

Vejledning/Råd og vink
Stx-bekendtgørelsen
Idræt C

Undervisningsministeriet
Afdelingen for gymnasiale uddannelser
2014

Idræt C

Vejledning/Råd og vink

Afdelingen for gymnasiale uddannelser 2014

Alle bestemmelser, der er bindende for undervisningen og prøverne i de gymnasiale uddannelser, findes i uddannelseslovene og de tilhørende bekendtgørelser, herunder læreplanerne. Denne Vejledning/Råd og vink indeholder forklarende kommentarer til nogle af disse bestemmelser, men indfører ikke nye bindende krav. Desuden gives eksempler på god praksis samt anbefalinger og inspiration, og den udgør dermed et af ministeriets bidrag til faglig og pædagogisk fornyelse. Citater fra læreplanen er anført i kursiv. Denne vejledning består ikke af en komplet liste over retningslinjer for faget, men af en række eksempler på udlægninger af læreplanens ord.

Indholdsfortegnelse:

1. Læreplanens historik
2. Fagets identitet og metode – faget i samspil
3. Planlægning
4. Undervisning
5. Evaluering og karaktergivning

1. Læreplanens historik

Såvel den oprindelige som den reviderede læreplan for idræt C er stærkt præget af, at faget skal medvirke til at styrke elevernes sundhed gennem fysisk aktivitet. Dette blev forud for reformen argumentet for fagets bevarelse i både stx og hf. Med ændringen af læreplanen i 2009 blev dette fokus yderligere skærpet.

Læreplanens udformning har dog i høj grad sundhed som et biprodukt af undervisningen, som har fokus på færdighedsindlæring i et bredt udvalg af discipliner. Gennem indlæringen af færdigheder og tilknytningen af teori er målet både, at eleverne skal opnå god fysisk kapacitet, og at de skal forstå betydningen af selvtræning og være i stand til at planlægge og gennemføre en sådan. Ved at lære grundlæggende idrætslige færdigheder øges deres muligheder for at finde idrætstilbud uden for skolen, hvilket øger deres muligheder for at leve et sundt liv.

Fysisk kapacitet fortolkes bredt og skal altså ikke kun opfattes som kredsløbskapacitet, men med tanke på fagets sundhedsmæssige fokus må det nødvendigvis bl.a. omfatte kredsløbskapacitet.

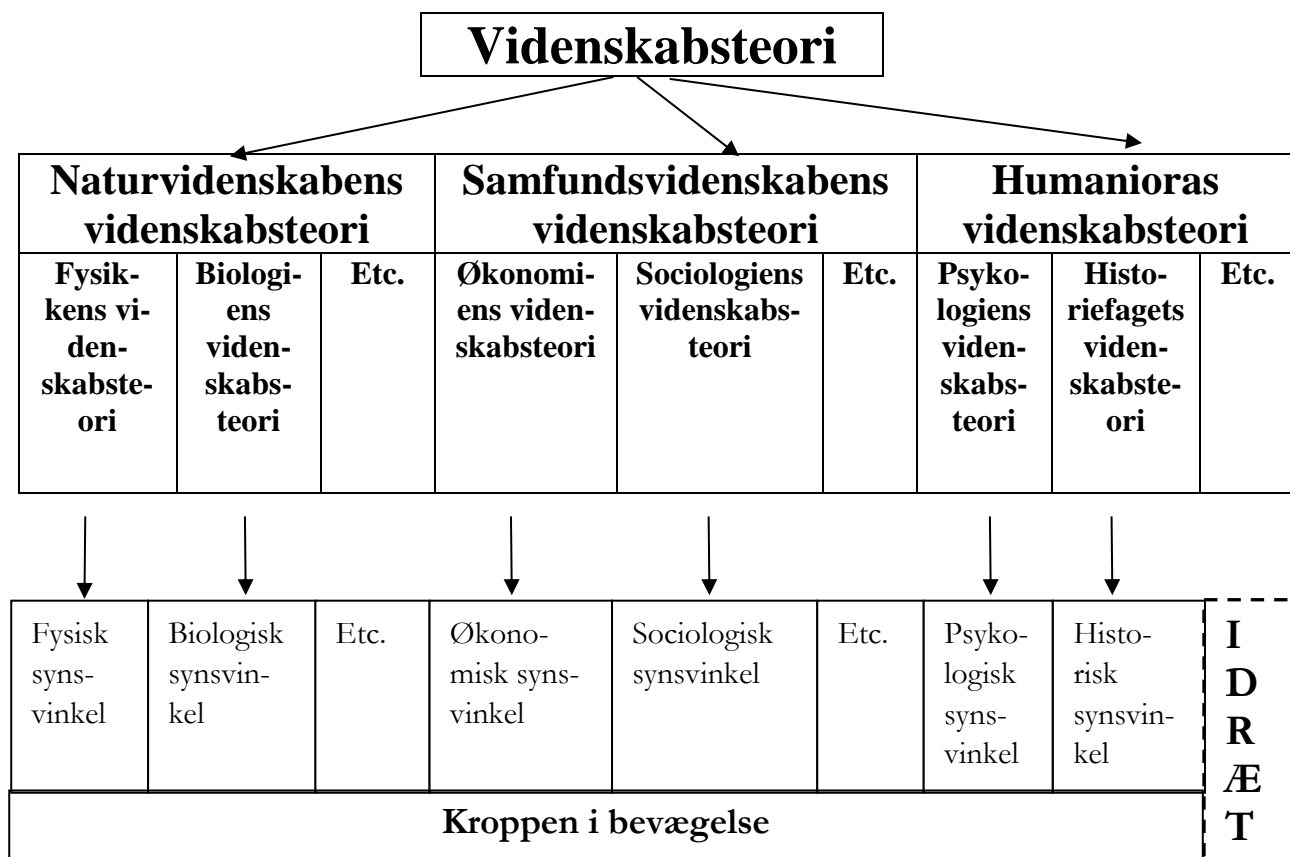
2. Fagets identitet og metode - faget i samspil

Idræt er på C-niveau et fag, der tager udgangspunkt i praksis. Om det er fodbold, dans, svømning eller en hvilken som helst anden idrætsaktivitet, der tages udgangspunkt i, så vil fagets fokus altid være den fysiske aktivitet.

På C-niveau arbejdes der hovedsageligt med den praktiske metode, men i udvalgte sammenhænge som f.eks. AT og træningsprojektet vil idræt C kunne indgå som teoretisk fag, hvor det vil være nødvendigt at fokusere på den metode, der ligger til grund for vidensdannelsen.

Figuren nedenfor illustrerer forskellige niveauer i det videnskabsteoretiske hierarki. Øverst er selve videnskabsteorien, den filosofiske overbygning, der beskriver og diskuterer vidensdannelse som abstrakt fænomen. I næste trin er den fakultære opdeling, hvor fag er organiseret (tilnærmelsesvis) efter de metoder, de anvender til vidensdannelse. Et trin længere nede ses disse fag, der hver for sig eller i fællesskab markerer sig med særegne metoder til at danne viden.

Endnu et trin længere nede i hierarkiet er gymnasiefaget idræt. Gymnasiefaget har et eksemplarisk udgangspunkt, som altid vil være idrættens fysiske manifestation ud fra en eller flere af de forskellige synsvinkler.



Med meget få teoritimer til rådighed er det ikke muligt at skulle beskæftige sig indgående med alle de metoder, der ligger til grund for den viden, der formidles i faget. Kun sjældent vil man beskæftige sig med hvilke faglige og videnskabelige metoder, der ligger til grund for vidensdannelsen inden for de enkelte synsvinkler. Hvis det inddrages, vil man ofte trække på elevernes viden fra de respektive støttefag.

Mest nærliggende at tage fat på vil være fagets praktiske metode – altså spørgsmålet om, hvordan den kropslige læreproces foregår, og hvordan den kropslige viden dannes. Denne metode er imidlertid ikke behørigt beskrevet pt., men der er sat et udviklingsarbejde i gang for at komme med et svar på dette. Et tidligt bud er, at metoden minder om den humanistiske, hvor kroppens sprog kan side-stilles med andre sprog som f.eks. dansk. Ved at sanse andres kropssprog og praktiske kompetencer kan man afkode, imitere, eksperimentere og lære. Derigennem kan man udvikle sin egen idrætsfag-

lige kompetence og sit eget individuelle kropslige udtryk og bruge det i kreative, nyskabende læreprocesser (spil, danse, performances).

I takt med at den kropslige viden opbygges, og individet gennem en samtidig reflektiv proces bevidstgøres om sin egen kropslige viden, bliver vedkommende også bedre og mere kvalificeret til dels at reflektere over sin egen krop og kropslige læring, dels at afkode andres kropssprog og handle i forhold til det i idrætsfaglige og generelle sociale kontekster.

I forhold til at arbejde med den praktiske metode i f.eks. AT-sammenhæng kræves en abstraktion af det kropslige udtryk, som kan fremkomme på forskellig vis (narrativ metode, analyse af det kropslige udtryk ved hjælp af f.eks. Rudolph Labans begreber). Derudover kræves en eller anden form for ”tekst”, som i denne sammenhæng ville være en bevægelsessekvens. Da det er svært at forestille sig, at en AT-eksamen har en praktisk del, hvor en sådan bevægelsessekvens udføres, må sekvensen foreligge i elektronisk form.

I forhold til AT-eksamen er det som lærer vigtigt at sikre sig, at eleven er blevet undervist i fagets metode(r) i et omfang, der gør det muligt at leve op til de i AT-læreplanen beskrevne målsætninger for anvendelse af og refleksion over fagets metode(r). I læreplanen kræves der ikke, at eleverne undervises i alle fagets metoder, men udelukkende i de for undervisningen relevante metoder. Grundet fagets tværfakultære profil har idræt mulighed for at indgå i en lang række tværfaglige og tværfakultære samarbejder. Det er dog vigtigt, at når idræt arbejder sammen med et af de fag, som i forvejen betragtes som støttefag (f.eks. biologi, samfundsfag, historie), så skal idræts faglige indhold og/eller metode til vidensdannelse adskille sig markant fra støttefagets I SRP-sammenhæng skal idræt repræsentere et fagligt indhold der adskiller sig fra det ”andet fags” faglige indhold (men metoden til vidensdannelsen behøver ikke adskille sig).

3. Planlægning

Læreplanen rummer en række mål (*jf. pkt. 2.1*), som skal tilgodeses i undervisningens planlægning og afvikling. Der er en række overordnede krav, som undervisningen skal tilgodeses over det treårige gymnasieforløb, og der er nogle specifikke krav, som den enkelte lektion skal tilgodeses. De overordnede krav skal forstås som f.eks. kravene til alsidighed (fordelingen af færdighedsområderne), udviklingen af den fysiske kapacitet og viden om og forståelse af fagets teoretiske områder. Der er videre et krav om en taksonomisk udvikling over de tre år (f.eks. fra opvarmning over grundtræning til træningsprojekt). For at holde styr på alle disse mål er det hensigtsmæssigt, ved skoleårets start, at udarbejde en årsplan for det enkelte hold eller for den enkelte årgang således, at underviseren kan sikre sig, at de overordnede mål bliver opfyldt. Det giver videre en mulighed for over de tre år at sikre kontinuitet og progression i undervisningen. Efterfølgende udarbejdes de enkelte forløb og lektioner.

Årsplanen

Årsplanen rummer en beskrivelse af de forløb, der skal arbejdes med, samt hvor på året, de er placeret (og kan således tage højde for, når faciliteterne er optaget af andre formål). Den beskriver de fokuspunkter, der indgår i de enkelte forløb, hvilke teori/praktik-koblinger der skal anvendes, og hvilke produktkrav der er i forløbet (logbog, prøver, rapporter etc.). Yderligere bør den indeholde en beskrivelse af, hvilke forløb der afvikles henholdsvis kønsintegreret og kønsdifferentieret. Årsplanen kan også rumme en beskrivelse af, hvad eleverne bliver vurderet på i de enkelte forløb (*jf.*

pkt. 4.3). Årsplanen, der bør offentliggøres ved skoleårets start, kan udarbejdes på det enkelte hold, eller det kan være hensigtsmæssigt at udarbejde årsplanen i samarbejde med de andre hold på årgangen. Fordelen ved en årsplan er udover at skabe overblik hos den enkelte underviser, at den kan være med til at skabe større konsensus (bl.a. omkring evaluering af eleverne) i lærergruppen, hvis den udarbejdes på flere hold eller årgange. I årsplanen skal det sikres, at alle tre færdighedsområder hver især indgår med mindst 20 % hvert år.

Forløbsplaner

Det enkelte forløb planlægges typisk med en varighed på 10-12 lektioner (5-6 moduler). Forløbene kan være specifikt disciplinorienterede eller være bygget op over et tema som f.eks. teamudvikling. Forløbene planlægges og beskrives med udgangspunkt i elevernes forudsætninger og de til forløbet knyttede fokuspunkter (tekniske, taktiske og teoretiske). Forløbene planlægges, så der er en progression og udvikling over tid. Forløbsplanen bør også indeholde en beskrivelse af, hvilke arbejdsformer der anvendes, så en variation på dette område også sikres. I forløbsplanen beskrives også, hvilke lektier eleverne har for til den enkelte lektion. Lektier skal i denne sammenhæng forstås som elevernes forberedelse til den enkelte lektion og kan f.eks. være i form af regler til det enkelte spil, tekniske detaljer, taktiske oplæg, test og teoristof. Lektiemateriale kan med fordel ligge i klassens idrætsmappe på skolens intranet eller i fysisk form som f.eks. en lærebog eller idrætsmappe.

Den enkelte lektion

Den enkelte lektion udarbejdes i forhold til det/de fokuspunkter, der er knyttet til lektionen. Lektionen planlægges med et antal sekvenser, der sikrer den fysiske aktivitets omfang og intensitet og en eventuel teori/praktik-kobling. Pauser og mindre stop i den fysiske aktivitet kan med fordel bruges til at formidle/diskutere teoretisk stof i form af f.eks. små opgaver, plancher/tavle og korte powerpoint-oplæg. Idrætsundervisningen skal som udgangspunkt være praktisk, og den teoretiske viden, som eleverne skal tilegne sig, bliver på begrebsniveau. Det er disse begreber, der kan synliggøres i teori/praktik-koblingen, så elevernes forberedelse til undervisningen opsamles og evalueres i form af begreber. Et eks.: I et grundforløb om kaospil har et af fokuspunkterne været spilbarhed (eleverne har læst et par sider om dette emne til lektionen). I den praktiske afvikling samler underviseren op på begrebet og sikrer, at eleverne har forstået brugen og betydningen af begrebet. Dette kan bl.a. gøres ved tvungne timeouter eller spørgsmål under spillet, hvor eleverne skal forholde sig til den praktiske anvendelse af begrebet.

4. Undervisning

Fokusområde fysisk aktivitet og træning

Det er et centralt mål for faget, at eleverne opnår god fysisk kapacitet. Begrebet opfattes bredt, og således kan faktorer som f.eks. kondition, udholdenhed, styrke og eksplosivitet indgå i bedømmelsen af elevens fysiske kapacitet. Det vil være oplagt som en del af undervisningen at teste elevernes fysiske kapacitet inden for forskellige områder, da dette også er med til at give grundlaget for træningsprojektet i 3.g.

Da det ikke er muligt at opnå god fysisk kapacitet ved ét ugentligt idrætsmodul, er det oplagt at gøre eleverne opmærksomme på, at kun ved at øve sig ved siden af kan de forvente at opfylde denne del af de faglige mål. Det vil derfor være naturligt som en del af et forløb i idræt at give lektier for i form af f.eks. to gange ugentlig træning mellem de skemalagte idrætsmoduler.

Det er centralt for faget, at det tager udgangspunkt i kravet om alsidig bevægelse. Udgangspunktet er, at tilegnelsen af basale idrætslige færdigheder som f.eks. at løbe, kaste, springe, rotere, balance-

re, gribe, koordinere etc. sker gennem et alsidigt valg af idrætter. Eleverne skal opnå de grundlæggende færdigheder inden for de forskellige færdighedsområder.

De tre færdighedsområder defineres på følgende måde:

Boldspil – f.eks. fodbold, håndbold, basketball, volleyball, amerikansk fodbold, hockey, floorball, ultimate, cricket, softball samt alle former for basisboldspil

Musik og bevægelse – f.eks. dans, aerobic, rytmisk opvarmning, rytmisk gymnastik, ekspressive bevægelsesformer og improvisation

Klassiske og nye idrætter – f.eks. atletik, svømning, orienteringsløb, parkour, redskabsgymnastik, akrobatik, kampsport, skiløb, badminton, tennis, squash og golf.

Disse lister er ikke fuldstændige, men det fremgår, at boldspil indeholder holdboldspil, mens individuelle spil som tennis, squash, badminton og golf findes i kategorien klassiske og nye idrætter.

Eleven skal udvikle kropsbevidsthed, hvilket vil sige, at eleven bliver i stand til at analysere, beskrive og ændre bevægelsesmønstre. Der er med andre ord tale om en abstraktion af den praktiske idrætsudøvelse, hvor eleven med relevante fagudtryk er i stand til at reflektere over krop og bevægelse. Det er dog ikke abstraktionen, men ændringen af praksis, der er målet.

At indgå i forskellige typer af samarbejdsrelationer indebærer, at eleven er i stand til at skelne mellem, beskrive og tilpasse sig til forskellige samarbejdsrelationer (i f.eks. fodbold og pardans). Også her er der tale om en abstraktion af den praktiske idrætsudøvelse, men igen med det formål, at eleven skal kunne tilpasse sin adfærd til den pågældende samarbejdsrelation.

Da der kun i enkelte tilfælde afholdes rene teorilektioner, er det hensigtsmæssigt, at den nødvendige teori integreres i de praktiske idrætslektioner. Dette kan f.eks. gøres ved:

- korte teorioplæg i begyndelsen af timen
- pulstælling under korte ophold i aktiviteten
- tekniske og taktiske refleksioner i timeouter
- kort snak ud fra læst lektie knyttet til dagens lektion
- opsamlende snak om dagens/forløbets fokuspunkter i forbindelse med afsluttende udstrækning
- begrebsafklaring i vandpauser (forudsætter at eleverne har vandflasker med til timerne)
- laminerede ark med teoristof ved træningsstationer
- multiple-choice-test i slutningen af det sidste modul i et forløb
- teorispørgsmål som poster ved orienteringsløb.

Der skal være en klar progression hen imod træningsforløbet i 3.g. Her sker der en naturlig integration af teori og praktik, og der er et naturligt fokus på de kvantitative aspekter af faget. Det er således hensigten, at man i undervisningen ser idrætten dels som et formål i sig selv, hvor kroppen udfordrer, oplever og lærer, dels som et middel til at fremme indsigt og viden om betydningen for sundheden i bredeste forstand af en fysisk aktiv krop.

Skriftlighed

Læreplanens ordlyd om skriftlighed i faget er skærpet i forhold til den tidligere læreplan.

Der er dog ikke centralt tildelt elevtid til idræt C, så denne forhandles lokalt. Tildeles et hold ikke elevtid, vil det ikke være realistisk at opfylde læreplanens krav til skriftlige arbejdsformer.

I bilag 4 til stx-bekendtgørelsen om skriftlighed og skrivekompetencer står der, at alle fag kan anvende en del af uddannelsestiden til skriftlighed. I idræt betyder det, at der f.eks. kan arbejdes med log-bøger, bevægelsesbeskrivelser, sms-træningsdagbøger, powerpoint-præsentationer, skriftlig besvarelse af arbejdsspørgsmål etc., og at man ikke udelukkende skal forholde sig til det faglige indhold af sådanne skriftlige produkter, men også til formen.

5. Evaluering og karaktergivning

De faglige mål er grundlaget for den løbende og den afsluttende evaluering i faget. Det er derfor vigtigt, at man ved starten af hvert forløb gør klart for eleverne, hvad de faglige mål for det specifikke forløb er. Man kan evt. i idrætsfaggruppen i fællesskab udarbejde en skriftlig beskrivelse af målene for de forløb, som faggruppen underviser i.

Et af de faglige mål er, at eleverne opnår god fysisk kapacitet. Dette kan evalueres gennem fysiske test, og man har god fysisk kapacitet, hvis man opnår resultater, der er bedre end gennemsnittet for danskere med samme køn og alder.

I idræt C lægges der i evalueringen mest vægt på de praktiske færdigheder, men naturligvis også på elevens evne til at anvende fagudtryk og faglig viden i sin refleksion over egen og andres fysiske aktivitet.

Eleverne skal evalueres på baggrund af en helhedsvurdering. Det betyder i forhold til den praktiske del af faget, at man ved årskaracteren er nødt til at betragte elevens standpunkt i alle de discipliner inden for hvert af de tre færdighedsområder, der er blevet undervist i det pågældende år. I den samlede vurdering indgår desuden elevens evne til at arbejde med koblingen mellem fagets praktiske område og det teoretiske stof, der inddrages.

At der er tale om en helhedsvurdering betyder også, at en elev ikke behøver at være til 12 i alle tre færdighedsområder for at få 12 i årskaracter. Hvis helhedsindtrykket er en elev, der behersker alle tre færdighedsområder til et vist niveau og to af dem til højt niveau og i øvrigt opfylder de faglige mål, vil det være forsvarligt at give eleven 12, selv om en enkelt disciplin eller et enkelt område isoleret set kun var til f.eks. 7.

I 3.g indgår træningsprojektet som en væsentlig faktor i helhedsvurderingen, når årskaracteren fastlægges.

I modsætning til årskaracteren kan man vælge at lade terminskaractererne være et udtryk for standpunktet i det sidst gennemførte forløb.

Karakter	C-niveau
	Karakteren gives på baggrund af en helhedsvurdering under hensyntagen til, at det centrale i faget er den fysiske aktivitet
12	<p>Gives til en fagligt fremragende idrætselev, der med få uvæsentlige mangler:</p> <ul style="list-style-type: none"> • På højt gymnasialt niveau opfylder læreplanens krav om tekniske og taktiske færdigheder i udvalgte discipliner. • Udviser alsidighed jf. læreplanens faglige mål • På relevant og selvstændig vis anvender sin teoretiske viden om fysisk aktivitet og træning • Behersker fagets terminologi • Er i god fysisk form – hvilket defineres som overgennemsnittet for elever af samme alder og køn.
7	<p>Gives til en fagligt god idrætselev, der med en del mangler:</p> <ul style="list-style-type: none"> • På gymnasialt niveau opfylder læreplanens krav om tekniske og taktiske færdighed i udvalgte discipliner. • Udviser alsidighed jf. læreplanens krav • I rimelig grad anvender sin teoretiske viden om fysisk aktivitet og træning på egen praksis • Formår at anvende fagets terminologi med nogen usikkerhed • Er i rimelig god fysisk form
02	<p>Gives til en fagligt tilstrækkelig idrætselev, der med væsentlige mangler, men i minimumt acceptabel grad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Opfylder læreplanens krav om tekniske og taktiske færdigheder i udvalgte discipliner. • Udviser et minimum af alsidighed jf. læreplanens krav • Anvender sin teoretiske viden om fysisk aktivitet og træning på egen praksis. • Kan anvende de mest centrale begreber i fagets terminologi. • Er i mindre god fysisk form – hvilket defineres som en del under gennemsnittet for elever af samme alder og køn.