætte.</p>	<p>Biologi: Plantearter.</p> <p>Kristendomskundskab: Nordiske guder.</p> <p>Historie: Amerikanske præsidenter.</p> <p>Fysik/kemi: Syrer/baser i hjemmet.</p> <p>Engelsk/tysk: Navneord, byer eller kendte personer, hvor man kun må stille spørgsmålene på engelsk/tysk.</p>	<p>Delvis elevinddragelse.</p> <p>Øget elevinddragelse:</p> <ul style="list-style-type: none">- Eleverne vælger selv billeder og faglige begreber til hinanden.- Eleverne introducerer selv aktiviteten i andre fag.	<p> Grøn glæde</p> <p>Konkurrence med sig selv og i forhold til andre, vinde, præstere og udvikle sig.</p>

Legende aktiviteter

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'Hurtig på aftrækkeren'</p> <p>Materialer: Ingen.</p> <p>Instruktion: Eleverne sidder i en rundkreds på stole, og der står én i midten. Alle elever har af læreren fået tildelt, hvilken ordklasse (sprogundervisningen) de er – henholdsvis substantiver, verber og adjektiver. Eleven i midten siger fx: "cykel". Så skal alle 'substantiver' finde en ny stol, og det gælder for eleven i midten om at nå at sætte sig på en ledig stol. Den, der ikke har en stol, kommer i midten. Eleven i midten kan også sige "alle ordklasser", hvilket betyder, at alle skal finde en ny stol (samme form som legen 'frugtsalat').</p>	<p>Tysk, engelsk, fransk: Verber, adjektiver og substantiver.</p> <p>Geografi: Lande, byer og øer.</p> <p>Biologi: Fisk, fugle og slanger.</p> <p>Samfundsfag: Socialisme, liberalisme og konservatisme, hvor den i midten enten kan nævne en politiker eller et parti.</p>	<p>Delvis elevinddragelse.</p> <p>Øget elevinddragelse:</p> <p>- Eleverne finder selv på kategorierne i de enkelte fag.</p>	<p> Grøn glæde Konkurrence med sig selv og i forhold til andre, vinde, præstere og udvikle sig.</p>

Legende aktiviteter

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'Eksperimentariet'</p> <p>Materialer: Valgfrit.</p> <p>Instruktion: Eleverne er sammen i små grupper og udfordres nu til selv at opfinde faglige, legende aktiviteter. Her er nogle spørgsmål, der kan sætte tankerne i gang hos eleverne:</p> <ul style="list-style-type: none">- Hvilke lege og aktiviteter kender I i forvejen?- Hvilken leg har en særlig mulighed for at tillægges et fagligt indhold?- Hvilket fag skal aktiviteten foregå i, og hvilke faglige områder skal 'trænes'?- Hvad skal aktiviteten hedde?- Hvilke materialer skal bruges?- Hvor skal aktiviteten foregå?- Hvordan skal 'banen' se ud? (tegn eventuelt en opstilling)- Hvor mange deltagere kan være med?- Hvilke regler/retningslinjer skal der være?- Hvordan startes aktiviteten?- Hvordan afsluttes aktiviteten?	<ul style="list-style-type: none">- Kan bruges i alle fag.- Få mere inspiration ved brug af 'Aktivitetshjulet' i materialet 'Bevæg udskolingen'. <p>www.saetskolenibevagelse.dk</p>	<p>Delvis elevinddragelse.</p> <p>Øget elevinddragelse:</p> <ul style="list-style-type: none">- Eleverne afprøver deres udviklede aktiviteter for andre grupper og klasser.	<p> Gul glæde Arbejde med detaljer, fantasien, fordybelsen, eksperimentere og selvforglemmelse.</p> <p> Rød glæde Fællesskabsfølelse, fælles målsætning og samarbejde.</p>

Strukturering af undervisningen

Denne kategori omhandler, hvorledes man strukturerer undervisningen, så eleverne kommer op fra stolene, og hvor man tager rummet i brug i organiseringen af arbejdet med det faglige indhold, uden man inddrager det legende aspekt som i den første kategori. Det kan fx være nye, aktive måder at organisere gruppearbejde og klassesdrøftelser på.

Eksempler: 'Speed dating', '4 verdenshjørner' og 'For og imod'.

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'Speed dating'</p> <p>Materialer: Ingen.</p> <p>Instruktion: Halvdelen af eleverne laver en cirkel, hvor de vender ryggen ind mod midten. Den anden halvdel laver en cirkel udenom, så de står parvis ansigt til ansigt. Læreren stiller et fagligt spørgsmål, som hvert par skal diskutere i fx 2 minutter. Når tiden er gået, rykker ydercirklen en plads til venstre. Dernæst stiller læreren det samme eller et nyt spørgsmål, som skal diskuteres med den nye makker.</p> <p>De faglige spørgsmål eller opgaver må gerne lægge op til diskussioner og forklaringer, som man ikke bliver færdige med hurtigt og som godt kan diskuteres igen med nye makkere. Herved kan man bringe sin viden fra forrige samtaler i spil i drøftelser med nye makkere.</p>	<p>Lukkede spørgsmål: Samfundsfag: Beskriv EU.</p> <p>Kristendomskundskab: Beskriv de fem søjler i islam.</p> <p>Historie: Beskriv vikingetiden.</p> <p>Biologi: Beskriv nogle truede dyrearter.</p> <p>Åbne spørgsmål: Samfundsfag: Hvorfor/hvorfor ikke skal Danmark fortsat være medlem af EU?</p> <p>Kristendomskundskab: Er det ok at bære tørklæde i skolen?</p> <p>Historie: Hvilken rolle har vikingerne spillet?</p> <p>Biologi: Hvordan hjælper man truede dyrearter?</p>	<p>Høj elevinddragelse.</p> <p>Øget elevinddragelse: - Eleverne udarbejder selv spørgsmål, som de stiller til hinanden i aktiviteten.</p>	<p> Rød glæde Fællesskabsfølelse, fælles målsætning og samarbejde.</p> <p> Blå glæde Anerkendelse fra underviser og de andre, blive set/hørt og få særlige roller.</p>

Strukturering af undervisningen

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'4 verdenshjørner'</p> <p>Materialer: Fire stk. A3-papir.</p> <p>Instruktion: A3-papirerne hænges op i fire hjørner af lokalet. Hver af sedlerne har en faglig overskrift, som eleverne skal brainstorme over. Eleverne går rundt mellem de fire verdenshjørner og skriver deres input på sedlerne undervejs. Man kan også vælge at hænge en seddel mere eller mindre op, afhængigt af, hvad der giver mest mening i forhold til de faglige kategorier.</p>	<p>Eksempler på faglige kategorier:</p> <p>Biologi: Plantebælterne, regnskov, savanne og ørken.</p> <p>Samfundsfag: Liberalisme, konservatisme, socialisme og social-liberalisme.</p> <p>Geografi: Klimazonerne tropisk, subtropisk, tempereret og polar.</p> <p>Kristendomskundskab: Kristendom, buddhisme, islam og jødedom.</p> <p>Historie: 2. verdenskrig, Cubakrisen, Den Kolde Krig og 11. september.</p>	<p>Høj elevinddragelse.</p> <p>Øget elevinddragelse: - Eleverne udarbejder selv faglige kategorier.</p>	<p> Rød glæde Fællesskabsfølelse, fælles målsætning og samarbejde.</p> <p> Blå glæde Anerkendelse fra underviser og de andre, blive set/hørt og få særlige roller.</p>

Strukturering af undervisningen

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'For eller imod'</p> <p>Materialer: Ingen.</p> <p>Instruktion: Læreren siger et udsagn, der drejer sig om holdninger, værdier og dilemmaer. Eleverne skal nu placere sig på en linje på tværs af lokalet, hvor den ene yderpol er "helt enig", og den anden yderpol er "helt uenig". Derefter skal eleverne diskutere og argumentere for deres synspunkter.</p>	<p>Eksempler på faglige udsagn:</p> <p>Samfundsfag: Den kriminelle lavalder skal sættes ned til 14 år.</p> <p>Dansk: Novellens hovedperson traf det rigtige valg.</p> <p>Geografi: Klimaforandringerne er kun menneskeskabte.</p> <p>Historie: Det var en rigtig beslutning at deltage i Irak-krigen.</p> <p>Biologi: Kloning af dyr er en god idé.</p>	<p>Delvis elevinddragelse.</p> <p>Øget elevinddragelse: - Eleverne finder gruppevis på faglige dilemmaer, som kan diskuteres efterfølgende.</p>	<p> Blå glæde Anerkendelse fra underviser og de andre, blive set/hørt og få særlige roller.</p>

Kropsliggørelse af det faglige indhold

Denne kategori omhandler aktiviteter, hvor eleverne direkte 'kropsliggør' det faglige indhold, der fx er blevet læst om og arbejdet med i fagene.

Eksempler: 'Den rigtige rækkefølge', 'Styr på forholdet' og 'Geometri med snore'.

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'Den rigtige rækkefølge'</p> <p>Materialer: Sedler eller billeder.</p> <p>Instruktion: Eleverne laver en lineær rækkefølge med sedler/billeder på gulvet eller væggen, der illustrerer begreber eller begivenheder i en kronologisk rækkefølge.</p>	<p>Natur/teknologi: Planeters afstand til solen.</p> <p>Samfundsfag: Partierne i venstre-højre-aksen.</p> <p>Historie: Forløbet af 2. verdenskrig.</p> <p>Biologi: Menneskets fordøjelsesproces.</p> <p>Dansk: Handlingsforløbet i en novelle, fx som berettermodellen.</p> <p>Variation: Eleverne kan også lave en cirkulær rækkefølge, der for eksempel illustrerer et kredsløb, hvori faglige udviklingsprocesser kan placeres.</p>	<p>Lav elevinddragelse.</p> <p>Øget elevinddragelse: - Eleverne finder selv på andre kreative måder at præsentere deres rækkefølge af faglige begreber/begivenheder på.</p>	<p> Rød glæde Fællesskabsfølelse, fælles målsætning og samarbejde.</p> <p> Grøn glæde Konkurrence med sig selv og i forhold til andre, vinde, præstere og udvikle sig.</p>

Kropsliggørelse af det faglige indhold

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'Styr på forholdet'</p> <p>Materialer: Viskelæder, bold eller andet.</p> <p>Instruktion:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Læreren beder eleverne stille sig på forskellige måder fysisk i forhold til stolen; under, foran, på etc.2. Eleverne er sammen parvis og skiftes til at lægge et viskelæder/en bold forskellige steder i klasselokalet, fx på bordet, ved siden af skabet eller bagved døren. Når makkeren har sagt en sætning, hvor forholdsordet korrekt indgår, fx 'bolden ligger under stolen', er det hendes tur til at placere viskelæderet/bolden et nyt sted.	Kan bruges i alle sprogfag	Ingen elevinddragelse. Delvis elevinddragelse. Øget elevinddragelse: - Eleverne finder på forskellige sætninger med forholdsord, som de andre i gruppen skal efterfølge.	 Grøn glæde Konkurrence med sig selv og i forhold til andre, vinde, præstere og udvikle sig.

Kropsliggørelse af det faglige indhold

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'Geometri med snore'</p> <p>Materialer: Snore, langreb mm.</p> <p>Instruktion: Eleverne er sammen i grupper á cirka fem, og hver gruppe har en snor/et langreb. Alle i gruppen skal holde hænderne på tovet.</p>	<p>Matematik: Hver gruppe skal nu danne følgende med tovet: - Cirkel med x diameter, rektangel med x omkreds og/eller ligesidet, ret eller spidsvinklet trekant.</p>	<p>Delvis elevinddragelse.</p> <p>Øget elevinddragelse: - Eleverne udvikler opgaver til hinanden omkring geometri, for eksempel i forhold til omkreds, areal, måling af vinkler etc.</p>	<p> Rød glæde Fællesskabsfølelse, fælles målsætning og samarbejde.</p>

Situeret anvendelse

Den fjerde kategori omhandler bevægelsesaktiviteter, hvor eleverne arbejder med fagenes indhold anvendelsesorienteret i den 'rette' kontekst eller situation. Her åbnes der for arbejdsformer, som inddrager naturen, friluftaktiviteter og nærområdet.

Eksempler: 'Matematik i anvendelse', 'Undervisning i skoven' og 'Guide for en dag'

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'Matematik i anvendelse'</p> <p>Materialer: Ingen.</p> <p>Instruktion: Eleverne arbejder sammen i mindre grupper og skal her anvende matematikken funktionelt til fx at beregne og måle følgende i nærområdet: Skolegårdens areal, rumfanget af legehuset, omkredsen af sandkassen, gyngestativets højde og hældningsprocenten på cykelskurets tag.</p>	<p>Matematik:</p> <ul style="list-style-type: none">- Tegn en cylinder, kegle, prisme, pyramide, kugle, parallelogram, pentagon, trapez eller andet og tag efterfølgende billeder af disse figurer, hvor de optræder i naturen, nærområdet eller bymiljøet. Tværfaglig aktivitet - matematik, biologi og idræt:- Måle længde og højde i egne spring og hop.- Måle egen løbehastighed på baggrund af længde og tid.- Måle forskel på puls før/efter løb og finde klassens gennemsnit af hvile- og arbejdspuls.- Måle gennemsnit/procent/statistik af antal skud på mål, scoringer, redninger, frikast, hjørnespark m.m. i forskellige boldspil.	<p>Delvis inddragelse.</p> <p>Øget elevinddragelse:</p> <ul style="list-style-type: none">- Eleverne underviser for eksempel mindre elever i de matematiske aktiviteter i skolegården.	<p> Rød glæde Fællesskabsfølelse, fælles målsætning og samarbejde.</p> <p> Gul glæde Arbejde med detaljer, fantasien, fordybelsen, eksperimenter og selvforglemmelse.</p>

Situeret anvendelse

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'Undervisning i skoven'</p> <p>Materialer: Fire stk. A3-papir.</p> <p>Instruktion: Eleverne er sammen i mindre grupper, og undervisningen flyttes nu ud i naturen med et væld af muligheder.</p>	<p>Biologi:</p> <ul style="list-style-type: none">- Finde og klassificere planter og smådyr i skovbunden.- Finde dyrespor eller efterladenskaber fra dyr i naturen, fx fjer, fugleæg, ekskrementer og reder, og prøve at gætte, hvilke dyr de stammer fra.- Løbe orienteringsløb og lære at læse kort i skoven eller nærområdet, fx med fokus på kompas og målestok eller med inddragelse af ny teknologi såsom mobil, GPS og QR-koder (tværfagligt med idræt). <p>Dansk:</p> <ul style="list-style-type: none">- Eleverne kan gå en tur i skoven uden at sige noget, hvor de mange sanseindtryk med lyde og lugte efterfølgende bruges i digtningen af lyrik, små digte og historier. En historie kan fx også omhandle et dyrs eller træes 'livshistorie og oplevelser'.	<p>Delvis elevinddragelse.</p> <p>Øget elevinddragelse:</p> <ul style="list-style-type: none">- Eleverne vælger et fagligt emne, som de fordyber sig i og præsenterer for de andre elever i skoven.	<p> Gul glæde</p> <p>Arbejde med detaljer, fantasien, fordybelsen, eksperimentere og selvforglemmelse.</p>

Situeret anvendelse

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'Guide for en dag'</p> <p>Materialer: Ingen.</p> <p>Instruktion: Eleverne arbejder individuelt eller i små grupper og skal nu forberede en guidet tur for klassekammeraterne, hvor de fortæller om deres fritidsinteresser og lokalområde.</p>	<p>Tysk/engelsk/fransk: Guidet tur, hvor man besøger sin fritidsforening, hestestald, spejderhytte, bandets øvelokale m.m.</p> <p>Geografi: Den guidede tur kan omhandle byens udvikling, infrastruktur og befolknings- og erhvervsudvikling, der udmønter sig i gåture rundt i byens forskellige bydele eller besøg hos de lokale butikker/firmaer i lokalområdet med særligt fokus på primære, sekundære eller tertiære erhverv.</p> <p>Historie: Eleverne kan lave en guidet tur, der giver et lokalhistorisk rids over skolens nærområde eller det lokalområde, som eleven bor i. Den guidede tur kan fx være en lokalhistorisk vandring eller cykeltur, der omhandler de lokale butikker, jernbane eller boligbyggerier. I historie kan guiderne også præsentere og afprøve gamle lege med klassekammeraterne, fx hinke, sparke dåse eller hoppe i elastik.</p>	<p>Høj elevinddragelse.</p> <p>Øget elevinddragelse: - Eleverne lave en guidet tur for turister, yngre klasser, pensionister eller andre.</p>	<p> Rød glæde Fællesskabsfølelse, fælles målsætning og samarbejde.</p> <p> Gul glæde Arbejde med detaljer, fantasien, fordybelsen, eksperimenter og selvforglemmelse.</p>

Kreative og æstetiske læringsaktiviteter

Den femte kategori omhandler bevægelsesaktiviteter, som har et særligt fokus på den kreative, æstetiske og skabende dimension. Her arbejdes der med det faglige indhold på anderledes og kreative måder i form af teater, musiske og ekspressive aktiviteter..

Eksempler: **'Teater med fagene'** eller **'Tegneserie i stort format'**.

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'Teater med fagene'</p> <p>Materialer: Ingen.</p> <p>Instruktion: Eleverne sidder i en stor rundkreds, og i midten er 'scenen'. Der spilles teater, rollespil eller skyggeteater inden for forskellige faglige kategorier.</p>	<p>Historie: Dramatisering af besættelsen af Danmark under 2. verdenskrig eller kolonitiden med slavehandel.</p> <p>Samfundsfag: Dramatisering af temaerne 'identitet og sociale medier' eller 'livsstil og forbrug'.</p> <p>Biologi: Dramatisering af fødekæden fra en sø; planteplankton, der spises af en vandloppe, som spises af en hundestejle. Hundestejlen spises af en gedde, der fanges af et menneske.</p> <p>Dansk: Dramatisering af forskellige genrer, fx et eventyr. Det kan være et udsnit af eventyret, en alternativ slutning på eventyret eller eventyret dramatiseret i en anden genre, fx science fiktion.</p>	<p>Delvis elevinddragelse.</p> <p>Øget elevinddragelse: - Eleverne er selv med til at planlægge, hvilke faglige emner, der skal arbejdes kreativt og teatermæssigt med.</p>	<p> Gul glæde Arbejde med detaljer, fantasien, fordybelsen, eksperimenter og selvforglemmelse.</p> <p> Rød glæde Fællesskabsfølelse, fælles målsætning og samarbejde.</p>

Kreative og æstetiske læringsaktiviteter

Aktivitet	Faglige variationer	Grader af elevinddragelse	Bevægelsesglæde
<p>'Tegneserie i stort format'</p> <p>Materialer: A3-sedler eller tavle.</p> <p>Instruktion: Eleverne er sammen i grupper á fire-seks og skal nu på tavlen eller A3-sedler illustrere de centrale begivenheder/faser i et forløb som tegneserie. Efterfølgende dramatiserer eleverne eventuelt tegneserien.</p>	<p>Dansk: Forløbet i et digt, en reklame eller en novelle.</p> <p>Fysik/kemi: Nitrogen- eller kulstofkredsløb i naturen.</p> <p>Biologi: Faserne i spildevandsrensning.</p> <p>Historie: Dansk udenrigspolitik efter Murens fald.</p>	<p>Delvis elevinddragelse.</p> <p>Øget elevinddragelse: - Eleverne finder selv på faglige begreber, faser m.m., som de vil tegne og eventuelt dramatisere.</p>	<p> Gul glæde Arbejde med detaljer, fantasien, fordybelsen, eksperimentere og selvforømmelse.</p> <p> Rød glæde Fællesskabsfølelse, fælles målsætning og samarbejde.</p>



Refleksionsspørgsmål til BIU:

- Hvilke muligheder og udfordringer ser du i forhold til at integrere bevægelse i den faglige undervisning i udskolingen?
- Hvilke af de fem typer af bevægelse (BIU-modellen) anvendes mest i udskolingen på din skole?
- Hvilke af de fem typer af bevægelse egner sig bedst til udskolingselever?
- Hvilke af de fem typer af bevægelse kan bedst integreres i hvilke fag?

Inspiration til mere bevægelse integreret i undervisningen i udskolingen:

www.emu.dk

www.aktivaaretrundt.dk

www.saetskolenibevaegelse.dk

www.skoleidraet.dk

www.moveatschool.dk

www.astra.dk (naturfagene)

Udarbejdet af:

Det nationale videntcenter KOSMOS, for Undervisningsministeriet:

Katrine Bertelsen: kber@ucsyd.dk

Claus Løgstrup Ottesen: cott@ucsyd.dk

Børge Koch: bfko@ucsyd.dk

Udarbejdet af KOSMOS for Undervisningsministeriet



Nationalt Videncenter