

Ildræt og aktivitetsudvikling

Af Allan Skoven Pedersen

Dette er en elevtekst, der handler om at være og tænke kreativt, og hvordan du kan arbejde med aktivitetsudvikling i idrætsfaget og i andre sammenhænge.

Har du spillet fodbold eller basket i skolegården eller på multibanen, har du måske hørt nogle sige: "Det må man ikke, det siger reglerne"? Kan regler sige noget, og hvem er det der har bestemt de regler? Og vil de regler altid være det bedste for selve spillet i skolegården, eller kunne det være, at det var en god ide med andre regler i skolegården fremfor de officielle regler, der spilles efter i klubber og foreninger?

Når du i idrætsfaget arbejder med aktivitetsudvikling, arbejder du også med din identitet og udfordrer de kendte normer og regler, der findes. Hvorfor skal der være lige mange på et fodboldhold, hvis kampen bliver sjovere ved, at der er to mere på det ene hold, eller de har et ekstra eller et større mål at score i?

Vidste du?

Kreativitet kan trænes - ligesom man for eksempel kan træne sine muskler. Det er vigtigt at træne kreativ tænkning, da det er med til, at du kan tænke anderledes og mere fantasifuldt.

Hjernen er indrettet sådan, at den altid vil forsøge at spare på energien, og den vil derfor prøve at finde hurtige, velkendte løsninger. Hvis man gerne vil finde på helt nye og originale idéer, kan det derfor være smart at udfordre hjernen til at tænke i andre baner - selvom det måske kan være svært at komme i gang, og det til tider føles frustrerende.

Ved at udfordre din "normale tænkning" om hvordan aktiviteter skal se ud i idrætsfaget, giver du dig selv mulighed for og evner til at ændre på noget, hvor du og dine venner opnår noget bedre i forhold til den situation, som I var i. Du lærer at forholde dig kritisk, og vil i stedet jage den gode energi, der opstår, når man prøver at justere noget kendt, så det bliver fx bliver mere udfordrende, mere lige og inkluderende for alle eller noget helt tredje. Et eksempel kunne være, at I spiller basket efter de officielle regler, men at mange af deltagerne aldrig rammer op i kurven, fordi den er for højt oppe, eller fordi basketbolden er for tung.

Derfor tager I "Aktivitetshjulet" (se nedenfor) frem og kigger sammen på, hvilke ting I kan ændre på, så aktiviteten bliver sjovere og får mere energi. I bliver enige om, at I vil bruge en håndbold til at spille med i stedet for basketballen, og med den lille ændring kan alle være med, og I kan score mange flere mål, og spillet bliver derfor sjovere end før.

Indimellem vil du også opleve, at de ændringer, som du tænker vil være til det bedre, faktisk gør aktiviteten dårligere. Men det gør ingenting, da det netop er, når man IKKE lykkes, at man lærer en hel masse – og faktisk lærer man endnu mere, end når man lykkes.

Det har et hav af sidegevinster, hvis du kan tænke kreativt. Du lærer at samarbejde, konfliktløse, prøve ting af, præsentere, justere og ændre en aktivitet i troen på, at det bliver sjovere og bedre. Alt sammen egenskaber, der vil hjælpe dig i mødet med det moderne samfund, der er under konstant påvirkning af teknologi og digitalisering, og som kræver, at man kan omstille sig og ikke er bange for at ændre og prøve ting af.



Aktivitetshjulet

Refleksionsspørgsmål:

- Har du oplevet situationer i idræt eller i andre sammenhænge, hvor du har ændret på regler eller måden at være sammen om en aktivitet?
- Hvad kræver det af dig at arbejde med aktivitetsudvikling i idræt?
- Kan du forklare, hvad aktivitetsudvikling er?
- Hvorfor lærer man endnu mere, når man ikke lykkes med ens justering i aktivitetsudvikling, fremfor når man lykkes?
- Er der noget fra måden at tænke på i aktivitetsudvikling, som du kan tage med i andre fag eller opgaver?