

Det er et svaghedstegn, når religionen i almindelighed og guddommen i særdeleshed tages alt for alvorligt. Eller sagt med paradokset: Man tager ikke Vorherre alvorligt, hvis ikke man går i rette med ham, diskuterer med ham, gør en lille smule grin med ham, ja, måske betvivler hans eksistens.

BJØRN BREDAL, højskoleforstander og forfatter, i Politiken.



Tyrkiet hører ikke til i EU

Da David Cameron i 2010 blev britisk premierminister, støttede han forslaget om Tyrkiet som medlem af EU. Det er på høje tid at revidere dette synspunkt, mener The Times:

Storbritanniens politik skal ikke formes ud fra utilfredshed med Erdogan, men ud fra en grundlæggende afvejning af nationale interesser. Vi kan komme til forståelse med Tyrkiet, som er en betydningsfuld magt, uden at give landet medlemskab af EU eller afskrive europæiske værdier.

THE TIMES

KLIP

Børn og unge skal bevæge sig – også i skolen

Skole. Fysisk aktivitet kan gøre en afgørende forskel for børns sundhed, trivsel, udvikling og læring. Hvis det gribes rigtigt an, så kan man også motivere den gruppe af børn og unge, der har det sværest med at være fysisk aktiv. Men de svageste, mest inaktive børn lades tilbage.

KOMMENTAR

Folkeskolerne har svært ved at få børnene til at være mere fysisk aktive i skoletiden, og – hvad værre er – svært ved at leve op til folkeskolereformens ambition om at inkludere alle børn i den fysiske aktivitet. De svageste, mest inaktive børn lades tilbage. Det viser SFIs (Det Nationale Forskningscenter for Velfærd) undersøgelser af den foreløbige effekt af folkeskolereformen.

Folkeskolereformen har kun været gældende i små to år, og det tager naturligvis tid, før store forandringer bundfælder sig. Men alligevel kunne man godt have ønsket sig, at undersøgelserne i højere grad pegede i den rigtige retning. Særligt er det bekymrende, at de i forvejen inaktive elever ikke har øget deres aktivitet.

Dokumentationen omkring værdien af fysisk aktivitet er på plads. Fysisk aktivitet kan gøre en afgørende forskel for børn og unges sundhed, trivsel, udvikling og læring. Hvis det gribes rigtigt an, så kan man også motivere den gruppe af børn og unge, der har det sværest med at være fysisk aktiv. Forskning fra Danmark og den svenske Bunkflo-undersøgelse har yderligere vist, at større grad af fysisk aktivitet i skoletiden leder til bedre karakterer, større selvværd og får børnene til at fungere bedre i gruppearbejde, uanset elevernes sociale baggrund.

To helt nye danske studier viser endda, at fodboldøvelser og småspil i 1½-2 timer om ugen er nok til at sænke skolebørns blodtryk og fedtprocent og øge deres sundhedsviden og sociale trivsel. De største effekter på blodtrykket var hos de børn, der ikke var medlemmer af en idrætsforening.

Også internationalt er der bred enighed om, at målrettet fysisk aktivitet er af stor værdi for børn og unge. Det blev understreget på konferencen Children, youth and physical activity, som blev afholdt af Institut for Idræt og Ernæring ved Københavns Universitet i april 2016. Her samledes 25 internationale topforskere med det ene formål at udvikle en række fælles konklusioner og anbefalinger til, hvordan skoler og foreninger kan skabe mere og bedre fysisk aktivitet.

Tidspunktet for konferencen var ikke tilfældigt. Folkeskolereformen har virket i knap to år og evalueres og tilpasses løbende, reformen af erhvervsuddannelserne har virket siden sommeren 2015, og en reform af gymnasieskolen er på vej. Det er i disse år, at samfundet lægger linjerne for, hvordan børn og unges læring, trivsel og sundhed skal varetages fremover.

Anbefalingerne fra konferencen udgør en fremragende platform for dette arbejde. De samlede anbefalinger kan findes på www.holdspil.ku.dk. Men her følger nogle af de vigtigste:

• **BØRNS MOTORISKE UDVIKLING** skal fremmes: Der bør – allerede fra den tidlige barndom – udvikles tilpassede aktiviteter for børn med motoriske udfordringer med henblik på at fremme



»To helt nye danske studier viser (...), at fodboldøvelser og småspil i 1½-2 timer om ugen er nok til at sænke skolebørns blodtryk og fedtprocent og øge deres sundhedsviden og sociale trivsel.« skriver forfatterne til Kommentar. Foto fra skolernes motionsdag i København. Foto: Torkil Adersen

motorisk udvikling samt motivation for deltagelse i bevægelsesaktiviteter. Forskningen viser klart, at beherskelse af fundamentale motoriske færdigheder gavner børn og unges kognition og præstation i skolen.

• **SKAB LIGE VÆRDIGE MULIGHEDER** for deltagelse uanset børn og unges forudsætninger: Tilbyd et varieret udbud af aktiviteter, som tager højde for børn og unges forskellige baggrunde og forudsætninger og dermed bidrager til inklusion i fysisk aktivitet og idræt.

• **LÆRERE OG TRÆNERE SKAL** uddannes: Lærere og trænere bør støttes i at udvikle modeller for, hvordan idrætsundervisning og træning gøres mere inkluderende. Selv målrettet, kortvarig uddannelse har vist sig succesfuld.

• **EN HELSTØBT INDSATS** er afgørende: Foreningsaktive børn og unge er mere fysisk aktive, i bedre fysisk form og er generelt sundere end de, der ikke er foreningsaktive. Derfor vil en helhedsorienteret indsats på skoler og uden for skoletiden kunne give bedre muligheder for et øget niveau og en ligeværdig adgang til fysisk aktivitet. Idrættens organisationer og interessenter bør udvikle politikker og guidelines for fremme af inklusion.

• **VOKSNE – OGSÅ FOR ÆLDRE** – har et ansvar: Voksne bør gribe de muligheder, som børn og unges engagement i fysisk aktivitet tilbyder. Fysisk aktivitet giver mulighed for at opnå livsfærdighe-

der, såsom mellem menneskelige relationer, selvledelse og konfliktløsning. Disse færdigheder kan anvendes på andre områder som skolen, hjemmet, fritiden og i fremtidigt erhverv.

På konferencen nåede man også frem til en lang række andre vigtige konklusioner. Eksempelvis kan fysisk aktivitet skabe tætte venskaber og accept fra kammerater, hvilket har en positiv effekt på børn og unges indre motivation, lyst til at deltage i fysisk aktivitet, og for hvordan de opfatter deres egne kompetencer.

Desværre halter kompetenceudviklingen af det personale, der omgiver børn og unge i skoler og foreninger. En undersøgelse fra Dansk Skoleidræt fra oktober 2015 viser, at hele 63 pct. af lærerne og pædagogerne ønsker mere inspiration og vejledning på området. Og så sent som i marts i år har formanden for Skolelederforeningen, Claus Hjortdal, givet udtryk for, at der er for få ressourcer at gøre gældende i skolerne.

Derfor er det vigtigt, at vi holder aftaleparterne bag reformen fast på, at de har bundet sig til at sikre, at både lærere, pædagoger og skoleledere har de rette forudsætninger og kompetencer for undervisning og ledelse af skolen. Og vi leverer gerne indholdet.

Konklusioner og anbefalinger fra konferencen er nu bearbejdet i samarbejde med skole- og foreningsdanmark på heldagsarrangementer i Vejle og Brøndby. Der er bred enighed om, at anbefalingerne skal implementeres til glæde for ALLE børn og unge i fremtidens Danmark. Vi håber, at det politiske Danmark følger med.



AF JENS BANGSBO
Professor og viceinstituttleder for forskning

OG PETER KRUSTRUP
Professor

Begge Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet