

MOV: E

Børn og unge i bevægelse og læring

Nr. 5 • 2017



TEMA:
INNOVATION

MOV:E

Udgave: Nr. 5 2017

Oplag: 500

Udgiver:

Forsknings- og Innovationscenter
for Idræt, Bevægelse og Læring,
University College Lillebælt og
Syddansk Universitet

Redaktionsgruppe:

Centerleder,
Thomas Skovgaard
Centerkoordinator,
Lisbeth Runge Larsen
Ph.d. studerende,
Louise Stjerne Knudsen
Videnskabelig assistent,
Sofie Koch

Design og produktion:

Red Ink A/S

Primær fotograf: Tobias Nicolai

Forsidefoto: Tobias Nicolai

Foto s. 6: Inge Lynggaard Hansen

Foto s. 22: Movejam

Foto s. 28 & 32: Lars Elbæk

ISSN: 2246-8137 (den trykte udg.)

ISSN: 2246-8525 (den digitale udg.)

Forslag til artikler modtages
gerne og kan sendes til MOV:E
redaktionen på mail:
lsknudsen@health.sdu.dk.
MOV:E 6 udkommer i november
2017 med fokus på idræt og
pædagogik.


FORSKNINGS- & INNOVATIONSCENTER
FOR IDRÆT, BEVÆGELSE & LÆRING



INDHOLD

- 04 Leder
Thomas Skovgaard og Lisbeth Runge Larsen
- 06 Faglig artikel: Innovation og bevægelse i praksis
Anders Halling
- 18 Synspunktsartikel: SMARTsport - teknologi, bevægelse og læring
Mads Petersen
- 24 Interview: Movejam: Vær klar til at kaste dig ud i nye ting
Mie Erika Jensen
- 28 Faglig artikel: Perspektiver på læring og dannelse i en innovations- og entreprenørskabsuddannelse inden for idræt
Lars Elbæk
- 40 Synspunktsartikel: Innovation i idrætten
Martin Hedal
- 47 Interview: Lokalt og innovativt samarbejde omkring den åbne skole
Mie Erika Jensen
- 54 Synspunktsartikel: Stand up and move forward; a viewpoint
Johan de Jong og Roya Shokoohi





IDRÆTS- OG BEVÆGELSE SINNOVATION

Idræt, bevægelse og innovation er begreber, der står godt til hinanden. Idræts- og bevægelsesområdet rummer i udstrakt grad innovation og innovatører. Helt generelt drejer innovation sig om at realisere nye idéer og derved skabe værdi (f.eks. økonomisk, socialt, kulturelt, æstetisk) for involverede parter. På idræts- og bevægelsesområdet sker det ikke sjældent ved, at engagerede parter skaber kreative løsninger på afgrænsede udfordringer, der f.eks. gør sig gældende lokalt, men det handler også om innovationer, der afgørende bryder med hidtidig indretning af hele området.

Idræts- og bevægelsesrum - i konkret og overført betydning - skabes for nye spillere, hvilket fører til variation i det allerede eksisterende eller simpelthen radikalt ændrer rammerne. Nye og etablerede aktører udforsker, designer og iværksætter idræt og bevægelse på overraskende måder, for eksempel ved brug af teknologi. Der udvikles således hele tiden nye bevægelsesformer, -aktiviteter og -muligheder.

Det fulde innovationspotentiale realiseres nok ikke altid, og der er bestemt stor variation i, hvordan innovation er tænkt ind i konkrete idrætter og bevægelse i bred forstand. Det ændrer dog ikke ved, at idræt, bevægelse og innovation tydeligvis har fælles flader. Særligt i de senere år er der talt og skrevet meget om de innovative dimensioner – f.eks. som et tema i relation til læring, pædagogik og uddannelse, hvor idræt og bevægelse, som både middel og mål, sættes i spil for at fremme nysgerrig udforskning af innovative løsninger.

På den baggrund byder *MOV:E* denne gang på artikler og interviews, som fra forskellige vinkler, teoretiske ståsteder og metodiske tilgange, tager fat i idræt, bevægelse og innovation. I nummeret kan der for eksempel læses nærmere om innovation som praksislæring samt, hvordan innovation og iværksætteri kan spille en aktiv rolle i idrætsuddannelser. Der sættes også fokus på de mange muligheder, der er for at skabe indbyrdes synergi mellem ny teknologi, bevægelse og



læring, og vi hører mere om den underskov af innovatører, som designer sig frem til helt nye praksisformer, produkter og services, der tilfører både dem selv og andre ny værdi. Nogle af innovatørerne møder vi i nummerets interviews, hvor der sættes fokus på, hvordan der helt konkret kan samarbejdes på anderledes måder om *den åbne skole* - en hjørnesten i den seneste folkeskolereform - samt nye måder at fremme selvorganiseret idræt.

Der er altså megen spændende og inspirerende læsning at kaste sig over. Innovationsdagsordenen, og de mange initiativer koblet hertil, er og vil fortsætte med at være et aktivt stof i fremtidens idræts- og bevægelsesbillede. I den forbindelse er det vigtigt kontinuerligt at stille grundlæggende og kritiske spørgsmål som: Hvad er innovation egentlig? Hvilke typer af innovation og innovationsforståelser ønsker vi at fremme mest? Hvordan skaber vi det bedste match mellem innovation, forskning og bedst tilgængelig viden (evidens)?

Hvordan gør vi innovation til en stærk kilde for både dannelse, uddannelse og livslang læring? Hvordan balancerer vi de fordele og ulemper, som innovationer ofte byder på for en eller flere parter? Den slags spørgsmål, og mange flere, er afgørende - også når det handler om på faglig og etisk ansvarlig vis at sætte innovation i spil inden for bevægelse og idræt.

Vi modtager meget gerne forslag til artikelbidrag, interviews og respons på indholdet af *MOV:E*. Sammen holder vi dialogen i gang. *MOV:E 6* udkommer i efteråret 2017 med fokus på idræt og pædagogik.

*God læselyst
Lisbeth Runge Larsen & Thomas Skovgaard*



Resumé

Innovationslaboratorium for Pædagogik og Bevægelse på VIA University College blev etableret i 2013 med henblik på at skabe innovation indenfor feltet pædagogik og bevægelse. IL er et innovativt miljø med såvel en instrumentel tilgang til bevægelse og idræt som et middel og en dannelses tilgang, hvor bevægelse og idræt er et mål i sig selv. IL arbejder med komplekse projekter på et tosidigt grundlag: forskning og praksis. Udgangspunktet er både den eksisterende viden og de udfordringer, der er i praksis. Projekterne inddrager typisk skoler og institutioner. IL benytter sig af systematiske metoder i det innovative arbejde. IL har gennemført en række mindre projekter i tæt samarbejde med praksis. Eksempelvis *Rum, der bevæger eleverne*. I foråret 2017 søsættes et treårigt forsknings- og innovationsprojekt i samarbejde med en række skoler. Visionen med *iMOOW! projektet* er at fremme motion og bevægelse som en del af elevernes læring og trivsel i en varieret skoledag. I en lidt mindre skala tilbyder IL en projektkuvøse til VIA's medarbejdere samt konferencer.

Anders Halling er Lektor og ansat som projektleder for Innovationslaboratorium for Pædagogik og Bevægelse på VIA University College. Anders er desuden tidligere Lektor på Institut for Idræt og Biomekanik samt tidligere Dekan for de sundhedsfaglige videregående uddannelser ved UC Nordjylland. Anders har derudover skrevet lærebøger om boldspil og teamudvikling.

INNOVATION OG BEVÆGELSE I PRAKSIS

The Fosbury Flop

Jeg må begynde denne artikel med at bede læseren om at se et klip fra Dick Fosburys højdespring ved OL i Mexico 1968: <https://www.youtube.com/watch?v=ld4W6VA0uLc>. For de innovativt nysgerrige læsere må jeg henvise til en artikel (Politikken 19. August, 2008) om, hvorfor The Fosbury Flop er et af de smukkeste eksempler på innovation i sportens verden. En fantastisk historie, fascinerende og på alle måder et forbillede for arbejdet med innovation og kropskultur.

Scenen: Innovationslaboratorium

Scenen for denne artikel er ikke OL eller noget lignende. Scenen er *Innovationslaboratorium for Pædagogik og Bevægelse* (herefter benævnt IL) på professionshøjskolen, VIA University College. IL blev etableret i 2013 med henblik på at skabe innovation indenfor feltet pædagogik og bevægelse, som et samarbejde mellem to hovedområder: Efter- og Videreuddannelsen og det Pædagogisk-socialfaglige hovedområde (primært lærer- og pædagoguddannelserne). IL eksisterer således i et organisatorisk "mellemrum" mellem to af de fire hovedområder, der udgør VIA. Overordnet og som vision tilbyder IL et innovativt miljø, der både bidrager til kropslig dannelse og til glæde, motivation, læring og sundhed gennem bevægelse og idræt¹.

IL har således både en instrumentel tilgang til bevægelse og idræt som et middel og en dannelsestilgang, hvor bevægelse og idræt er et mål i sig selv samt en måde at være i verden på. IL arbejder tværfagligt og tværsektorielt på et vidensbaseret grundlag. IL udvikler innovative, nyskabende produkter i bred forstand, som har værdi for aktørerne i praksis uanset, om det er i skoler, daginstitutioner eller på uddannelser. Arbejdsformen er at tilbyde innovative mellemrum og co-creation med vores samarbejdspartnere, hvor mind-set, vaner og praksis på feltet får tid til at blive forstyrret og udviklet.

IL fungerer i spændingsfeltet mellem forskning og praksis eller mellem vidensproduktion og markedet. Projekter i IL er baseret på forskningsviden og praksisudfordringer. Leverancerne sigter på at bidrage til øget værdi i form af ny og forbedret praksis² på feltet. Til processerne i IL bidrager både interne og eksterne netværk og samarbejdspartnere på feltet. Innovationslaboratoriet er skitseret i figur 1. Hermed er scenen sat. Næste step er en tur ned i det strategiske maskinrum og til den tænkning, der ligger her.

Det strategiske maskinrum

Strategien i IL er baseret på overvejelser om projektyper, læringsteori og Teori U processer samlet i én innovationsmodel.

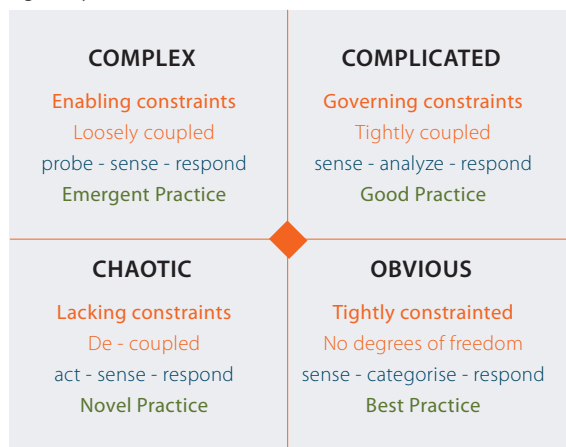
Figur 1. Innovationslaboratoriet



Projekttyper

Den første strategiske overvejelse er at identificere, hvilke projekttyper IL har fokus på og prioriterer at arbejde med. Som værktøj til dette benyttes Cynefin³ modellens illustration af forskellige projekter i blandt andet *simple*, *komplerede* og *komplekse* projekter.

Figur 2. Cynefin modellen



Simple, *enkle* (*obvious*) projekter har ofte en lineær sammenhæng mellem årsag og virkning. Projektet består af at observere, kategorisere og beslutte eller udføre en handling. I sådanne projekter kan man opstille en *best practice* som løsning. Den viden, der er nødvendig for at løse opgaven, er typisk viden af første orden og i mindre omfang viden af anden orden. Første ordens viden er faglig eller faktuel viden (Qvortrup, 2001 og 2004).

Komplerede projekter er kendetegnet ved, at der kan være flere løsninger, som ofte kan oplistes ved projektets start. Hvilke løsninger projektet kommer frem til, afhænger af hvilke eksperter, der bidrager. Projektet består af at observere, analysere og beslutte eller udføre handling. Projektet styres ofte i form af målhierarkier. Den viden, der er nødvendig for

at løse opgaven eller projektet, er typisk anden ordens viden, altså viden, der sættes i spil i en praksis kontekst (Qvortrup, 2001 og 2004).

Komplekse projekter er kendetegnet ved, at der i udgangspunktet ikke findes svar eller løsninger. Hertil kommer, at det er vanskeligt, måske endda umuligt, at definere projektets leverancer og kvalitet. Styring af indhold, form og tidsanvendelse foretages gennem rigelig kommunikation og forhandlinger mellem projektets parter. Projektet består af gentagne faser til udforskning, undersøgelser, beslutninger og handlinger. Den nødvendige viden til at løse projektet er typisk viden af anden og tredje orden. Tredje ordens viden består i at udvikle nye løsninger og omforme bestående (Qvortrup, 2001 og 2004). IL arbejder primært med *komplekse projekter*. Komplerede projekter eller opgaver løses som regel gennem mere traditionelle kompetenceudviklingsprojekter. Komplekse projekter har indbygget kroniske usikkerheder, ofte modsatrettede holdninger og værdier, der gør dem vanskelige at håndtere i en almindelig efter- og videreuddannelsesorganisation. Det særlige ved komplekse projekter er, at løsningerne må baseres på en fornemmelse for en fremtidig praksis uden at kende den (naturligvis), men med en særlig følsomhed for det ukendte og spirende. Fundamentalt for komplekse projekter i IL er derfor, at løsninger etableres i co-creation projekter (*brugerdriven innovation*) udfoldet i interaktive teams mellem forskellige parter.

Forskning, udvikling og innovation

IL bedriver innovation, og det betyder, som tidligere understreget, en meget tæt forbindelse til forskning og udvikling. Af faglige, historiske og politiske grunde er det nødvendigt at tage en kort rundtur i, hvad forskning og udvikling er. I IL er det udgangspunktet, at innovation ikke finder sted uden forankring i viden og dermed forskning, samt uden at forskningen sættes i spil i praksis. De mellemfange videregående uddannelser i Danmark har en meget lang tradition for at udføre udviklingsarbejde tæt >



”

Det særlige ved komplekse projekter er, at løsningerne må baseres på en fornemmelse for en fremtidig praksis uden at kende den (naturligvis), men med en særlig følsomhed for det ukendte og spirende.

knyttet til den enkelte uddannelsesinstitution og profession. Dette udviklingsarbejde har været initieret af ildsjæle og faglige spydspidser og er i mindre omfang baseret på forskningsviden og systematiske metoder. Med OECD's Frascati manual blev det fastslået, at udvikling: *"er systematisk arbejde baseret på viden opnået gennem forskning og praktisk erfaring, med det formål at frembringe nye eller væsentligt forbedrede materialer, produkter, processer, systemer eller tjenesteydelser."*⁴

For at leve op til Frascati manualen blev professionshøjskolerne nødt til at systematisere deres arbejde med udvikling og innovation (hvilket i VIA førte til etablering af IL). Parallelt med dette vedtog Folketinget en ny lov, hvori Professionshøjskolerne fik ret til at bedrive forskning (lovbekendtgørelse nr. 215 af 27. februar 2013). Her blev det fastslået, at UC'erne skal *varetage praksisnære og anvendelsesorienterede forsknings- og udviklingsaktiviteter.*⁵

Mission og profil

Med Frascati og lovgivningen blev det strategiske grundlag for arbejdet i Innovationslaboratoriet for Pædagogik og Bevægelse fastlagt og udgør som sådan IL's mission:

IL arbejder med anvendt forskning og udvikling, sådan som det er formuleret i Frascati manualen. IL eksperimenterer med og undersøger bevægelse og idræt i pædagogiske kontekster, for at frembringe ny viden samt skabe eller anviser nye eller forbedrede produkter, processer og organisatoriske rammer i forhold til feltet. IL benytter anerkendte og systematiske arbejdsmetoder og baserer arbejdet på eksisterende viden og praksiserfaringer.

Modeller

Det innovative arbejde i IL omfatter forskellige metoder og henter inspiration fra mange sider. Specielt henter IL inspiration fra Teori U (Scharmer, 2013) og fra Qvortrups Videns- og Læringsniveauer (Qvortrup, 2001, 2004). IL benytter en relativt enkelt innovationsmodel kaldet *Fire-fase-modellen* (se figur

3). *Fire-fase-modellen* er inspireret af flere innovationsmodeller, primært *Liedtka modellen* (Liedtka, 2011), *Prejekt/projekt-modellen* (Herlau, 2006) og *Fisken* (Hovgaard, 2017). Den enkelte fase har sine særlige karakteristika og metodisk forståelse, som definerer det særskilte arbejde i de fire innovative faser. I modellen er der beskrevet kendetegn for de fire faser, samt hvilke kompetencer, der er behov for. Desuden er det illustreret, hvordan den faglige viden (første

IL arbejder:

- Tydeligt og synligt med idræt og bevægelse i didaktiske og pædagogiske kontekster.
- Med bevægelse som middel - en del af pædagogikken
- Med bevægelse som mål i sig selv - det kropsfænomenologiske.
- Vidensbaseret og innovationsrettet
- Viden og innovation skabes gennem inddragelse og co-creation.
- Ud fra at praksis altid eksisterer med teori som basis, og omvendt at teori altid eksisterer med praksisimplikationer og aldrig alene.
- Både med processer og kontekstrettede produktforløb.
- Med at skabe kreative mellemrum til at skabe innovation og sætte nye standarder. IL er 'stenen i skoen', der fordrer tid til at tænke og skabe sammen.

ordens viden) og den praktiske viden (anden ordens viden) kommer i anvendelse i innovationsprocessen og skaber ny viden i form af tredje ordens viden. (Qvortrup, 2001, 2004). Selvom modellen er tegnet lineært er der loops og tilbageløb i løbet af processen med flere opdagelses- og udvik-

lingsfaser, før man når til implementeringsfasen. Der er integreret to vidensspor, som løbende er garant for kvalificering af arbejdet og det endelige resultat. Det praktiske vidensspor har fokus på videnopsamling og integration, der har til formål at understøtte processen. Det teoretiske vidensspor har fokus på videnopsamling og integration af eksisterende viden om det emne, der er fokus på.

Defineringsfasen har fokus på at afdække og afklare behovet for innovation i og sammen med praksis. Der skal svares på spørgsmål som *hvorfor* vil vi arbejde med dette, og *hvorfor* er det et innovativt projekt? Definitionsfasen skal sikre, at alle aktører har koordineret deres opfattelser af udfordringen og det foranstående projekt. Definitionsfasen har store ligheder med *Downloadingfasen* i Teori U. (Scharmer, 2013).

Opdagelsesfasen har fokus på at anskue udfordringen fra forskellige synsvinkler, lytte til og være i dialog med personer i og udenfor projektet. Der arbejdes divergent, sådan at aktørerne undersøger forskellige muligheder med åbent sind, hjerte og vilje. Opdagelsesfasen har store ligheder med faserne *Seeing, Sensing og Presencing* i Teori U (Scharmer, 2013).

Udviklingsfasen har fokus på at konkretisere ideer, teste dem og videreudvikle nogle af dem, samt udarbejde egentlige prototyper til afprøvning i konteksten. Der arbejdes konvergent eller målrettet på konkretisering, test og priorite-

ring. Udviklingsfasen har store ligheder med faserne *Udkrystalisering og Prototyping* i Teori U (Scharmer, 2013).

Implementeringsfasen har fokus på at skabe værdi i den kontekst, hvor projektet er blevet afviklet. Det er her de innovative processer står deres prøve, og projektet omsættes til daglig praksis.

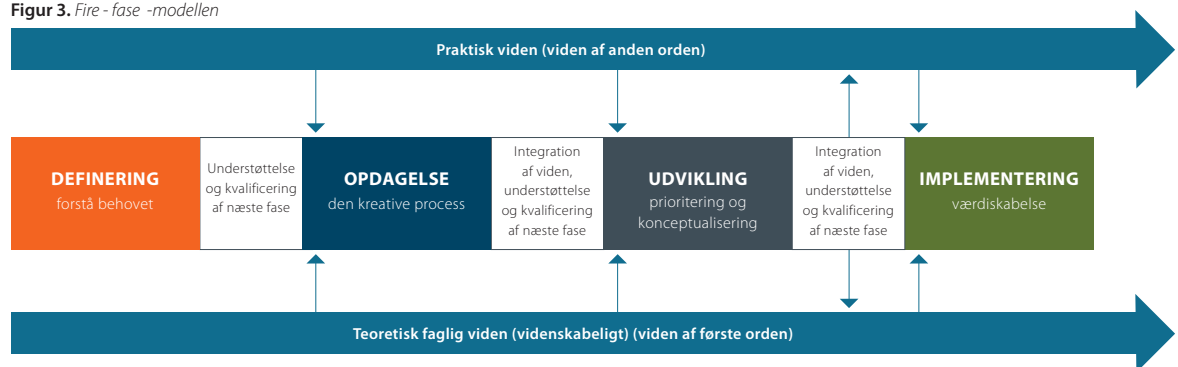
Det praktiske maskinrum

IL's praksis har tre ben: projekter, netværk og konferencer. IL medvirker i afholdelsen af en årlig konference indenfor et aktuelt tema. Et par eksempler på konferencer er *Bevægelse og Læring i et innovativt lys* og *Vilde lege*. Begge afholdt i 2015.

Rum, der bevæger eleverne

Projektet *Rum, der bevæger eleverne* præsenteres her kort som eksempel på et typisk projekt. Projektet blev gennemført i perioden maj - oktober 2015 på en almindelig folkeskole med skoleledelse, 10 lærere og 150 elever i overbygningen samt 25 lærerstuderende. I den definerede fase arbejdede vi med skolens ledelse og lærerteamet i overbygningen. Her blev den brændende platform udtrykt i ønsket om at skabe mere bevægelse i hverdagen. Lærerteamet fokuserede målet til "implementering af aktiviteter" og "hvordan gør vi det let og sjovt at lave aktiviteter i den lange pause?"

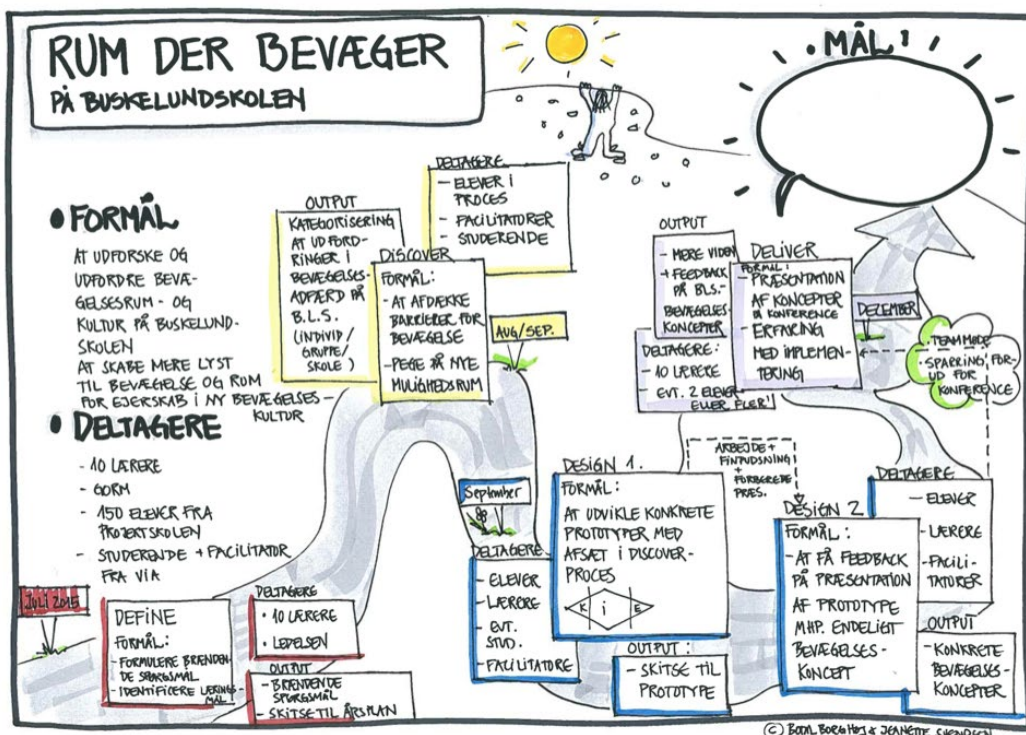
Figur 3. Fire-fase -modellen



Af illustrationen fremgår projektets forskellige faser: I opdagelses- og udviklingsfasen (på procesplanen benævnt discover- og designfasen) arbejder de lærerstuderende med facilitering af undersøgelses-, ide- og designprocesser. Alle elever er aktive i processen. Eleverne har gang i aktiviteter og bevægelsesrum på skolen, hvor de traditionelt aldrig har udfoldet sig tidligere. Der er tydelige tegn på, at intentionen om at bryde vaner og bevægelsesrutiner fungerer. Udfordringerne består i en ledelsesbeslutning vedrørende frikvarteret, at lærergruppen er presstemt, at der er frafald blandt de studerende.

Succeskriteriet for projektet er, at eleverne kan gennemføre *Motionsdagen 2015* med de yngre elever på skolen, samt at de diskuterer og formulerer en række forslag til videre implementering af aktiviteterne i deres hverdag. Implementeringsdelen viste sig som den sværeste. Selvom opmærksomheden har været på det i processen, viser det sig igen, at implementeringsfasen skal følges op. Det er ikke tilstrækkeligt at tale om og formulere "hvad man kunne gøre". Det er nødvendigt, at nogen gøres personligt ansvarlig og tager ejerskab for implementeringsprocessen.

Figur 4. Rum der bevæger





IL har afviklet følgende innovative projekter i tæt samarbejde med skoler og institutioner i hele landet:

- Rum, der bevæger eleverne
- Idræt som prøvofag i 9. klasse
- Bevægelse og sprog
- Kroppen i Pædagogikken
- Pædagogisk idræt og barnets sproglige udvikling
- Analyse af børns udvikling og tilhørende pædagogisk målrettet indsats
- Samarbejde mellem skole og frivillige organisationer
- Udvikling af *45 min. motion og bevægelse* i skolen
- Udvikling af profil-institutioner, dagtilbud og skole.



iMOOW! – det gode bevægelsesliv i skolen

iMOOW! – *det gode bevægelsesliv i skolen* er et forsknings- og innovationsprojekt i IL. Det har en noget anden karakter end det ovenfor omtalte. For det første er det et helt nyt projekt, der i praksis først starter i august 2017. For det andet er det et stort og længerevarende projekt med op til 24 skoler og et forløb over tre år. For det tredje er projektet støttet af ekstern finansiering fra Nordea-fonden og afvikles i samarbejde med FIIBL og Norges Idrætshøgskole. For det fjerde har det fokus på både forskning (udvikling af ny viden) og innovation (omsætning af viden). Læs mere om *iMOOW!* projektet her <http://www.via.dk/efter-og-videreuddannelse/imooow>

Projektets vision er at fremme motion og bevægelse som en del af elevernes læring og trivsel i en varieret skoledag. Med denne vision som det overordnede pejlemærke, har projektet to delvisioner:

- at udvikle og forankre motion og bevægelse i skolen, så det giver mening for eleverne med henblik på at øge deres læring og trivsel, samt at det opfattes som relevant og håndterbart for alle parter (elever, pædagoger, lærere og ledelse).
- at skabe en faglig nuanceret forståelse af motion og bevægelse for alle parter i skolen.

Projektets deltagere vil sammen udvikle en bevægelsespraksis, der kan give svar på, hvordan bevægelsesaktiviteter understøtter læring i de enkelte fag, og hvad der skal til for, at motions- og bevægelsesaktiviteter opleves som særligt relevante og meningsfulde for elever og pædagogiske medarbejdere på skolen. Som det fremgår af ovenstående, er det projektets mål både at udvikle ny bevægelsespraksis og ny viden om bevæ-

The logo for iMOOW! features the word "iMOOW!" in a bold, sans-serif font. The letter "i" is orange and has a small orange circle above it. The letters "M", "O", "O", "W", and "!" are black. The exclamation mark is orange and has a small orange circle below it. The logo is set against a white background.



Projektets vision er at fremme motion og bevægelse
som en del af elevernes læring og trivsel
i en varieret skoledag.

gelsesdidaktik. Med det dobbelte mål er det naturligt, at projektet gennemføres som et aktionsforsknings- og innovationsprojekt. Projektets tilblivelse (*Definitionsfasen*) har i praksis strakt sig over flere år. Erfaringerne fra IL's tidligere projekter samt erfaringerne fra afvikling af kompetenceløftet *Krop & Kompetencer* på ca. 120⁶ skoler har dannet grundlaget for projektet. Definitionsfasen er dermed primært udviklet med andre skoler end de, der er direkte involveret i projektet. Erfaringerne er drøftet indgående med de seks skoler, der medvirker i projektets første år, og som sådan har de været inddraget. I definitionsfasens sidste periode er skolen og især de medvirkende klasser og pædagogiske medarbejdere direkte aktive i at forme projektet i deres kontekst. Opdagelses- og udviklingsfasen gennemføres på den enkelte skole, hvor lærere, pædagoger og elever i samarbejde med projektets medarbejdere tilrettelægger og gennemfører bevægelsesaktioner og indsamler viden og erfaringer. iMOOW! projektet angiver en retning i udviklingen af IL's projekter: Samskabelse mellem forskere, facilitatorer og praksis er blevet udbygget og tydeligere. Denne retning vil IL bevæge sig længere ud ad eller ind i, de kommende år.

Projektkuvøse

Et andet ben i IL er etablering af et netværk, i første omgang for alle medarbejdere i VIA, der arbejder med bevægelse og idræt. Det vil i praksis sige medarbejdere fra lærer-, pædagog- og fysioterapeutuddannelserne. Fra denne platform har IL en ambition om, at skabe et lystbetonet netværk for idræts- og bevægelsesundervisere med det formål at skabe værdi for faglig udvikling i grunduddannelserne og i efter-videreuddannelsen af pædagoger og lærere. Netværket handler om noget, der ikke har så stor prioritet i dagens uddannelsesverden: nemlig at

skabe et mellemrum for deltagerne til sammen at reflektere over erfaringer og give rum for eftertænksomme refleksioner om bevægelse og idræt i pædagogiske kontekster.

Som et eksempel herpå har IL etableret en *projektkuvøse*, der skal styrke projektudvikling lokalt på uddannelserne ved at frikøbe medarbejdere til at styrke innovationskompetencerne i uddannelserne. Projektkuvøsen skal med andre ord genopfinde lidt af den tid, hvor kolleger på uddannelserne kunne finde sammen om at sætte et projekt i gang og skabe lokal innovation.

Udgangsbøn

I det daglige arbejde i Innovationslaboratoriet sigter vi mod at være et "mellemrum" til refleksion og udvikling. Som sådan er laboratoriet en provokation i forhold til hverdagen med al dens stress, deadlines, produktkrav, mål mv. Naturligvis bliver IL også målt på almindelige parametre som produktion af viden, omsætning, vidensdeling og at skabe værdi for praksis. Men det er afgørende for succes, at IL etablerer "mellemrummet" i organisationen og i et vist omfang fungerer som "en sten i sko", med eksempelvis længere deadlines, mindre dækningsbidrag, intensiv pleje af netværk og ikke mindst eksperimenterer med risiko for at fejle eller bevæge sig ud i blindgyder.

Som Dick Fosbury skal IL turde at vende ryggen til det etablerede og gængse. Turde betræde stier, som andre ikke anerkender, turde insistere på at afprøve arbejdsformer og udvikle produkter, der går i mod strømmen. Turde afvise *best practice* som målet og have større visioner om at bidrage til innovation og nyskabelse indenfor idræt og bevægelse. •





I det daglige arbejde i Innovationslaboratoriet sigter vi mod at
være et "mellemrum" til refleksion og udvikling

.....

LITTERATUR

Darsø, L. (2012). *Innovationspædagogik. Kunsten at fremelske innovationskompetence*. Samfundslitteratur. Frederiksberg.
Scharmer, O & Kaufer, K. (2013). *Leading from the Emerging Future. From Ego-system to Eco-system economics*. Berrett-Koehler Publishers inc. San Fransisco.
Herlau, H. & Tetzschner, H. (2006). *Fra jobtager til jobmager*. Frederiksberg: Samfundslitteratur. 3. udgave.
Hovgaard, M (2017). *Innovation i praksis*. Samfundslitteratur (udkommer I foråret 2017)
Liedtka, J. & Ogilvie, T. (2011). *Designing for Growth – a design thinking tool kit for managers*. New York: Columbia University Press.
Qvortrup, L. (2001). *Det lærende samfund*. København, Gyldendal.
Qvortrup, L. (2004). *Det vidende samfund – mysteriet om viden, læring og dannelse*. Unge Pædagoger.

.....

NOTER

- ¹ Jeg anvender begrebet **bevægelse** i en bred forståelse som bevægelse i forskellige kontekster med mangfoldigt indhold. Begrebet **Idræt** bruges i forståelsen idrætsfaget.
- ² Med **praksis** hentydes primært til idræt og bevægelse i folkeskolen, daginstitutioner og i mindre omfang til idrætsforeninger samt til bevægelse og idræt på lærer- og pædagoguddannelserne. IL's primære målgruppe er børn og unge 0-18 år og de professionelle, der har med dem at gøre i skoler, institutioner, uddannelser og foreninger.
- ³ https://en.wikipedia.org/wiki/Cynefin_framework og <https://www.youtube.com/watch?v=N7oz366X0-8&app=desktop>
- ⁴ <http://ufm.dk/forskning-og-innovation/statistik-og-analyser/hvad-er-forskning-innovation-og-udvikling>
- ⁵ <https://www.retsinformation.dk/forms/R0710.aspx?id=164459>
- ⁶ Krop & Kompetencer er et kompetenceudviklings projekt initieret og afviklet af DIF, DGI, Dansk Skoleidræt og VIA UC siden 2015, støttet af A.P. Møller fonden.



”

Du har ny ulæst post!

Jeg tjekker den lige hurtig. Opmærksom,
altid online og svarer hurtigt.



Resumé

Teknologi og bevægelse er to vigtige elementer i folkeskolen. Formålet med DGI SMARTsport er at kombinere teknologi og bevægelse i en tid, hvor de unge er superbrugere, og de ældre generationer skal være skarpe for at følge med. I projektet samles nye apps, og der gives bud på, hvordan to områder, der traditionelt set ikke supplerer hinanden, kan smelte sammen og bidrage til at skabe en varieret undervisning. Hvorfor ikke lave opsamlingen af et emne til et virtuelt o-løb, gøre fremlæggelserne interaktive eller tegne geometriske figurer i landskabet?

Mads Pedersen er projektleder og idrætskonsulent hos DGI Nordjylland indenfor programområdet skoler og institutioner. Mads er uddannet Cand. Scient. Idræt ved Aalborg Universitet. Han har tidligere undervist i idræt og sundhed på projektet *Unge I Vækst* på EUC Nord. Derudover har Mads arbejdet i folkeskolen med idræt og den åbne skole.

SMARTsport

TEKNOLOGI, BEVÆGELSE & LÆRING

Telefonen på mit skrivebord blinker pludseligt. Et lille grønt lys i højre hjørne forstyrrer mig midt i arbejdet. Du har ny ulæst post! Jeg tjekker den lige hurtigt. Opmærksom, altid online og svarer hurtigt. Måske burde jeg være bedre til at holde fokus på det, jeg rent faktisk laver, frem for at bruge en del af min koncentration på hvorvidt, jeg har fået en mail eller ej. Selvom det kan irritere mig, når jeg ikke får et hurtigt svar på sms eller mail, kan jeg godt misunde folk, når de siger: "jamen jeg havde ikke lige min telefon med mig".

Vi er midt i en teknologisk tidsalder, hvor smartphones, iPads, streaming osv. fylder mere og mere i danskernes hverdag. Der står 1987 på min dåbsattest, så jeg er vokset op sammen med teknologien. Nutidens unge har fået det ind med modermælken. Børn i et års-alderen kan næsten håndtere en iPad, før de kan gå. Omvendt har personer fra ældre generationer end jeg været nødt til at tillære og vænne sig til teknologien. Det kan være genstand for mange interessante diskussioner om, hvor meget teknologien bør fylde i hverdagen. Som med alt andet handler det selvfølgelig om at finde en balance. Jeg møder tit voksne, som bliver provokeret og sure over de unges brug af teknologi i dag. Men faktum er, at de generationer der arbejder med børn og unge i dag er nødt til at forholde sig til, at målgruppen har et helt andet syn på teknologi. De kommunikerer og plejer, i højere grad end tidligere, fællesskaber og relationer gennem sociale medier og spilteknologi, frem for i haven, på legepladsen eller i skolen (SFI, 2014). I denne artikel beskæftiger jeg mig med det potentiale, jeg mener, der ligger i teknologien med hensyn til bevægelse og læring i folkeskolen, og kommer

med et bud på, hvordan det kan udfoldes. Slutteligt vil jeg dog påpege en række opmærksomhedspunkter, som er nødvendige at forholde sig til, for at brugen af teknologi bliver meningsfuld.

Kontakten til en digital generation

Der ligger en stor tiltrækningskraft i teknologien. Endorfiner strømmer rundt i blodet, når vi eksempelvis får en besked eller

DGI SMARTsport

DGI SMARTsport handler om at brugen af forskellige applikationer (apps) til smartphones og iPads til at skabe anderledes og nye bevægelsesaktiviteter. De seneste år med et specifikt fokus på folkeskolen. I 2015 blev projektet, med støtte fra TrykFonden, rullet ud i hele landet. Kort sagt samler SMARTsport de bedste apps og udvikler ideer til, hvordan de kan anvendes i forbindelse med læring og bevægelse. Alle apps, der indgår i projektet, er gratis og frit tilgængelige. Læs og se mere på www.dgi.dk/smartsport.

likes på Facebook. Så meget, at nomofobia – frygten for at være uden mobilt signal og mobil afhængighed - er blevet et reelt begreb og problem (Techopedia.com, 2017; Børnerådet, 2014). Spørgsmålet er, hvordan vi skal håndtere det, at der er noget, der udgør så stor en motivationsfaktor? Det handler selvfølgelig om en eller anden form for balance. Men jeg mener ikke, at vi kommer særligt langt, hvis vi holder fast i at se smartphones, iPads m.m. som en fjendtlig teknologi, der gør børn inaktive og asociale. I min optik åbner det op for nye muligheder for at ramme, kommunikere og skabe glæde ved læring, når vi griber til teknologien. Jeg tror også, de fleste efterhånden har accepteret teknologien, og at det derfor er på tide med en snak om, hvordan vi bruger den konstruktivt.

For at kommunikationen mellem eksempelvis underviser og elev skal lykkes, skal der skabes en kobling mellem de to parter. Hvis eleven ikke er klar og motiveret for at tage imod budskabet, er der en rimelig sandsynlighed for, at det ikke hænger fast. Her mener jeg netop, at man med fordel kan gribe til teknologien. Hvis du som underviser kan bringe dit budskab ud til eleverne gennem brug af teknologi har du allerede et forspring ved at kommunikere gennem et medie, som eleverne motiveres af.

”

Jeg tror, de fleste efterhånden har accepteret teknologien, og at det derfor er på tide med en snak om, hvordan vi bruger den konstruktivt.

Bevægelse og teknologi i folkeskolen

Bevægelse og teknologi er to ting, der traditionelt set ikke går hånd i hånd. Især teknologien bliver ofte beskyldt for at tage tid fra bevægelse og dermed påvirke sundhedstilstanden i Danmark. Ikke desto mindre er der med folkeskolereformen stillet krav om, at man skal forholde sig til begge dele (Undervisningsministeriet, 2017a, 2017b). I forlængelse heraf kommer undervisningsministeriet med en række råd og ideer til integration af teknologi i folkeskolen. Det er blandt andet, at eleverne skal være aktive og anvende it og digitale medier, at undervisningen i højere grad skal understøtte elevernes digitale hverdag samt udnyttelse af muligheden for, at eleverne kan komme på nettet med deres egne devices og dermed rette undervisningen mod internettet og spilindustrien (Undervisningsministeriet, 2013).

I DGI hedder vores bud, på et bidrag til løsningen af den opgave, SMARTsport. Kort sagt er SMARTsport et innovativt projekt, der handler om at samle og anvende apps, der potentielt kan skabe en anderledes måde at kombinere bevægelse og læring på. Innovativt ud fra definitionen af Catharina Juul Kristensen: *Innovation er nye ideer, der omsættes til praksis og skaber værdi* (Kristensen, 2014). Netop tanken om at teknologien skal skabe værdi, er vigtig at bide mærke i. Flere og flere elever i skolerne bliver udstyret med tablets i forsøg på at følge med tiden. Det kan være fint nok, men det er ikke givet, at det skaber værdi - det handler om tilgangen til brugen af teknologien. Ifølge professor i fagdidaktik og IT, Jeppe Bundgaard, kommer resultaterne ikke af sig selv (Devantier, 2013). Hvis noget skal skabe værdi i folkeskolen, skal det støtte personalet i deres arbejde med eleverne, det skal tilpasses fælles mål og ikke øge forberedelsestiden.

Bidrager til en mere varieret undervisning

Med SMARTsport forsøger vi i DGI at inspirere og vise, hvordan teknologien, i form af forskellige apps, kan bruges til



”
I praksis betyder det en mere varieret
undervisning og mulighed for at tilgodese
forskellige læringsstile.

både læring og bevægelse. Vi har siden 2013 samlet de bedste apps på markedet, som kombinerer bevægelse og læring. Vi kalder SMARTsport et innovativt projekt, fordi vi arbejder med nye apps og de medfølgende teknologier (gps, billede, film, QR koder, augmentet reality m.m.), som med lidt fantasi hos brugeren, kan omsættes til at skabe den førnævnte værdi. Når vi finder nye apps, andre måder at bruge smartphonen/iPads på eller anden idé, forsøger vi at gøre det meget konkret, ved at sætte det op i forhold til Folkeskolens Fælles Mål og teste appen/ideen på elever og lærere i praksis. Målet er at samle alle ideer og vise, at det nemt kan implementeres i praksis. Der findes masser af apps, som i større eller mindre grad bruges i diverse fag, men som ikke umid-

delbart fordrer bevægelse. Den stillesiddende undervisning er blot flyttet fra bogen til tablets eller smartphones. Værdien for os ligger i at bidrage til også at skabe bevægelse ved hjælp af teknologien. I praksis betyder det en mere varieret undervisning og mulighed for at tilgodese forskellige læringsstile. Meget af indholdet i SMARTsport kan også udføres som almindelig klasseundervisning, men når det er så tydeligt, at eleverne er tiltrukket af teknologien, hvorfor så ikke lave evalueringen eller opsamlingen af et forløb til et virtuelt O-løb, gøre fremlæggelserne interaktive, gøre brug af brain breaks, lave frikvarteraktiviteter på en anderledes måde eller jagte Pokemons med et fagligt mål?

Vi oplever heldigvis, at personalet i folkeskolen på mange >



”

Det betyder ikke, at teknologien er løsningen på den perfekte folkeskole. Man skal bruge teknologien, når det giver mening i forhold til målet med undervisningen.

måder er rigtig godt med. Vi ser mange lærere og pædagoger, som allerede har leget med teknologi, bevægelse og læring. Flere skoler har også valgt at tilkøbe abonnementer på forskellige apps. Med SMARTsport er målet at skabe en platform, hvor det hele er samlet ét sted, og hvor det er nemt at tilgå vores manualer og ideer samt booke et introduktionskursus.

I sidste ende er det mest essentielle, hvorvidt det giver værdi for eleverne at bruge teknologien. Oplever de reelt set en anderledes tilgang til læring? Bevæger de sig mere, mens de lærer? Og øges motivationen deraf? Vores erfaringer er kort sagt JA. "Man får brugt kroppen en del, og det er meget mere moderne at bruge en app på telefonen end bare at løbe rundt og lege" (Viktor Østergaard i Larsen, 2016). En evaluering af SMARTsport viser også et andet interessant aspekt. De elever, som normalt ikke er motiveret for idræt og bevægelse, deltager pludseligt mere end ellers (DGI Nordjylland, 2014). Da bevægelsen foregår i teknologiens verden, bringer det ikke associationer til normale idrætsgrene, hvor de netop har en tendens til at sige fra. Det er nyt, og de fleste starter, modsat idrætstimen, fra samme udgangspunkt.

Næste skridt

Det betyder ikke, at teknologien er løsningen på den perfekte folkeskole. Man skal bruge teknologien, når det giver mening i forhold til målet med undervisningen. Vi har set flere eksempler på apps, som kunne være sjove og motiverende, men som i praksis er svære at forstå og anvende, og som dermed bliver en unødvendig omvej til det egentlige mål. Et andet aspekt er skolernes retningslinjer i forhold til elevernes brug af egne devices, eksempelvis brugen af iPads i skoletiden. Der kan blandt andet være forsikrings spørgsmål både i forhold til skolens udstyr såvel som egne smartphones. Det behøver ikke være en begrænsning, men en dialog med f. eks. skolebestyrelser om en politik på området kan være med til at kridte banen op. I forlængelse heraf kommer en etisk diskussion omkring det at basere undervisningen på elever-

nes egne telefoner. Der er forskel på elever og familier, og undervisningen skal selvfølgelig tilrettelægges således, at der ikke er nogen, der holdes udenfor, fordi de ikke har den nyeste smartphone. Vi er kommet til et punkt med teknologiens udvikling, hvor vi ikke kan ignorere den. Derfor mener jeg, at man i skolerne også er nødt til at forholde sig til det og tage stilling til nogle rammer for, hvordan man lokalt vil anvende den (eller ikke vil). Hvis ikke disse indledende overvejelser er på plads, risikerer teknologien at blive en fjende fremfor en værdifuld ressource. Med henblik på temaet for dette magasin - innovation og bevægelse - er min pointe, at hvis teknologien skal skabe værdi i folkeskolen, er det nødvendigt at stoppe op, overveje brugen, fastlægge nogle rammer og overveje en didaktik, således at det fulde potentiale nås. SMARTsport er blot inspiration til en del af løsningen. •



LITTERATUR

Det nationale forskningscenter for velfærd (2014). *Børn og unge i Danmark, velfærd og trivsel*. København K, SFI

Børnerådets Børne og unge panel (2014). *Unge og medier pixi-rapport* (2014 nr. 2). København V: Børnerådet

Nomophobia, (2017). Tilgået 09.02.2017, <https://www.techopedia.com/definition/28392/nomophobia>

Undervisningsministeriet, (2017a). Tilgået 09.02.2017, <https://www.uvm.dk/Uddannelser/Folkeskolen/Laering-og-laeringsmiljoe/lt-i-undervisningen>

Undervisningsministeriet (2017b). Tilgået 09.02.2017, <https://www.uvm.dk/Uddannelser/Folkeskolen/Laering-og-laeringsmiljoe/lt-i-undervisningen>

Kristensen, C. J. (2014). *Hvad er innovation?* Tilgået 09.02.2017, <http://www.lederweb.dk/strategi/innovation/artikel/110496/hvad-er-innovation>

Undervisningsministeriet (2013). *IT-rådgivningsgruppens samlede råd og ideer*. Devantier, N. (2013). *Ipad-børn får lavere karakterer end kammeraterne*. Tilgået 09.02.2017, <https://www.computerworld.dk/art/229229/ipad-boern-faar-lavere-karakterer-end-kammeraterne>

Larsen, K. H. (2016). *Digital Læring. Udspil*, 2016, vol. 4, s. 15-18

DGI Nordjylland (2014). *DGI SMARTsport Evaluering*. Aalborg, DGI Nordjylland





MOVEJAM:

VÆR KLAR TIL AT KASTE DIG UD I NYE TING

Fire idrætsstuderende fra Syddansk Universitet havde en drøm om at gøre det lettere at dyrke idræt og samtidig gøre det gratis og uforpligtende. I kandidatfaget *Idræt og design*, på Idræt og Sundhed, SDU, stak de fire studerende hovederne sammen og kom på idéen om at udvikle en app. Vi har taget en snak med to af de fire studerende om udviklingen af appen *Movejam*.

Tanken bag MoveJam

Idéen til Movejam udsprang fra et fag på kandidatuddannelsen Idræt og Sundhed på SDU. Det var egentlig ikke meningen, at det skulle blive til mere end blot en idé, men da Odense Kommune valgte at støtte projektet, blev udviklingen af appen til en realitet og dermed springbrættet til noget større. Formålet med MoveJam er at give et overblik over alle de gratis og selvorganiserede idrætsmuligheder, der er i Odense. Brugeren kan nemt oprette og deltage i en række forskellige aktiviteter som løb, gang, yoga, boldspil osv.

Om baggrunden for Movejam fortæller Marie Messel: *"Behovet for et sted, hvor alle aktivitetstilbud er samlet, udsprang af, at vi selv synes, vi manglede et sted, hvor man kan få overblik over alle tilbuddene"*. Marie tilføjer, at de sigter efter de studerende, da det er oplagt for denne målgruppe at begynde på selvorganiserede idrætter og skabe nogle nye fællesskaber og sociale relationer. Det udelukker dog ikke, at andre målgrupper også kan bruge appen.

I opstartsfasen brugte de fire studerende meget tid på at involvere brugerne i processen, hvilket de mener har været med til at styrke appen. *"En af de store overvejelser, vi gjorde os, var at inddrage vores brugere i udviklingen af appen. Vi holdt en workshop, hvor de kunne komme med idéer til, hvordan den skulle se ud, og hvad den skulle indeholde, hvilket har haft stor betydning for, hvordan appen ser ud i dag,"* forklarer Mikkel Hviid. Marie tilføjer, at det også var en obligatorisk del af faget *Idræt og Design* at lave brugerundersøgelser og finde ud af, om der var et marked for deres idé.

Innovation og iværksætteri

Da Odense Kommune valgte at støtte projektet med 100.000 kr. gennem kommunens Folkeoplysningspulje, stod det hurtigt klart for alle fire, at MoveJam skulle være mere end bare et studieprojekt. *"Vi blev anbefalet at søge puljen, og da vi egentlig var færdige med faget, fik vi at vide, at vi havde fået pengene, og så besluttede vi os for at arbejde videre med appen,"* fortæller Marie.

Efterfølgende fulgte en udviklingsproces, hvor de samarbejdede med en programmeringsvirksomhed i Århus. I samarbejde med virksomheden blev appens design udviklet – herunder en plan for, hvad der var råd til, samt hvilke elementer de måtte gå på kompromis med, for at få løst opgaven indenfor de økonomiske rammer, de fik stillet af Odense Kommune. *"Processen har været meget lærerig, for der var ingen af os, der havde en idé om, hvordan man laver* >

en app, så det skulle vi have nogle til at gøre – men hvordan ved man, at man vælger det rigtige firma? Hvordan kommer vi bedst muligt ud til brugerne? Der var rigtig mange ting, der var helt nye for os alle sammen,” fortæller Mikkel, hvortil Marie tilføjer: “Der var ingen af os, der havde arbejdet med iværksætteri før. Men det fedeste, der er sket for mig i forbindelse med faget og videreudviklingen af appen, er helt klart, at jeg har fundet ud af, at jeg godt kan være iværksætter.”

Tag ja-hatten på!

Innovation og iværksætteri er, ifølge de studerende, to nøgleord, der kan forbindes med udviklingen af MoveJam. Selvom det er svært at gøre apps innovative, synes de alligevel, at de skiller sig ud ved samle alle aktivitetstilbud på ét sted. “Det innovative ligger i at samle alle tilbuddene på en måde, så man får lyst til at bruge appen. Der var også en del andre elementer, som er innovative, men som vi ikke fik med i vores app, fordi pengene ikke rakte til det,” forklarer Mikkel. Mikkel har især stor interesse for, hvordan man også kan arbejde innovativt og bruger meget af sin tid i Cortex Park, der netop giver mulighed for at arbejde med iværksætteri: “Der sidder rigtig mange innovative mennesker derovre (Cortex Park, red.), og det har helt klart også været med til at inspirere os i vores videre forløb”. Der er stor enighed i gruppen om, at man godt kan lære at arbejde innovativt. Det handler om være positiv stemt overfor de udfordringer, der opstår i den innovative proces. “Jeg har taget det meget til mig, i forhold til faget Idræt og Design, at

arbejde med den kreative sans: Hvordan kan du udvikle på noget? Hvordan kan du få gå-på-mod i forhold til at være innovativ? For det kræver egentlig ikke så meget. Det kræver bare, at du tager ja-hatten på og prøver dig frem,” forklarer Mikkel.

Det er ikke kun den innovative del, der har ført MoveJam frem, men også gruppens måde at inddrage deres brugere på i udviklingsfasen. Derudover kommer de selv i idrætsmiljøet, og ved på den måde mere om, hvad behovet er. “Der, hvor vi har en styrke er, at vi har god kontakt til vores brugere – vi kender idrætsmiljøet og kommer selv i det. Jeg ved ikke, om det er innovation, men jeg tror det er dér, vi kommer længere end så mange andre, der prøver at lave lignende apps,” fortæller Marie.

Udfordringer undervejs

Det har hele tiden været et kriterium, at ingen af de fire studerende skulle investere penge i appen. Selvom den økonomiske støtte fra Odense Kommune har gjort det hele muligt, skal der stadig flere penge til, hvis appen skal videreudvikles. “Vi har snakket om, hvordan vi skal få appen til at leve videre, for den skal jo opdateres og videreudvikles på et tidspunkt. Det kunne være at søge nogle flere fonde eller lægge nogle reklamer ind i appen. Der skal jo være en indtjening, for at den kan blive ved med at være opdateret,” fortæller Marie.

En anden udfordring er problemet med at nå ud til folk og investere tid på appen. Da det stadig kun er en fritidsbeskæftigelse for dem alle, kan det være svært at holde appen



Det er ikke kun den innovative del, der har ført MoveJam frem, men også gruppens måde at inddrage deres brugere på i udviklingsfasen.

”

For at snakke om succes, skal man også snakke om, hvad succeskriterierne er, og for os har det aldrig været et kriterium, at appen skulle blive mega stor og kendt.

i live. *”Vi er alle sammen studerende, så det er jo ikke fuldtidsarbejde for os. Det er jo noget, vi mødes om engang imellem, og så hygger vi os med det, måske uddelegerer vi nogle opgaver, så mange timer lægger vi heller ikke i det, hvilket også er en stor udfordring,”* forklarer Marie, og tilføjer, at i og med at appen ikke er deres førsteprioritet, så mindsker det chancerne for succes, men ikke chancerne for læring.

MoveJams succes

Det har aldrig været meningen, at MoveJam skulle blive en kæmpe succes. For de studerende handlede det om, at de skulle lære noget af processen. *”For at snakke om succes, skal man også snakke om hvad succeskriterierne er, og for os har det aldrig været et kriterium, at appen skulle blive mega stor og kendt, og det var det egentlig heller ikke for kommunen (Odense Kommune, red.). Succeskriteriet var, at vi lærte noget, og at de lærte noget. Så på den måde har det været en succes,”* forklarer Marie.

I forbindelse med lanceringen af appen, afholdte gruppen et release-event i Munke Mose i Odense Centrum, hvor der var mulighed for at afprøve en masse aktiviteter og møde nye mennesker. Der var stor opbakning omkring eventen. For at skabe yderligere opmærksomhed omkring MoveJam, har de studerende da også gjort sig nogle overvejelser omkring, hvordan de kan sætte fokus på appen i fremtiden. *”Jeg tror, vi skal holde nogle flere events, hvor vi samler folk og viser at der er rigtig mange mennesker, der har lyst til at samles og lave idræt,”* fortæller Marie, mens Mikkel tilføjer: *”Vi har snakket om at tage ud til Institutdysten (event for studerende på Syddansk Universitet, red.), hvor der nok også er mange potentielle brugere.”*

Derudover har gruppen også andre markedsføringsstrategier i tankerne. De har blandt andet fået designet trøjer med MoveJams logo på. Dertil har gruppen også tænkt sig at skaffe en række ambassadører, få hjælp af Odense Kommune og gøre sig bemærket gennem medierne. *”Rigtig mange kontaktede os efter vi havde været i TV2 Fyn og RUST. Det tror jeg, vi skal gøre mere i,”* fortæller Mikkel, og Marie tilføjer: *”Vi har også snakket om, at det kunne være rart, hvis vi kunne få vores flyer med, når kommunen (Odense Kommune, red.) sender de der pakker ud til tilflyttere, med hvad der sker i Odense. Derudover har vi snakket om at have nogle ambassadører tilknyttet, som skal sørge for at afholde nogle aktiviteter.”*

Vær klar til at kaste dig ud i nye ting

Det er en vigtig faktor, at man kan finde ud af at samarbejde som et team, for at få ting til at lykkes. Derudover er tiden, energien og lysten til at arbejde med iværksætteri og innovation væsentlige punkter. *”Det kræver et mindset, hvor du bare har lyst til at kaste dig ud i nye ting. Dertil er det vigtigt at tænke – hvem kan vi samarbejde med? og ikke – hvem er vores konkurrenter?”* fortæller Mikkel.

Hvis man har en innovativ idé, er det en god idé at snakke med ens omgangskreds for at finde ud af, om der eventuelt er et marked for produktet. Dertil anbefaler gruppen, at man blot kaster sig ud i det, og som de selv siger: *”Ja-hatten på, og så afsted!”* •



GULD



FORUS



FRUSTRERET

TRIST



Resumé

Artiklen diskuterer pædagogik i en innovations- og entreprenørskabsuddannelse inden for idræt, leg, bevægelse og sundhed. Refleksionerne sammenfattes i en model, hvor målet for læringen er at kunne udvikle og designe for, med og af bevægelser. Modellen bygger på pædagogik i entreprenørskab og 21st Century Skills, der som overordnet begreb indfanger elementer af læring, som findes interessante for en tidssvarende uddannelse med fokus på læring og udvikling af fremtiden - at skabe det endnu ikke kendte. Inspirationen hentes blandt andet i William Rankins modeller omkring undervisning og læring. Med den beskrevne læringsmodel vises et perspektiv på en dannelsesfunderet idrætsuddannelse, der sigter mod idræt og sundhed inden for såvel den offentlige uddannelsessektor, den frivillige idræt som inden for den private sports-, idræts- og sundhedssektor.

Lars Elbæk, Lektor, Ph.d., er ansat som forskningsleder for enheden Learning & Talent in Sport ved Institut for Idræt og Biomekanik, SDU. Oprindeligt underviste Lars i redskabsgymnastik. Han er efterfølgende uddannet forsker inden for aktionsforskning, og hans forskningsinteresse har gennem 20 år været innovation og udvikling af digitale løsninger inden for leg, læring og bevægelse. Blandt andet har han været med til at udvikle et interaktivt møbel, der kobler bevægelse og læring i skolen. Endvidere er han ansvarlig for uddannelsen Idræt, Innovation og Entreprenørskab samt den fortsatte udvikling af uddannelsessporet omkring innovation på uddannelsen Idræt og Sundhed ved SDU.

PERSPEKTIVER PÅ LÆRING OG DANNELSE

I EN INNOVATIONS- OG ENTREPRENØRSKABS UDDANNELSE INDEN FOR IDRÆT

Med perspektiver på læring og dannelse, inden for idrætsinnovation og -entreprenørskab, bevæger vi os ind på et yderst komplekst område. Således vil enhver innovationsproces indeholde læring på mange niveauer og med mange perspektiver. Samtidigt vil innovation, der giver værdi for mennesker og organisationer, bygge på en høj grad af tværfaglighed, idet langt de fleste komplekse problemer sjældent løses med enkle midler. Det forstærkes tillige af, at vi som mennesker er forskellige både på det fysiske, psykiske og kulturelle plan. Læringsmodellen, som skitseres i indeværende artikel, bygger på et bredt udsnit af anerkendte lærings- og kreativitetsteorier. Samtidig inddrages innovations- og entreprenørskabspædagogik. Modellen samler mine seneste tyve års arbejde med idræt, læring – specielt kreativ læring – samt udvikling og innovation, herunder projekt-, og problembaseret undervisning. Dette er tæt flettet sammen med mit arbejde med at udvikle digitale hjælpemidler indenfor idræt og bevægelse, samt den pædagogiske brug af disse. Erfaringerne har skabt grundlaget for udviklingen af en idrætsrelateret innovations- og entreprenørskabsuddannelse, hvor design er blevet et væsentligt element. Konkret var det et

foredrag med Dr. William Ranking, der var med til at samle mange af mine tanker, men også afsættet til at erkende, at der var noget andet og mere om læring for fremtiden, jeg ikke fandt i hans modeller. Samtidigt er det mit bidrag til en dannelsestænkning for en tidsvarende innovationspædagogik, inden for idræt og bevægelse, hvor fundamentet for læring er personlige karaktertræk. Udvikling af personlige karaktertræk er samtidig et centralt læringsmål i den skitserede pædagogiks undervisnings- og læringsformer. Men først, hvorfor overhovedet give sig i lag med innovation og entreprenørskab inden for idræt, leg, bevægelse og sundhed?

Viden giver først værdi, når mennesker bruger den

Inden for børne-, unge- og fritidsområdet, blandt voksne på arbejdsmarkedet samt inden for ældreområdet skabes til stadighed en stigende mængde forsknings- og evidensbaseret viden om idræt, leg, bevægelse og sundhed. Målet er at anvende denne viden med henblik på, at menneskers daglige handlinger og adfærd indeholder mere trivselsfremmende bevægelse. Udfordringen er at omsætte denne viden til brugervenlige produkter samt udvikling af god sundheds- >



Undervisning i entreprenørskab er at øve sig i den særlige opfindende, skabende og innovative praksis.

adfærd. Med samfundets sundhedstendenser, som i dette nummer af MOV:E er skitseret af blandt andet Martin Hedal og Mads Petersen, ses der en mulighed og et behov for at uddanne idrætsstuderende, som kan indgå i en transformation af viden. Samtidigt kan det medvirke til at forandre og etablere organisationer og virksomheder, som kan tage del i samfundets udvikling inden for idræt, leg, bevægelse og sundhed.

Uddannelse i idrætsinnovation og sundhedsentreprenørskab

Med disse trends er målet for uddannelsen i Idræt og Sundhed på SDU, at udvikle et spor med en innovations- og entreprenørskabsprofil. Spørgsmålet for en sådan uddannelsesprofil, og for innovationsuddannelser i idræt generelt, er:

Hvilke pædagogiske og læringsmæssige overvejelser kan inspirere til, og samtidigt udgøre, et solidt didaktisk fundament for innovations- og entreprenørskabsuddannelser i idræt og sundhed?

Måske er det på sin plads at fastslå, at jeg ikke ønsker at diskutere en pædagogik, hvor der undervises om innovation og entreprenørskab, men i stedet en pædagogik der sigter mod at udvikle såvel kvalifikationer, færdigheder og kompetencer som personlige karaktertræk og indstillinger. Målet er at undervise i og gennem innovation og entreprenørskab. Min interesse er at undersøge hvad det kræver at indgå i innovative og entreprenante processer. Spørgsmålet belyses ved at undersøge, hvilke centrale teorier og refleksioner, der findes inden for uddannelse generelt i det 21. århundrede og specifikt inden for

innovations- og entreprenørskabsuddannelser.

Innovation er at undersøge, hvordan verden kan blive og implementere de skabte løsninger

Overskriften for kapitlet referer ikke til at se verden, for hvad den er, men hvad den kan blive. I bestræbelserne på at løse endnu uløste problemer vil et væsentlig træk således være evnen til at se muligheder og behov, forestille sig fremtiden og handle derpå. I en sådan proces er viden noget, man både tilegner sig, anvender og skaber. Her indgår ideen om et sansende nærvær (pre-sencing), der beskriver evnen til at se fremtiden, inden den opstår (Scharmer, 2009). På den måde går entreprenørskabsundervisning ud over undervisningsformer, der formidler viden, information og forståelse. Der indgår således et betydeligt element af anvendelse og handling samt et produktivt skabende element i en helhedstilgang til læringen (Darsø, 2011). I den skabende praksis kan ikke alle problemer løses ved en stringent, logisk fremgangsmåde, men kalder på mere opfindsomme og kreative tilgange. Dermed fordres ikke kun traditionelle transmitterende læreprocesser (Rankin, 1.3.2017), men også kaotiske læreprocesser, hvor der testes (fejles) gennem iterative forløb for at skabe gode løsninger til konkrete udfordringer. Heri spiller evnen til at kunne håndtere usikkerhed og til at kunne handle i et rum, der byder på frustrationer og modgang en væsentlig rolle.

Til løsning af virkelighedsproblemer indgår anvendelse af viden på nye måder, hvorfor kreative metoder og kreativ tænkning bringes i spil (Piihl & Philipsen, 2011). En sådan søgen efter løsninger kræver i processen både nysgerrig-

hed, vedholdenhed og lederskab, herunder evnen til at kunne tage initiativ og ansvar. Initiativ og ansvar i form af selvledelse og kollektiv ledelse, men også at man som deltager gør sig ledelsesbar. Samtidig ses det, at meget innovationsarbejde i dag sker i tværfaglige teams med divergente kompetencer, hvorfor der kræves sociale evner og handleberedskab samt kulturel opmærksomhed, for at kunne løse komplekse problemer. Endelig indgår også, i 21st Century Skills, de humanistiske områder som kulturel kompetence, etisk og emotionel opmærksomhed - og dermed evnen til at kunne handle konstruktiv ud fra andres og egen emotionelle klangbund samt livs- og jobfærdigheder (Kereluik et.al, 2013). Specielt sidstnævnte områder er en del af evnen til at kunne håndtere frustrationer og modstand. Samlet set vil disse personlige karaktertræk (World Economic Forum, 2016) udgøre en holistisk læringsforståelse og dermed en væsentlig del af en nutidig dannelsestænkning. En sådan dannelsestænkning dækker tilige også evnen til brug af IT, kerneviden i de faglige discipliner samt tværfaglig viden. Kerneviden, som det er defineret i 21st Century Skills, omfatter de traditionelle og almindeligt kendte skolefag (Qvortrup, 2014).

Undervisning i entreprenørskab er at øve sig i den særlige opfindende, skabende og innovative praksis. Det kræver senere i innovationsprocessen også viden, færdigheder og kompetencer i at forbedre og realisere udviklede koncepter, så de bliver til produkter og services med værdi for brugerne. Processerne kræver i højere grad, at man mødes med virkeligheden, brugere og publikum, og lever med forståelsen af at fremtiden i højere grad skabes end forudsiges. Undervisningen baseres dermed på en grundlæggende radikal konstruktivistisk tilgang, hvor teori og praksis kobles i den skabende proces. Det gøres optimalt i det kreative læringsmiljø og designtænkningens veksel mellem kreative, ideskabende processer (divergente) og reflekterende logisk reducerende (konvergente) processer (Liedtka & Ogilvie, 2011). En sådan værdiskabende proces bygger på, at kunne lade sig rive med, at være "in-mind", at fordybe sig og dermed tilegne sig kompleks viden.

Derudover handler det om at kunne lade sig rive væk – at være "out-of-mind" - og dermed kunne kombinere forskellige former for viden og indsigter i den proces som betegnes lateral tænkning. Samtidigt fordrer den kreative fase; et positivt mind-set, fokus, opøvelse af evnen til at sige "ja-og", samt træningen af evnen til at lytte og, i de ideskabende processer, undgå enhver form for feedback (Hansen & Byrge, 2010).

Designpraksis kan sammenfattes som følgende (Kumar, 2013):

- Afklaring af egen identitet og sansningen af fremtidsmuligheder – tilstræb en inkluderende pædagogik, sådan som det fremhæves i den kreative platform
- Indkredsning af problemer der skal gøres noget ved – identificerer et behov eller finde muligheder som andre endnu ikke har set
- Analyser af problemets betingelser og konteksten – inddrage viden og evidens
- Involvering i og kendskab til brugeren eller kundens levede liv – opnå indsigter
- Konstruktion af forestillinger og muligheder i det sociale rum – på baggrund af "uhæmmet brug af viden". Det vil sige, at alle former for viden kan indgå på lige fod - hverdagsviden, tavs viden, videnskabelige viden
- Involvering af potentielle partnere – brug af tværfaglighed og involvering af brugeren
- Iterativ testning og forbedring - udvikling af koncepter
- Realisering af koncepter og/eller produkter.

>



”
Et centralt didaktisk spørgsmål i en innovations- og
entreprenørskabsuddannelse er; hvordan struktureres
kurserne (curriculum), så der etableres bedst mulighed
for læring fra den skitserede, holistiske læringspalette?

Innovations- og entreprenørskabsdidaktikker

Et centralt didaktisk spørgsmål i en innovations- og entreprenørskabsuddannelse er; hvordan struktureres kurserne (curriculum), så der etableres den bedste mulighed for læring fra den skitserede, holistiske læringspalette? Det gives der to bud på:

For det første - i Entreprenørskabsfondens progressionsmodel og i deres skematik for kompetencer (Nybye & Rasmussen, 2013; Rasmussen & Moberg, 2016) er hovedbudskabet, at alle læringsområder progressivt styrkes og tilegnes i delvist faglige og tværfaglige forløb, hvor fagligheden er grundlaget for enhver læring. Samtidigt indgår udvikling af kreativitet, personlige indstillinger, omverdensforståelse og handling. Handling indbefatter kommunikation, planlægning, netværksdannelse samt at være drevet af lyst og evner. Kreativitet handler om at få ideer, kombinere viden, revidere opfattelser og eksperimentere. Personlige indstillinger handler om vedholdenhed, tilgang til opgaver, udfordringer og problemløsning, samt emotionel opmærksomhed og handleberedskaber. Omverdensforståelse har fokus på lokal og global forståelse, bæredygtighed, ressourcer og netværk. Læringselementerne er placeret som en overbygning på den faglighed, der er temaet for hvert modul i en uddannelse.

For det andet – progressionsmodellens pædagogik underbygges yderligere af læringstænkningen beskrevet i William Rankins to modeller *Natural Structures of Personal Learning* og *Dimensions of Productive Formal Learning*. Disse er jeg i det følgende inspireret af, i udviklingen af modellen for innovation og bevægelsesentreprenørskab i idræt. Fokus i modellen er læring ved skabelse af det endnu ikke kendte inden for idræt, leg, bevægelse og sundhed. I Rankins modeller er læringsgrundlaget erfaring, da omdrejningspunktet i enhver pædagogik er, hvordan vi opnår lærings erfaringer, som er kernen for identitetsudviklingen hos den lærende. Rankin stiller sig kritisk over for læring som overførsel af information. At have viden 'om' er ikke det samme som at kunne, og yderst radikalt mener han ikke, at læring 'om' er læring.

Han går ud over forståelsen af læring - blot den lærende er aktiv med det, der skal læres, derved opnås erkendelse. Det betegner han som forståelse. Hans budskab er, at dybere erkendelse og handlemuligheder inden for et felt opnås i den produktive proces, med det der skal læres og/eller skabes. Kort sagt skabelse, fremstilling og produktion er målet og præmissen, hvis dyb læring og erkendelse skal opnås og dermed omdanne materialet til lærings erfaringer. Afsættet for tilegnelse af lærings erfaringer er drivkraften (motivationen, der ofte skabes i arbejdet med materialet) og en hovedinteresse, et mestringsområde.

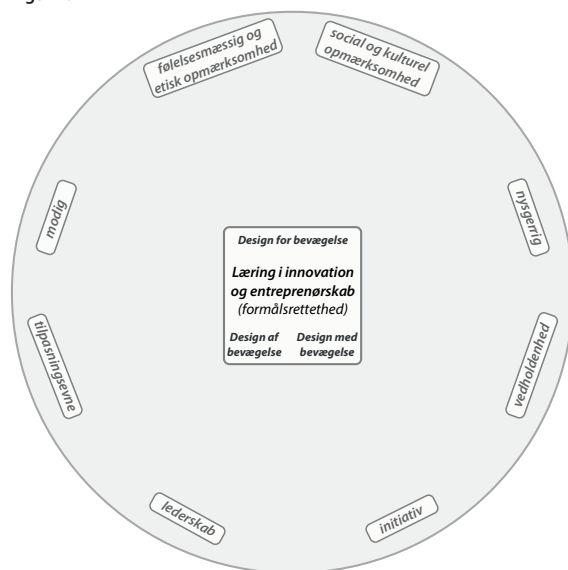
Model for læring i innovation og bevægelsesentreprenørskab

I det følgende vil jeg i fire faser opbygge læringsmodellens fire niveauer koblet med modellens fire perspektiver for læringsrum samt to processløjfer. Først introduceres fundamentet for læringsaktiviteter samt en redegørelse for læringsmålet i et bevægelsesperspektiv. I anden fase vil jeg beskrive metoden for, hvordan læring finder sted gennem dynamiske processer for derefter i to delfaser at se nærmere på den fremadrettede læring og læringsmiljøet. Efterfølgende kigges der nærmere på den viden og kernefaglighed(er), der bør læres. Sammen med det står fællesskabet, hvori læringen foregår. Disse lag kobles sammen til det, jeg har kaldt den runde læringspyramide. Med sammensmeltningen af de to geometriske former søger jeg at vise de uhåndterbare udfordringer, *wicked problems* (Buchanan, 1992), der arbejdes med i design og innovation og sideløbende demonstreres det kreative i at forene det logisk uforenelige. Den tredimensionelle model står på et fundament af personlige karaktertræk og indstillinger, som udgør fundamentet for læring og udvikles gennem pædagogikken inden for læring i innovation og bevægelsesentreprenørskab (Figur 1). Som beskrevet i 21st Century Skills er grundlaget eksistentiel væren såvel som læringsforståelse, der giver rum for brug og læring af personlige karaktertræk. >

Samtidig illustreres også den formålsrettethed, som enhver innovation og læring bygger på (Schwab, 2017), og som i uddannelsen er "Læring i innovation og entreprenørskab". Dette ser jeg som skabelsen af en identitet som; "idrætsinnovatør og -entreprenør". Fundamentet og målet med lærings illustreres i cirkelboksen i figur 1. Identiteten indeholder blandt andet de skitserede personlige karaktertræk, indstillinger og dyder:

- Tilpasningsevne
- Lederskab
- Vedholdenhed
- Initiativ
- Nysgerrighed
- Modig og risikovillig
- Social og kulturel opmærksomhed og handleberedskab
- Følelsesmæssig og etisk opmærksomhed og handleberedskab

Figur 1.

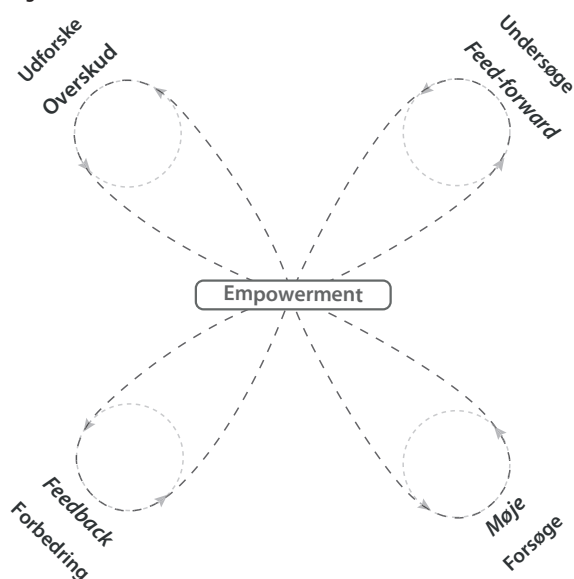


Ifølge Jarvis (2012) udvikles fundamentale personlige karaktertræk som følger: "Menneskelig læring er en kombination af processer gennem livsforløbet, hvorigennem hele personen - kroppen (arve-mæssigt, fysisk og biologisk) og psyken [the mind] (viden, færdigheder, holdninger, værdier, følelser, overbevisninger og sanser) - erfarer sociale situationer, hvis indhold omformes kognitivt, følelsesmæssigt eller praktisk (eller gennem en kombination her af) og integreres i den individuelle persons biografi, hvilket resulterer i en stadig forandret (eller mere erfaren) person". Med det faglige fokus på idræt, leg, bevægelse og sundhed er det oplagt at se på og præcisere specifikke tilgange til at tænke kreativitet, design og læring af bevægelse. Der arbejdes med tre perspektiver i en innovativ og entreprenant idrætsuddannelse (Arnold, 1988). De tre perspektiver er; design for bevægelse (at inspirere og motivere til bevægelse), design med bevægelse (at se kroppen som kreativ ressource) og design af bevægelse (sidstnævnte ofte beskrevet som improvisation af bevægelse).

Fremgangsmåde for innovationslæring

Metoden for den dynamiske læring og identitetsudvikling udspiller sig til stadighed i nuet og mellem processerne feed-forward og feedback samt mellem møje og overskud (leg) (Hermansen, 2003), illustreret i figur 2. Samtidig sker læring både på et fænomenologisk, habituel plan og et reflektivt plan – det sidste ikke medtaget i den viste læringsløjfe. Med dette ønsker jeg, som grundlag for og medvirken til kreativ skabelse, at fokusere på den kropslige ressource i form af tavs viden og det som senere i modellen beskrives som "det levede liv". Processerne udgør sammen med det at udforske, undersøge, forsøge og forbedre den metodiske tilgang til den innovative læring. Tilgangen i læringsprocesserne bygger på den lærendes selvstændige beslutningstagen og magt (empowerment) over læringsprocessen (Schwab, 2017). Gennem disse læ-

Figur 2.



reprocesser etableres klangbunden og gives energi til at indgå i læringsløjfen, der både står på og udvikler de personlige karaktertræk. Samlet set er fundamentet for metoden i og målet med den innovative og entreprenante læring dermed etableret.

Innovationsundervisningens runde pyramide

Læringsspørgsmålet for den innovative proces vil herefter være, hvad der skal opfindes og designes og hvordan det realiseres. Inspireret af entreprenørskabspædagogikken, samt Rankins uformelle og formelle læring, indgår fire temaer eller dimensioner som udgør pyramidens undervisningsaktiviteter og rummet for innovativ og entreprenant læring og produktion;

- Hvad sanser og mærker vi/jeg eller hvad er fremtidens muligheder og behov?
- Hvilket indhold af viden, information og organisering har vi/jeg brug for?

- Hvordan kan vi/jeg indgå i konteksten og fremstille produkter (mock-up og prototyper)?
- Hvem er fællesskabet vi/jeg kan indgå i og hvem kan vi/jeg samarbejde med?

De to første elementer i den runde læringspyramide er skitseret i figur 3. At sansе behov og muligheder handler om at være åben for og få øje på, med et fænomenologisk udgangspunkt, det levede liv. Samtidig handler det om at være åben for og bruge tid på at tilegne sig ny viden og patenter, og dermed specielt have fokus på hvilke nye ting der opfindes. Her er målet til stadighed at have udsyn og opnå indsigt for derigennem løbende at fornemme udviklingen og trends. I den forbindelse står konteksten, som er funderet på kreativitet og giver mulighed for at træne og øve såvel kropslige som videns færdigheder, som proceskompetencer. Det udgør kontekstens læringsmiljø, der tilbyder mulighed for kreative processer samt rum og faciliteter til fremstilling og produktion af koncepter og prototyper såvel fysiske, teknologiske som sociale.

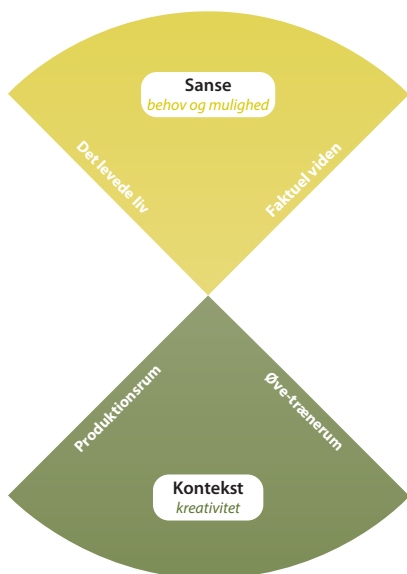
Som grundlag for innovation og entreprenørskab generelt kræves samtidigt, som vist i figur 4, at der fortsat bygges på og arbejdes med udvikling af generelle grundfærdigheder og kernevidensområder. Samtidigt fordres, at man



Samtidig handler det om at være åben for og bruge tid på at tilegne sig ny viden og patenter, og dermed specielt have fokus på, hvilke nye ting der opfindes.



Figur 3.



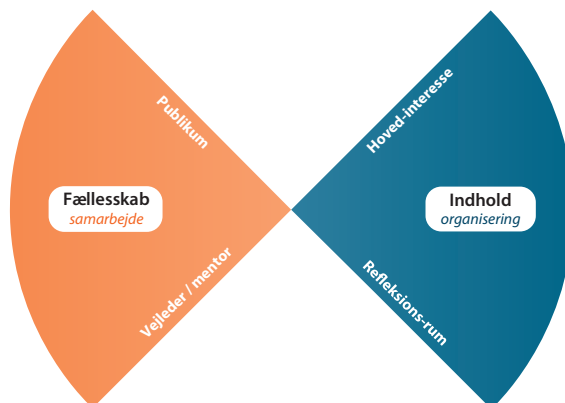
inden for et eller to udvalgte områder har dyb indsigt, dyrker en hovedinteresse og mestrer et videns- og færdighedsfelt. Den viden skal kunne relateres til andre områder og i et refleksionsrum kritisk kunne vurdere værdien af ny viden på felterne samt koble specifik viden sammen på nye måder. Moderne udvikling og produktion foregår ofte i teams, hvorfor fællesskabet for læringen baseres på gruppearbejde, hvor medlærende og kollegaer samarbejder. Fællesskabet handler også om at præsentere (pitche) og teste produkter og koncepter for et publikum, medstuderende, brugere og/eller kunder, før de bliver til prototyper og/eller produkter. Der skal i denne fase altså søges eksternt samarbejde. Sideløbende indgår kyndig vejledning og mentorskab fra eksterne bidragsydere og samarbejdspartnere. Læring i de fire felter bygger på de almindennende karaktertræk herunder en bred nysgerrighed og vilje til problemløsning.

Idrætsinnovation i den runde pyramide

Innovation og entreprenørskabsuddannelsen i Idræt og Sundhed bygger netop på de beskrevne kreative- og produktionsfilosofier, hvor de studerende arbejder i fællesskab såvel som i mindre grupper, hvor viden tilegnes, produceres og deles. Enhver designproces ses også som en produktion af viden, der fordrer til validering. Strukturen og den overordnede pædagogik (curriculum) for uddannelsen er, at der indledningsvist instrueres af underviseren, hvorefter de studerende øver færdigheder såvel analytiske som kreative. Færdighederne øves indledningsvist individuelt og sammen, hvorefter de studerende i fællesskab bruger hinanden som medier i øverummet, for endelig at inddrage alle faglighederne i et større selvstyret lærings- og produktionsforløb hvor grupperne selv tager initiativet og ledelsesansvaret, med støtte gennem vejledning og mentorskab.

Figur 5 illustrerer den samlede læringsmodel, hvor de iterative processer, ved de cirkelformende pile i overgangene mellem læringsdimensionerne, vises. Endelig vil jeg påpege, at den innovative og entreprenante læreproces i lige så høj grad kan opleves og udfolde sig som en kaotisk

Figur 4.

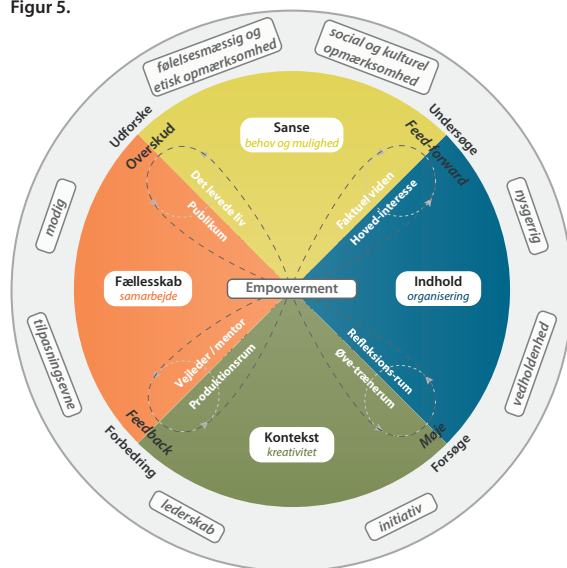




Enhver designproces ses også som en produktion af viden,
der fordrer validering.

proces, som en iterativ og lineær proces. I processerne er undervisningsformen baseret på det projektorganiserede gruppearbejde. Det fremadrettede og opfindende perspektiv er af afgørende betydning for en fortsat udvikling og styrkelse af det alment dannende grundlag, de personlige karaktertræk og indstillinger, som også er grundlaget for læringen. De fleste moduler og kurser på uddannelsen afsluttes med en produktion. Endelig er der på andet studieår et modul, der udfoldes over hele året. Her etableres samarbejde med en ekstern partner, organisation eller kunde for, til vedkommende, at udvikle et innovativt værdiskabende produkt.

Figur 5.



Som det fremgår af de pædagogiske overvejelser, er undervisning og læring i entreprenørskab og innovation kompleks og udfordrende. Om det er muligt at svare på, hvor innovation fordrer almindelse, ved jeg ikke. Jeg vil dog hævde, at de personlige karaktertræk og indstillinger er grundlaget for en grundlæggende nysgerrighed på livet og omverdenen og er dermed et centralt tema i enhver innovations- og entreprenørskabsuddannelse. Samtidigt indgår de centrale karaktertræk i et optimalt læringsmiljø for stærk og fortsat udvikling af netop de almindende egenskaber. Med de hidtil gennemførte undervisningsforløb er erfaringen, at de studerende tilegner sig stort ejerskab for læringen og udviklingen af koncepter og produkter. Dette har blandt andet resulteret i, at ca. 10 % af de studerende er i gang med at etablere en virksomhed. Dette afspejler sig blandt andet i interviewet med gruppen, der har udviklet MoveJam.

Ved at forfølge de beskrevne læringsmuligheder, mener jeg, at det vil være en dannelsesfunderet idrætsuddannelse, vi uddanner kandidater i. En sådan uddannelse vil derudover også være med til at inspirere dansk idræt inden for såvel den offentlige uddannelses- og sundhedssektor, den frivillige idrætssektor som den private sports-, idræts- og sundhedssektor. •



LITTERATUR

Arnold, P. J. (1988). *Education, Movement and the Curriculum*. London: The Falmer Press

Buchanan, R. (1992). Wicked Problems in Design Thinking. *Design Issues*, vol. 8(2), pp. 5-21

Darsø, L. (2011). *Innovationspædagogik – kunsten at fremelske innovationskompetence*. København: Samfundslitteratur

Hansen, S. og C. Byrge (2010). *Ide- og kreativitetsværktøjet "Den Kreative Platform i skolen"*: http://vbn.aau.dk/files/52369437/Den_kreative_platform_i_skolen.pdf

Hermansen, M. (2003). *OmLæring*. Aarhus: Klim

Jarvis, P. (2012). At blive en person i samfundet – hvordan bliver man sig selv? *I 49 tekster om læring*, K. Illeris (red.). København: Samfundslitteratur

Kereluik, K., Mishra, P., Fahnoe, C., & Terry, L. (2013). What Knowledge Is of Most Worth. Teacher Knowledge for 21st Century Learning. *Journal of Digital Learning in Teacher Education*, Vol. 29(4), pp. 127-139: <http://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1010753.pdf>, 2013

Kirketerp, A. & Greve, L. (2011). *Entreprenørskabsundervisning*. Aarhus: Aarhus Universitetsforlag.

Kumar, V. (2013). *101 Design Methods – A structured Approach for Driving Innovation in Your Organisation*. Wiley

Liedtka, J., & Ogilvie, T. (2011). *Designing for Growth – a design thinking tool kit for managers*. Columbia Business School Publishing

Nybye, N. & Rasmussen, A. (2013). *Progressionsmodel: Entreprenørskabs- og innovationsundervisning*. Fonden for Entrepenørskab. Odense: Young Enterprise

Piihl, J., & Philipsen, K. (2014). Forskningsbaseret foretagsomhed – synergi eller modsætning? *I Det vidende samfund - mysteriet om viden, læring og danselse*. (Unge Pædagogers serie, nr. 73), L. Qvortrup (red.)

Rankin, W. (2016). *Dimensions of Productive Formal Learning*

Rankin, W. (2016). *Natural Structures of Personal Learning*: <https://unfoldlearning.files.wordpress.com/2016/12/structures-of-personal-learning.pdf>

Rankin, W. (2017). Foredrag: Unfolding the Future, ved indvielsen af Center for Innovation, Læring og Teknologi ved SOSU skolen i Odense, 1.3.2017

Rasmussen, A. & Moberg, K. (2016). *Taksonomi i Entrepenørskabsuddannelse - perspektiver på mål, undervisning og evaluering*. Fonden for Entrepenørskab. Odense

Scharmer, C. O. (2009). *Teori-U - Lederskab der åbner fremtiden*. Hinnerup: Forlaget Ankerhus.

Schwab, K. (2017). *Ideo Studied Innovation In 100+ Companies*: <https://www.fastcodesign.com/3069069/ideo-studied-innovation-in-100-companies-heres-what-it-found>, 2017

Tangaard, L. (2014). *Opfindsomhed*. København: Gyldendal Business

World Economic Forum (2016). *New Vision for Education: Fostering Social and Emotional Learning through Technology*: http://www3.weforum.org/docs/WEF_New_Vision_for_Education.pdf



”

Som grundlag for innovation og entreprenørskab generelt kræves samtidigt, at der fortsat bygges på og arbejdes med udvikling af generelle grundfærdigheder og kernevidensområder.

A photograph of two young boys outdoors. The boy on the left, wearing a grey jacket, is holding a black smartphone and looking at the screen. The boy on the right, wearing a dark blue t-shirt with the word 'FIFTY' visible, is looking at the phone with interest. The background shows out-of-focus trees and a bright sky. A green rectangular box with two small circles at the top left is overlaid on the left side of the image, containing text.

Resumé

Innovation og teknologi spiller en stadig større rolle i nutidens samfund, og det gælder også inden for idræt og bevægelse. Idrættens Analyseinstitut (Idan) opfordrer blandt andet, gennem projektet *Idrættens Innovatører* og netværket *Idan Forum*, de mange aktører i idrættens verden til at tænke offensivt og forholde sig aktivt til innovation og ny teknologi.

Vi opdager ikke altid forandringerne omkring os, når innovative ildsjæle og iværksættere eksempelvis gør idrættens ressourcer mere tilgængelige. Den udvikling er vi nødt til at forstå for at kunne navigere i den. Ikke nødvendigvis for at få flere til at være aktive, men måske blot for at opretholde det nuværende aktivitetsniveau i en verden med mange andre fritids- og oplevelsestilbud.

En åben tilgang til innovation indebærer også et opgør med fortidens skarpe opdeling i kommercielle og ikke-kommercielle udbydere og aktiviteter i idrætten. Partnerskaber går på kryds og tværs, og vi kan ikke nødvendigvis stemple fremtidens innovatører i idrætten som enten frivillige eller kommercielle.

Martin Hedal er projektleder for *Idan Forum* og innovation hos Idrættens Analyseinstitut. Han analyserer, identificerer og skriver om innovative aktører i idrætten. Dette gør han blandt andet i projektet *Idrættens Innovatører*, som er en del af *Idan Forum - Idrætssektorens Udviklingsforum*. Martin Hedal har desuden en fortid som udviklingskonsulent i Dansk Orienterings-Forbund og selvstændig i et produktionsselskab specialiseret i web-tv.

INNOVATION I IDRÆTTEN

Tag aktivt stilling – innovationstoget kører nu

Tænker du ofte over, hvor hyppigt du bruger din mobil, og at du dermed gør brug af såkaldt moderne teknologi? Nej, vel. Du gør det bare, ligesom du tager sko på hver dag. Den naturlige brug af mobilen og megen anden teknologi er et billede på, at vi i disse år oplever nogle hastige forandringer, som vi ikke altid opdager eller reflekterer over.

Det sker i høj grad også i forhold til idræt og bevægelse. Innovativ tænkning og teknologiske landvindinger betyder, at idrætten forandrer sig hurtigt parallelt med det øvrige samfund. Den udvikling gør vi, hos Idrættens Analyseinstitut (Idan), vores bedste for at følge gennem projektet *Idrættens Innovatører*, der indtil videre har været i gang i to år. Det er komplekst, det går hurtigt, og idrætssektoren er en omfattende branche med mange aktører. Men hvis vi vil forstå fremtidens idrætssektor, er vi også nødt til at forholde os til innovation og teknologi.

Idrættens Innovatører fokuserer på radikal innovation, som ved at gøre ting på en helt ny måde kan forandre idrætten og tilføje den ny værdi (Hedal, 2016). Det sker primært gennem kvalitative analyser samt en kombination af journalistisk formidling, netværk og løbende notater og kommentarer. Se projektets temaside på idan.dk/idan-undersoeger/idraettens-innovatoerer. Den fortløbende formidling er helt nødvendig, da forandringerne sker hurtigt. Gennem casestudier, af alt lige fra nytænkende foreningsstrukturer til robotter til baneopstregning, kan vi være tæt på den nyeste udvikling og dermed give idrættens aktører en god chance for at forholde sig proaktivt til innovation

og teknologi i idrætten. Vi har eksempelvis portrætteret foreningen Familieidræt, der kører hold á fire måneders varighed på tidspunkter, der passer børnefamilier. Den innovative tilgang har, kombineret med mange ildsjæletimer, resulteret i en medlemskare på ca. 800 medlemmer. En anden case er appen WannaSport, der gør det muligt at booke tid til eksempelvis en times badminton via et par tryk på mobilen. Og på den teknologiske front har virksomheden Sens Innovation udviklet et plaster til at måle ældres aktivitetsniveau. Det er blot begyndelsen på målinger via mikroskopiske sensorer, som vi får meget mere af i fremtiden.

Idan har tidligere i projekterne *Idrættens Iværksættere* og *Idrættens virtuelle arenaer* sat fokus på digitaliseringen af idrætten og været helt tæt på ildsjæle og entreprenører, der forandrer idrætten (Hedal, 2009; Hedal, 2011). I dag tænker vi ikke så meget over, at vi tracker løbeturen, betaler kontingenter og medlemskaber online, indgår i idrætsfællesskaber på nettet, googler os frem til idrætsaktiviteter, gennemanalyserer talenter og eliteudøvere ved brug af sensorer, får live resultatformidling ind på mobilen, dyrker fitness udendørs osv. Vi gør det bare. Det gjorde vi ikke i samme omfang for ti år siden, og på samme måde vil vi komme til at se store forandringer i idrætten, drevet af teknologi og innovation, de næste 10 år. For at forstå, hvad der venter os, må vi være nysgerrige over for tidens nytænkere. Dem vi også kan kalde for idrættens innovatører.

>



Det kræver en offensiv tilgang til teknologi og innovation, spillerum til ildsjæle og iværksættere, viden om idræsteknologi og -innovation, globalt udsyn og mod til at tænke tværkulturelt og i utraditionelle partnerskaber.

Tilgængelighed er nøgleordet

Mange af innovatørerne fokuserer på at skabe større tilgængelighed til idrættens ressourcer. De vil sænke barren så meget som muligt på en række områder. I idrætten handler det ofte om at gøre ressourcer tilgængelige for udøvere eller potentielle udøvere. Det kan eksempelvis være i forhold til faciliteter, udstyr og events, men tilgængeligheden kan også opstå i forhold til eksempelvis frivillige, medlemsdata eller sponsorer.

Vi kan således forvente, at idrættens ressourcer vil blive mere tilgængelige de kommende år. Betyder det så, at flere vil dyrke eller engagere sig i idræt på anden vis? Ikke nødvendigvis, for idræt og motion er i stærk konkurrence med andre fritids- og oplevelsestilbud i disse år, som i mindst samme tempo, som idrættens aktører, følger med tiden gennem brug af innovation og teknologi. Men hvis vi fokuserer på mere bevægelse blandt den tredjedel af befolkningen, der ikke er fysisk aktiv, er der i høj grad brug for innovation – eksempelvis ved at tænke og navngive initiativer med fysisk aktivitet som andet end sport (Pilgaard & Rask, 2016).

Fremtidens idræt og motion

Der er populært sagt ikke andet for end at komme ind i kampen, hvis idræt og motion skal spille en mindst lige så væsentlig rolle som i dag. Det kræver en offensiv tilgang til teknologi og innovation, spillerum til ildsjæle og iværksættere, viden om idræsteknologi og -innovation, globalt udsyn og mod til at

tænke tværkulturelt og i utraditionelle partnerskaber. Det indebærer også et opgør med fortidens skarpe opdeling i kommercielle og ikke-kommercielle udbydere og aktiviteter i idrætten. Innovatører er drevet af ideer og virkelyst, og befinder sig et sted på en lang linje med amatørisme (ulønnet) i den ene ende og professionalismisme (lønnet) i den anden. I udgangspunktet kan innovatørerne ikke nødvendigvis placeres som 100 procent amatører eller professionelle, og de bevæger sig med al sandsynlighed løbende op og ned på professionalismeskalaen. Derudover indgår de partnerskaber på tværs af skalaen i stor stil. Socialøkonomiske idrætsvirksomheder, professionaliserede idrætsforeninger og flere motionsløbsarrangører er gode eksempler på projekter og aktører, der ikke blot kan placeres som kommercielle eller ikke-kommercielle, og eksemplerne bliver flere og flere.

Kloge hoveder siger, at fremtidens generationer ikke vil være låst til en enkelt arbejdsplads, men bevæge sig frit rundt og engagere sig i spændende projekter. Det lyder måske både skræmmende og dragende for min og tidligere generationer, men uanset hvad er det en virkelighed, vi må forholde os til. Vi må affinde os med, at vi ikke kan stemple en medarbejder med en enkelt jobfunktion, ligesom vi ikke altid kan stemple innovatører som frivillige eller kommercielle.

Hvad stiller et lille analyseinstitut op?

Gennem *Idrættens Innovatører* analyserer og formidler Idan innovation i idrætten, men instituttet har også på andre må- >





”

Kloge hoveder siger, at fremtidens generationer ikke vil være låst til en enkelt arbejdsplads, men bevæge sig frit rundt og engagere sig i spændende projekter.



Det er innovation, vi skal leve af
i vores lille land i fremtiden. Det gælder
også inden for idræt og bevægelse.

der indtaget en offensiv rolle i forsøget på at forholde sig aktivt og offensivt til innovation og teknologi i idrætten. I 2015 så *Idan Forum – Idrætssektorens Udviklingsforum* dagens lys med det formål at styrke netværksdannelse, formidle viden og udveksle erfaringer på tværs af de mange forskelligartede aktører i den brede idrætssektor.

Idan Forum har fokus på trends, udvikling og nye idrætsoplevelser, og innovation og teknologi er ofte på programmet, når forummet mødes. Det var det også, da Institut for Idræt og Biomekanik på Syddansk Universitet i Odense lagde hus til et temagruppemøde i forummet i december 2016. Her gik en række idrætsstuderende i dialog med forummets medlemmer - til glæde og gavn for begge parter. De studerende var primært fra instituttets studiepakke *Idræt, Innovation og Entreprenørskab*. De havde ved arrangementet mulighed for at tale om konkrete services, produkter og ideer med forummedlemmerne. Det skabte en god dynamik på tværs af universitetet og øvrige idrætsaktører.

Netop dynamikken er en rød tråd i *Idan Forums* aktiviteter. Vi er selv formet af alt for mange timer med envejskommunikation på skolebænken, men gør et helhjertet forsøg på at bryde med formaterne gennem god tid til diskussion, dialog og refleksion kombineret med fysisk aktivitet på møderne. Men dynamikken opstår især på grund af stort engagement og en god portion nysgerrighed fra de udviklingsorienterede medlemmer. Det faglige indhold sætter ny viden og spændende cases i spil blandt forummets 60 medlemmer. Det gælder i 2017 ikke mindst

inden for innovation og teknologi. Forummet tager eksempelvis på studietur til Eindhoven og får et eksklusivt indblik i, hvordan den tidligere Philips-by har udviklet sig til et høj-sæde for teknologi, design, viden og strategisk tænkning – blandt andet inden for idræt og bevægelse.

I samarbejde med en række partnere – herunder Institut for Idræt og Biomekanik – inviterer *Idan* også til en åben forumaktivitet den 9. oktober 2017 i form af *Idan Sports Innovation Day 2017* i GAME StreetMekka i København. Arrangementet får fokus på alt det, som denne artikel betoner. Vi skal snakke, eksperimentere, lytte, netværke, inspireres og finde gode legekammerater til at føre alle de gode ideer ud i livet. Det er innovation, vi skal leve af i vores lille land i fremtiden. Det gælder også inden for idræt og bevægelse, selv om mange af os elsker at smide mobilen og anden teknologi langt væk, når vi dyrker sport. •



LITTERATUR

- Hedal, Martin (2016). *Idrættens Innovatører – analyse og scenarier*. København: Idrættens Analyseinstitut.
- Hedal, Martin (2011). *Idrættens virtuelle arenaer. Internettet forandrer idrætten – analyser og perspektiver*. København: Idrættens Analyseinstitut.
- Hedal, Martin (2009). *Idrættens iværksættere – teknologi og iværksætteri i den danske sportssektor*. København: Idrættens Analyseinstitut
- Pilgaard, M., & Rask, S. (2016). *Danskerne motions- og sportsvaner 2016*. København: Idrættens Analyseinstitut.





LOKALT OG INNOVATIVT SAMARBEJDE

OMKRING DEN ÅBNE SKOLE

Hellebjerg Idrætsefterskole indgår i skoleåret 2016/2017 i et nyt og innovativt projekt, der skal være med til at styrke efterskoleelevernes træner- og lederkompetencer, samt deres forståelse for frivillighed og foreningsarbejde. Vi har talt med Bettina Hartvigsen om at gå forrest som idrætsefterskole, og hvad eleverne på efterskolen får ud af projektet.

Lederspiren

Eleverne på Hellebjerg Idrætsefterskole gennemfører som en del af projektet, *Idrætsefterskolernes rolle i den åbne skole*, dele af DGI's lederkursus *Lederspiren*. Under kurset skal efterskoleeleverne undervise elever fra Juelsminde Skole i de sportsgrene, der udøves på efterskolen. Formålet med projektet har fra begyndelsen været klart for Hellebjerg Idrætsefterskole. De vil gerne bidrage til dannelsesprocessen af efterskoleeleverne på en ny og innovativ måde. Derudover er det målet, at eleverne skal styrke deres kompetencer inden for formidling, træning og ledelse, blandt andet gennem undervisning af elever i folkeskolen. Det har samtidig været vigtigt for Hellebjerg Idrætsefterskole at oplyse eleverne om de værdier, der ligger i foreningsarbejdet. De skal have mulighed for at udvikle en forståelse for frivilligt arbejde og blive bevidste om, hvad det vil sige at indgå i et sam-

arbejde med en forening. Som en del af forløbet skal eleverne gennemføre en træner- eller lederuddannelse med fokus på formidling, ledelse og planlægning af bevægelse-saktiviteter. I den forbindelse får også *den åbne skole* en rolle.

Formålet med *den åbne skole* er, at kommunerne skal sikre et samarbejde mellem skolerne og det lokale idræts-, kultur- og musikliv. Dette kan blandt andet understøtte elevernes læring og trivsel, samt give variation i skoledagen.

Viden og værktøjer fra træner- eller lederuddannelsen vil sammen med erfaringer fra det praktiske arbejde, med eleverne i folkeskolen, give efterskoleeleverne vigtige kompetencer, som de kan udnytte i flere forskellige sammenhænge, når de kommer hjem fra deres efterskoleophold. *"Jeg synes egentlig, at vores elever opnår disse kompetencer ved at deltage i den åbne skole og DGI's Lederspiren. Derudover er >*

der også en læring i at se andre elever undervise,” forklarer Bettina.

Bettina Hartvigsen er kvinden bag initiativet på Hellebjerg Idrætsefterskole, og ifølge hende mangler de unge viden omkring, hvad det vil sige at være frivillig og være en del af en forening. *“Nu har jeg været her i 13 år, og jeg kan mærke, at de unges opfattelse af at være frivillig og af at være træner har ændret sig markant. De stiller spørgsmålstejn ved, hvorfor de skal være træner og hvorfor de ikke bare kan få lov til at spille håndbold,”* fortæller Bettina. Derudover mener Bettina, at vi har et ansvar for at formidle de værdier, der ligger i foreningsarbejdet og i frivilligheden, videre. Det giver de unge en bevidsthed om, hvad det kan give dem at være frivillig eller eksempelvis træner i en forening. *“Der er mange, der forbinder foreninger med dét at være træner. De er ikke klar over alle de andre opgaver, der ligger i en forening. Jeg tror og håber på, at vi kan sætte større fokus på det igennem det her projekt,”* fortæller Bettina.

Nye innovative initiativer

På Hellebjerg Idrætsefterskole bruges *den åbne skole* aktivt i dannelsesprocessen af deres elever. Helt konkret vil efterskolen gerne hjælpe Juelsminde Skole med at få et øget fokus på idræt, leg og bevægelse, både gennem den understøttende undervisning og i idrætstimerne, og samtidig vise dem hvad lokalsamfundet har at byde på. *“Vi bygger bro mellem folkeskolen og efterskolen, og giver inspiration til andre efterskoler og folkeskoler, om hvordan man kan lave et samarbejde,”* fortæller Bettina, og tilføjer, at mange foreninger har svært ved at få frivillige til at hjælpe med at promovere sig og deltage i *den åbne skole*, og at der derfor ligger et stort potentiale i at bruge efterskoler, til netop at løse udfordringen. Det er ikke kun efterskolen, men også eleverne der får noget ud af at være en del af projektet. Hellebjerg Idrætsefterskole har allieret sig med DGI og deres lederkursus *Lederspiren*, og her har alle efterskolens 10. klasseselever mulighed for at deltage. På kurset udvikles elevernes kompetencer inden for ledelse, formidling og træning, og

som en del af projektet får eleverne på Hellebjerg Idrætsefterskole mulighed for at varetage idrætsundervisningen og den understøttende undervisning på Juelsminde Skole et par gange i løbet af foråret og derigennem bruge teorien fra kurset i praksis. Eleverne fra efterskolen underviser primært i de sportsgrene, som de selv er tilmeldt på efterskolen. Udover at undervise på Juelsminde Skole skal alle efterskoleelever også henvende sig til deres forening i hjembyen. Formålet med dette er give eleverne mulighed for at bidrage aktivt i foreningslivet. *“Der er sikkert mange foreninger, der ikke har erfaring med den åbne skole, men nu kommer der unge mennesker hjem, der netop har denne erfaring og kan bidrage i den lokale forening,”* forklarer Bettina.

Videndeling med andre efterskoler

Hellebjerg Idrætsefterskole håber på at kunne inspirere andre efterskoler til at gøre det samme. Når projektet udløber til sommer, bliver der udviklet materiale, som Hellebjerg Idrætsefterskole gerne vil dele med andre efterskoler, foreninger og folkeskoler. Blandt andet med fokus på, hvordan man kan gøre brug af *den åbne skole*. *“Nu er jeg selv en del af en håndboldforening i Juelsminde, og vi har haft stor tilgang. Efterskoleeleverne har i den forbindelse taget aktivt del i at være trænere sammen med foreningen til håndboldkaravanen, som blev afholdt på Juelsminde skole i starten af skoleåret. Det er tydeligt at se, at det har hjulpet at have efterskoleeleverne til at undervise eleverne på Juelsminde Skole. Det giver eleverne i folkeskolen lyst til at prøve kræfter med forskellige sportsgrene,”* fortæller Bettina, og tilføjer: *“Jo mere foreningerne er synlige i den åbne skole, desto flere medlemmer får de.”*

Der ligger en lang række muligheder for alle efterskoler i at tage del i *den åbne skole*, blandt andet ved at udbyde træner- eller lederkurser med tilhørende undervisningsmuligheder. Det kan give eleverne kompetencer og selvsigt: *“Jeg kan se på børnene (eleverne på Juelsminde Skole, red.), at de elsker, at det er store børn, der underviser dem, hvilket giver en masse kompetencer til efterskoleeleverne om blandt andet formidling,”* fortæller Bettina. >



”

Der er sikkert mange foreninger, der ikke har erfaring med den åbne skole, men nu kommer der unge mennesker hjem, der netop har denne erfaring og kan bidrage i den lokale forening.



Der er stor forskel på at undervise i foreninger og folkeskolen, da børn og unge i foreningerne har andre forudsætninger for at deltage, end eleverne i folkeskolen har.

Udfordringer

I forbindelse med realiseringen af projektet har en af de store udfordringer for Hellebjerg Idrætsefterskole været at få forløbet til at passe ind i linjefagene på efterskolen og samtidig tilpasse det i forhold til Juelsminde Skoles skema og planer. Derudover ligger der en udfordring i at finde ud af, hvad der skal være obligatorisk for eleverne på efterskolen. *"Der har været en del udfordringer her i starten, fordi det er første år, vi kører projektet. Der har været meget koordinering, hvad skal vi have med, og hvad skal være obligatorisk for eleverne osv. Men jeg er sikker på, at hvis vi får lov til at køre projektet et år mere, så skal det nok blive endnu bedre, end det har været i år,"* fortæller Bettina.

Bettina forklarer desuden, at der er stor forskel på at undervise i foreninger og folkeskole, da børn og unge i foreningerne har andre forudsætninger for at deltage, end eleverne i folkeskolen har. Børn og unge i foreningsregi har selv valgt at deltage, mens elever i folkeskolen er der, fordi det er obligatorisk for dem at deltage i idræt, hvilket har været en stor udfordring: *"Folkeskoleeleverne deltager i idræt under andre forudsætninger end dem i foreningerne, så man skal også sørge for at have en masse forskellige elementer med i undervisningen, så alle kan være med og kan deltage aktivt."*

Positiv respons

Der har været både positiv respons og opbakning for projektet fra Juelsminde Skole. Selvom der endnu ikke har været den store respons fra efterskoleeleverne, kan Bettina stadig mærke, at det har haft betydning for dem at deltage

i undervisningen på Juelsminde Skole: *"Jeg træner børn i håndbold om tirsdagen, og der spørger jeg nogle gange eleverne (efterskoleeleverne, red.), om nogle af dem har lyst til at tage over og træne med. Der er altid nogle, der melder sig, selv om det er helt frivilligt. Det synes jeg, er ret sigende."*

Mange elever har fået et andet syn på sig selv i forhold til, hvordan man kan bidrage i en forening. Man behøver ikke at være træner for at kunne indgå i foreningsarbejde. *"Eleverne er blevet meget mere bevidste om sig selv, hvad de kan bidrage med og hvad en forening egentlig er. Det var der ikke så mange, der var klar over før forløbet,"* fortæller Bettina og tilføjer slutteligt: *"Vi håber på at kunne få lov til at udvide projektet til næste år og sætte gang i et andet projekt, der hedder "Efterskolernes værdi for lokalsamfundet", hvor vi gerne vil indgå i samarbejder med lokalbefolkningen omkring nogle fælles aktiviteter, så de kan se, at efterskoler kan have værdi for lokalsamfundet."* Projektet på Hellebjerg Idrætsefterskole slutter den 30. Juni 2017. •





Abstract

Insufficient physical activity or being inactive is one of the leading risk factors for non-communicable diseases worldwide. Globally between 6-10% of premature mortality, caused by non-communicable diseases, could be avoided if people adhered to general physical activity guidelines. Besides that, studies link sitting for prolonged periods of time with many serious health concerns. The solution seems simple: *Stand up and move forward*. However, human behavior is difficult to change – due to the multitude of impacts via social, physical and policy environments. Furthermore, for young people avoiding non-communicable diseases might not be the most pressing matter in their lives. Therefore, efforts to promote healthy ageing and an active lifestyle are nested in recent programs worldwide to reduce inactive behaviors and help individuals and communities to age healthier. These programs are not focused only on individual behavior choices but also on factors that influence those choices. Therefore, using *Social-Ecological (SE) models* that recognize the multiple influential factors at multiple levels is becoming more common. This paper explains some of the challenges related to these integrated approaches, introducing a larger range of actions, as well as tailoring programs at the population level.

”

Lack of physical activity destroys the good condition of every human being, while movement and methodological physical exercise can save it and preserve it.

Johan de Jong is Professor in Healthy Lifestyle, Sports and Physical Activity at the Hanze University of Applied Sciences Groningen. He is a physical education teacher and human movement scientist. His research focuses on stimulation of sport and physical activity in different target groups ranging from young children to older adults. He is involved in regional, national and international research and innovation projects.

Roya Shokoohi is a Postdoc Fellow in active and healthy lifestyle at the Hanze University of Applied Sciences Groningen. Her background is architecture and urban planning, with a focus on encouraging children and adults to be more active by walking, cycling or doing moderate to vigorous physical activities. She is interested in exploring the relations between built environment and health.

STAND UP AND MOVE FORWARD

A VIEWPOINT

Health across the lifespan can be defined as *“a lifelong process of optimizing opportunities for improving and preserving health and physical, social and mental wellness, independence, quality of life and enhancing successful life-course transitions”* (Health Canada, 2002a). As such, healthy living is not only about becoming as old as possible. Anthropologist Ashley Montagu (1905-1999) described this goal of healthy ageing very well: *“Die young, as late as possible”*.

Achieving health for all across the lifespan will not only benefit individuals but also the society. Research has shown that an active and healthy lifestyle has more impact on developmental and ageing process than genetic factors (National Advisory Council on Aging, 2004a; Almeida et al., 2014; Beard et al., 2016). The unfavorable effects of physical inactivity and sedentary behavior were already recognized centuries ago by Plato and Hippocrates.

“Lack of physical activity destroys the good condition of every human being, while movement and methodological physical exercise can save it and preserve it” (Plato, 400 before Christ).

“All parts of the body which have a function if used in moderation and exercised in labors in which accustomed, become thereby healthy, well developed and age more slowly; but if unused and left idle, they become liable to disease, defective in growth and age quickly” (Hippocrates, 450 before Christ).

Till not so long ago quotes, like the ones mentioned, were mostly based on common knowledge and everyday experiences. The scientific evidence to prove these statements

had not been produced. In 1953, professor Jeremy Morris and colleagues published the first scientific paper on the relation between physical activity and coronary heart disease. Morris et al. (1953a) showed that there was a relationship between people's work activities and their health conditions (e.g., postmen are healthier than office workers) (Morris, Heady, Raffle, Roberts, & Parks, 1953b).

Modern lifestyle has changed a lot of things in our life such as transportation, and communication that are accompanied by undoubted improvements in living conditions. However, it has unintentionally created a mismatch between human beings' evolutionary history and the environment for which humans have adapted (e.g., humans were not designed to sit all day). With technology, a person can now eat, work, shop, bank and socialize without having to move. It is estimated that physical inactivity causes 6-10% of premature mortality caused by non-communicable diseases worldwide. Sufficient amounts of physical activity lower the risk of getting diabetes type 2, coronary heart disease, breast and colon cancer and increases life expectancy (Lee, Shiroma, Lobelo, Puska, Blair, & Katzmarzyk, 2012). Furthermore, physical activity has a positive effect on the lowering of depressive symptoms, anxiety and increases feelings of energy level and quality of life (Bartholomew, Morrison, & Ciccolo, 2005; Conn, Hafdahl, & Brown, 2009; Martinsen, 2008; Mead, Morley, Campbell, Greig, McMurdo, & Lawlor, 2009; Puetz, 2006; Yau, 2008). The consequences of sitting too much too long >

are now recognized as a unique health hazard that has greatly contributed to non-communicable diseases (Blair, 2009; Henson, Dunstan, Davies, & Yates, 2016).

Sedentary behavior includes sitting during commuting, at the workplace, in leisure-time and in connection with community events (Owen, Healy, Matthews, & Dunstan, 2010). There are several studies addressing sitting and its health impacts but the initial findings appear puzzling. Katzmarzyk et al. (2009) conducted the first comprehensive study exploring the adverse health effects of sitting. They found that independently from the amount of physical activity and cardiorespiratory fitness of a person, too much sitting is negatively relating to health condition. The study indicated that doing sport, or any other form of vigorous physical activity, could not compensate for too much sitting. However, a recent study by Ekelund et al. (2016) reported different findings. Their meta-analysis, which was based on data from more than one million participants from 16 studies, illustrated that 60-75 minutes of moderate physical activity per day reduced or even prevented the negative effects of too much sitting. According to this study people should undertake sufficient amounts of moderate physical activity each day, when they were not able to prevent periods of prolonged sitting or total amount of sitting hours per day due to the type of their work (Ekelund, Steene-Johannessen, Brown, Wang Fagerland, Owen, Powell et al., 2016). These apparently contradictory outcomes require further research. Such findings have potential implications for the emer-

ging area of research on using socio-ecological model to understand sedentary behavior, within which socio-economics and cultural factors as well as built environment are likely to have significant roles.

Examining sedentary behavior and its interaction with physical activity

Different sedentary behaviors and their interactions with physical activity need to be examined in a range of contexts (Owen, et al., 2010). For example, in one setting leisure-time internet and computer use might be the main influential factor on sedentary behavior while in other settings being car dependent and driving too long in traffic is the main reason for sedentarism: One size does not fit all. Moreover, changing people's behavior is difficult when social and physical environment do not support the intended changes (e.g., if cycling is stigmatized in some countries such as UK, or Chile (Aldred, 2013a; Aldred, 2013b; Wessloski, 2014), there is a lack of cycling infrastructure). During the last decades, many studies have emphasized the importance of raising awareness, education, and designing interventions to change determinants that influence sedentary behavior. However, data from cross-sectional studies that aim at changing individual behavioral change demonstrate that such approaches only explain 20-40% of the variance in physical activity behavior (Spence, & Lee, 2003; Olander et al., 2013; Centers for Disease Control, 2013). Such findings confirm that a

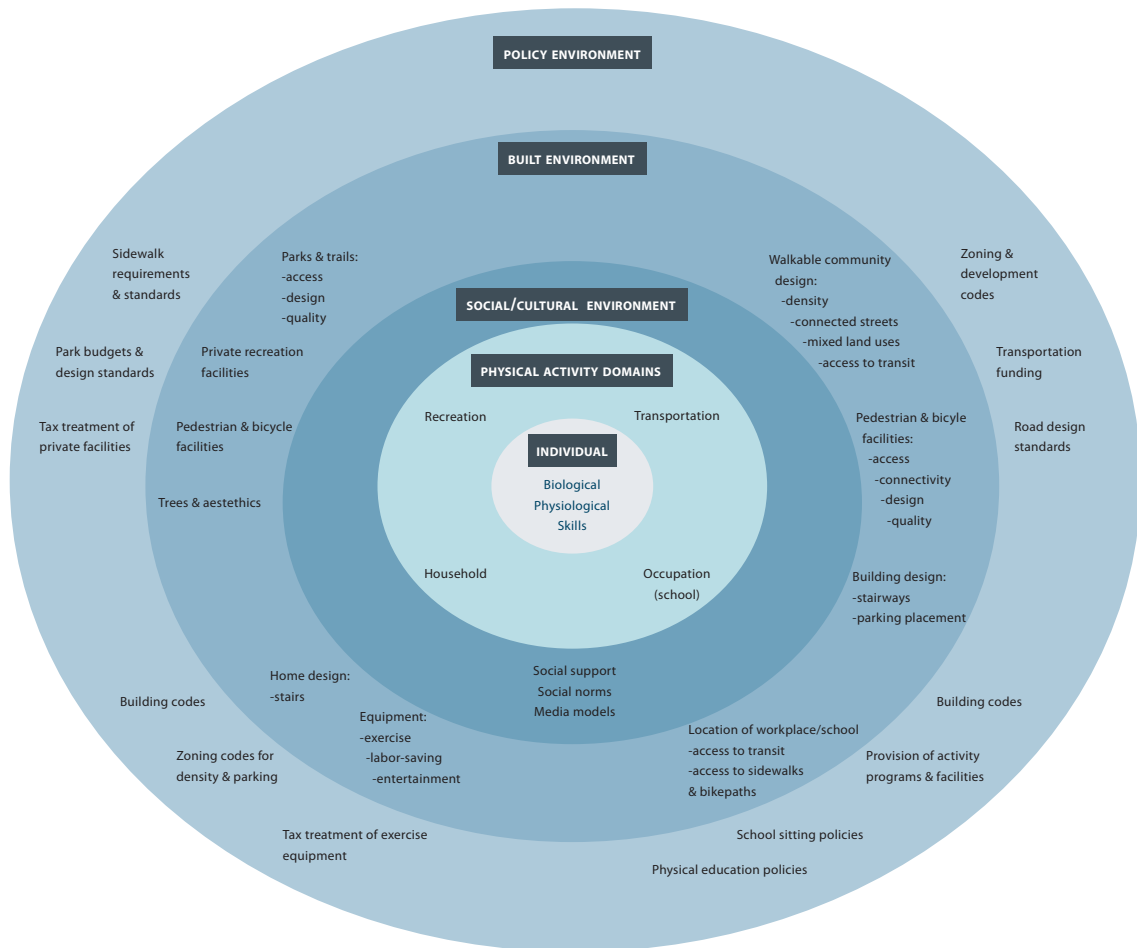


It is estimated that physical inactivity causes
6-10% of premature mortality caused by
non-communicable diseases worldwide.

wide variety of factors are important when dealing with behavior change (Biddle, Mutrie, & Gorely, 2015). Sallis and colleagues (2006) adapted principles of general socio-

ecological models into their model on four domains of active living (see figure 1).

Figur 1. Ecological model of four domains of active living. Adapted from Sallis et al., 2006.







Stimulating physical activity to, in and around school is supported by creating safe bicycle lanes, walking paths and clearly enforced regulations.

This model underscores that behavior is influenced by a range of determinants (intrapersonal, interpersonal, built environment, policy and politics) at multiple levels instead of a narrow range of psychosocial variables (McLeroy, Bi-beau, Steckler, & Glanz, 1988; Sallis, & Owen, 2002). Together with others, Sallis makes it clear that behavioral interventions are most effective when multiple levels are combined and integrated (Sallis, & Owen, 2002).

Therefore, using Socio-Ecological models and approaches are becoming more common in physical activity research. The four domains of active living, as described in the model, are: *active recreation, household activities, occupational activities and active transport* (see figure 1). These domains cover how people are physically active throughout their day and life.

Practical implications

Practical and policy approaches to address sedentarism and physical inactivity would involve innovations on multiple levels. This implies that different professionals from different disciplines and sectors need to work together to stimulate physical activity on a broad scale.

For example, stimulating physical activity to, in and around school is supported by creating safe bicycle lanes, walking paths and clearly enforced regulations. In the schoolyard, an attractive physical environment is created and older school children; parents or teachers (social en-

vironment) guide the activities. During school time, energizers (moments of physical activity) are promoted during classes and mathematics is combined with physical activity. At each pause, children must go outdoors or go to the gym to play in a (un)structured way and after school care is offered together with local sports clubs.

Furthermore, public education and providing opportunities for doing physical activities in the neighborhood for free and for all ages might reduce sedentary behavior as well as increase physical activity. Active commuting by means of cycling could be promoted for long-distance trips, as alternatives to the prolonged periods of time that many people spend sitting in cars/buses. Providing non-sitting alternatives at community entertainment events and promoting using stairs instead of taking lift might also be considered. When such innovations are implemented, there is a need for more systematic evaluations, particularly of approaches that have the potential for broader dissemination, which may lead to an active and healthy lifestyle at the individual and community level. •

.....

LITERATURE

Aldred, R. (2013a). Who are Londoners on Bikes and what do they want? Negotiating identity and issue definition in a 'pop-up' cycle campaign. *Journal of Transport Geography*, 30, 194-201.

Aldred, R. (2013b). Incompetent or too competent? Negotiating everyday cycling identities in a motor dominated society. *Mobilities*, 8(2), 252-271.

Almeida, O. P., Khan, K. M., Hankey, G. J., Yeap, B. B., Golledge, J., & Flicker, L. (2014). 150 minutes of vigorous physical activity per week predicts survival and successful ageing: a population-based 11-year longitudinal study of 12 201 older Australian men. *British journal of sports medicine*, 48(3), 220-225.

Bartholomew J. B., Morrison D., & Ciccolo J. T. (2005). Effects of acute exercise on mood and well-being in patients with major depressive disorder. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 37(12), 2032-2037.

Beard, J. R., Officer, A., de Carvalho, I. A., Sadana, R., Pot, A. M., Michel, J. P., & Thiagarajan, J. A. (2016). The World report on ageing and health: a policy framework for healthy ageing. *The Lancet*, 387(10033), 2145-2154.

Biddle, S. J. H., Mutrie, N., & Gorely, T. (2015). *Psychology of Physical Activity: Determinants, Well-Being and Interventions*. (3rd ed.) Oxon: Routledge.

Blair S. N. (2009). Physical inactivity: the biggest public health problem of the 21st century. *British Journal of Sports Medicine*, 43:1-2.

Centers for Disease Control. (2013). Make a difference at your school.

Conn V. S., Hafdahl A. R., & Brown L. M. (2009). Meta-analysis of quality-of life outcomes from physical activity interventions. *Nursing Research*, 58(3), 175-183.

Ekelund U., Steene-Johannessen J., Brown W. J., Wang Fagerland M., Owen N., Powell K. E., Bauman A., & Lee I. M. (2016). Does physical activity attenuate, or even eliminate, the detrimental association of sitting time with mortality? A harmonised meta-analysis of data from more than 1 million men and women. *The Lancet*, 388(24), 1302-1310.

Health Canada. Division of Aging and Seniors (2002a). *Dare to Age Well: Workshop on Healthy Ageing, Part 1: Ageing and Health Practices*. Works and Government Services, Canada.

Henson, J., Dunstan, D. W., Davies, M. J., & Yates, T. (2016). Sedentary behaviour as a new behavioural target in the prevention and treatment of type 2 diabetes. *Diabetes/metabolism research and reviews*, 32(S1), 213-220.

Hippocrates. AZ quotes available on <http://www.azquotes.com/author/22138-Hippocrates>, consulted on 22 February 2017.

Katzmarzyk P. T., Church T. S., Craig C. L., & Bouchard C. (2009). Sitting time and mortality from all causes, cardiovascular disease, and cancer. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 41(5), 998-1005.

Lee I. M., Shiroma E. J., Lobelo F., Puska P., Blair S. N., & Katzmarzyk P. T. (2012). Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an

analysis of burden of disease and life expectancy. *Lancet*, 380, 219-229.

Martinsen E. W. (2008). Physical activity in the prevention and treatment of anxiety and depression. *Nordic Journal of Psychology*, 62(S47), 25-9.

McLeroy K. R., Bibeau D., Steckler A., & Glanz, K. (1988). An ecological perspective on health promotion programs. *Health Education Quarterly*, 15(4), 351-377.

Mead G. E., Morley W., Campbell P., Greig C. A., McMurdo M., & Lawlor D. A. (2009). Exercise for depression. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 3, CD004366.

Morris J. N., Heady J. A., Raffle P. A. B., Roberts C. G., & Parks J. W. (1953a). Coronary heart disease and physical activity of work. *Lancet*, 265, 1053-1057.

Morris J. N., Heady J. A., Raffle P. A. B., Roberts C. G., & Parks J. W. (1953b). Coronary heart disease and physical activity of work. *Lancet*, 265, 1111-1120.

National Advisory Council on Aging. (2004a). Successful aging. *Bulletin of the National Advisory Council on Aging*, 17(4), 1-8.

Olander, E. K., Fletcher, H., Williams, S., Atkinson, L., Turner, A., & French, D. P. (2013). What are the most effective techniques in changing obese individuals' physical activity self-efficacy and behaviour: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 29.

Owen, N., Healy, G. N., Matthews, C. E., & Dunstan, D. W. (2010). Too much sitting: the population-health science of sedentary behavior. *Exercise and sport sciences reviews*, 38(3), 105.

Plato. Solitary Road, quotes Plato available <http://www.solitaryroad.com/q5%20Plato.html>, consulted on 22 February 2017.

Puetz T. W. (2006). Physical activity and feelings of energy and fatigue: epidemiological evidence. *Sports Medicine*, 36(9), 767-780.

Sallis J. F., & Owen N. 2002. Ecological models of health behavior. In *Health Behavior And Health Education: Theory, Research, and Practice*, ed. K Glanz, BK Rimer, FM Lewis, pp. 462-84. San Francisco: Jossey-Bass. 3rd ed.

Sallis J. F., Cervero R. B., Ascher W., Henderson K. A., & Kraft M. K. (2006). An ecological approach to creating active living communities. *Annual Review of Public Health*, 27, 297-322.

Sjögren, P., Fisher, R., Kallings, L., Svenson, U., Roos, G., & Hellénus, M. L. (2014). Stand up for health—avoiding sedentary behaviour might lengthen your telomeres: secondary outcomes from a physical activity RCT in older people. *British journal of sports medicine*, 48(19), 1407-1409.

Spence, J. C., & Lee R. E. (2003). Towards a comprehensive model of physical activity. *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 7-24.

Wesslowski, V. (2014). *Facilitating a Contested Practice: Building and growing urban transport cycling in Santiago de Chile*.

Yau M. K. (2008). Tai chi exercise and the improvement of health and well-being in older adults. *Medicine and Sport Science*, 52, 155-165.

.....



”

I fællesskab udvikler vi fremtidens
indsatsformer på idræts-,
bevægelses- og læringsområdet



UNIVERSITY COLLEGE
Lillebælt

SDU 