

Om Senter for Fysisk Aktiv Læring

Senter for Fysisk Aktiv Læring (SEFAL) er lokalisert ved Høgskulen på Vestlandet og har sidan 2018 tilbydd ei nasjonal kompetanseheving i fysisk aktiv læring (FAL). Målet er å kvalifisere lærarar sin kompetanse til pedagogisk fasilitering av fysisk aktivitet i teoretiske fag. Føremålet med kompetansehevinga er å fremme undervisningspraksis som tek vare på elevane sin faglege kunnskap og ferdigheit, samstundes som det vert lagt til rette for ein meir fysisk aktiv, praktisk og variert skulekvardag. SEFAL bygger på internasjonale og nasjonale forsking som har undersøkt elevane sin skuleprestasjon, trivsel og helsevariablar (Kolle et al., 2020; Resaland et al., 2015)

Kva er fysisk aktiv læring?

Fysisk Aktiv Læring (FAL) er ein undervisningsmetode som lærarar kan nytte i teoretiske fag som for eksempel matematikk, engelsk eller naturfag der elevane er fysisk aktive, medan dei lærer. FAL er eit samleomgrep for undervisning og læringsprosessar der elevane er i bevegelse og som representerer ein variasjon til stillesittande undervisning. FAL kan dermed utvide lærarane sitt didaktiske repertoar og bidra til elevane si læring ved at undervisninga vert meir praktisk, aktiv og variert.

Forskningsarbeid innan feltet tyder på at FAL kan fungere som variasjon i undervisninga ved å gjere faginnhaldet meir praktisk, engasjerande og sosialt. Slik kan FAL fremje elevane sin konsentrasjon, motivasjon og engasjement for faginnholdet. Samstundes gir den fysisk aktive undervisningsforma ein annan form for interaksjon, samarbeid og relasjon mellom lærar og elev, samt mellom elev og elev (Lerum et al., 2021; Mandelid et al., 2022). Resultata frå forskningsarbeidet tyder på at lærarar vert utfordra når dei skal tenke nytt om undervisning som inkluderer bevegelse. Likevel tyder det på at norske lærarar er vane med å tolke og forstå læreplanen – og ser på den nye læreplanen med rom for undervisningspraksis som er meir fysisk aktiv og praktisk (Chalkley et al., 2022; Mandelid et al., 2022; Schmidt et al., 2022). Samstundes, for å støtte norske lærarar til å tenke nytt om eigen undervisningspraksis som inkluderer bevegelse, krevst grundige utviklingsprosessar der lærarar får hjelp til planlegging og gjennomføring av undervisning (Daly-Smith et al., 2021; Teslo et al., 2023). Slik støtte kan gjerast ved hjelp av; 1) Ressursar som tilgang til aktivitetar og tips, 2) Fordelane med FAL, 3) Skape heilskuletilnærmingar til utvikling (Daly-Smith et al., 2021).

Konkrete innspel

1) Utvikle kompetanse blant utdanna lærarar og i lærarutdanninga

Når vi omtalar FAL som ei undervisningsform, betyr det at moglegheiter er avhengig av gode skjønnsvurderingar som er sett i kontekst av føremålet med undervisninga, relasjonar til elevar, og relasjonar mellom elevar. FAL kan vere ein mogleg undervisningsmetode for å støtte fysisk aktive, praktiske, sosiale og emosjonelle former for læring og undervisning. Likevel må slike moglegheiter sjåast i relasjon til samanheng mellom læreplan, kompetansemål, undervisningsmetodar og vurderingsformer. For å bidra til utvikling av kompetanse som kan støtte ei praktisk, aktiv og variert

læring, foreslår vi at alle kompetansetiltak bygger på samhandling mellom kvar enkelt skule og kompetansetilbydar. Kompetansetiltak for å stimulere til aktive og praktiske læringsformer kan vere:

- Utvikling av nasjonale kompetansepakkar for skular som vil arbeide med aktive og praktiske læringsformer.
- Forventing til kommunane om å prioritere kompetansetiltak innretta mot aktive og praktiske læringsformer.
- Utvikling av vidareutdanningstilbod innanfor Kompetanse for kvalitet eller andre ordningar.
- Stimulere til å utvikle kompetansetiltak innretta mot lærarutdanninga.
- Stimulere og bevisstgjere kompetansemiljø som planlegg skulebygg og uteområde om aktive og praktiske læringsformer.

På bakgrunn av vårt arbeid i SEFAL har vi erfaring med å trekke inn skulen og lærarane med i utvikling av kompetansetilbod. Å byggje inn ei slik tilnærming i alle kompetansetiltak legg til rette for samskapingssprossar om kva behov, moglegheit og evne den enkelte skule har.

2) Bevegelse og fysisk aktivitet er ein del av praktisk læring.

Basert på vårt forskingsarbeid foreslår vi at fysisk aktivitet som inkluderer kropp, bevegelse og kognisjon, kan vere med å styrkje eleven si læring og motivasjon i fag. Fordi elevar har ulike føresetnadar for å lære og utvikle seg, kan undervisning leggjast opp med ulike inngangar og slik i større grad nå mangfaldet i elevgruppa. Likevel vil vi understreke at det er ikkje nokon motsetning mellom undervisning med tavle, reknebok, gruppearbeid og FAL, men at dei er moglege ressursar for metodar som kan nyttast for å støtte eleven si lærelyst og utvikling.

Basert på vårt arbeid, foreslår vi at bevegelse og fysisk aktivitet kan støtte ei meir aktiv, praktisk og variert undervisning. Vi rår til at det blir utvikla stimuleringsiltak innretta mot kompetansemiljø for å utvikle ressursar og læringsmateriale.



Signert, Mathias Brekke Mandelid

Dagleg leiar for Senter for Fysisk Aktiv Læring

Høgskulen på Vestlandet v/ Campus Sogndal

mathias.brekke.mandelid@hvl.no

41577710