

Notat

Danske Fysioterapeuter



Til: **Interessenter på børne- og ungeområdet**

Fysioterapeuter i folkeskolen kan kvalificere de 45 minutters bevægelse og indsatser over for børn med motoriske vanskeligheder

Folkeskolereformen indebærer, at eleverne skal deltage i motion og bevægelse i 45 minutter om dagen. Målet er at fremme elevernes læring, sundhed og motivation.

Fysioterapeuter kan bidrage til at nå dette mål. Dels ved at sikre kvalitet og rette intensitet i den daglige motion og bevægelse, dels ved at gennemføre målrettede indsatser over for børn med motoriske vanskeligheder.

Dato:
August 2015

E-mail:
sf@fysio.dk

Tlf. direkte:
+45 33 41 46 59

Udfordring 1:

Det er ikke lige meget, hvad eleverne laver i løbet af de 45 minutters daglig motion og bevægelse, som folkeskolereformen fastsætter. Det er fx ikke nok at bede eleverne løbe to gange rundt om skolen eller lunte lidt i skolegården. Timing, intensitet og kvalificeret supervision er afgørende, hvis man skal opnå de ønskede effekter.

Det fremgår af den nyeste forskning, at bevægelse med høj intensitet, som gennemføres umiddelbart efter en læringsaktivitet, giver en målbar effekt på indlæring efterfølgende.¹ Intensiteten skal være så høj, at børnene får pulsen op og sved på panden. Samtidig skal aktiviteten tilrettelægges, så alle børn – uanset motoriske evner – kan deltage og den skal udfordre børnene kognitivt.

Lærerne har ansvaret for at løse den samlede undervisningsopgave. Imidlertid har lærerne, bortset fra idrætslærerne, ikke de faglige forudsætninger for at sikre den rette kvalitet og intensitet i bevægelsesaktiviteterne. Det er ikke så overraskende, for det er ganske enkelt ikke i fokus i læreruddannelsen.

Udfordring 2:

Alt for mange børn har ved skolestart motoriske vanskeligheder. Fx har hvert tredje barn mindst ét motorisk problem, når de starter i skolen. Det vil sige, at

¹ Kilde: Jesper Lundbye-Jensen, lektor ved Institut for Idræt og Ernæring på Københavns Universitet og Prof. Dr. Nadja Schott, University of Stuttgart

de fx ikke kan kaste eller gribe en bold, løbe gadedrengeløb eller holde korrekt på en blyant. Hver tiende har mindst tre motoriske problemer og er derfor udfordret i særlig grad.²

Motoriske vanskeligheder skaber dårligere forudsætninger for læring.³ Samtidig kan motoriske vanskeligheder være starten en negativ spiral. Mindre fysisk aktive børn risikerer nemlig at blive ekskluderet fra lege og andre fysiske aktiviteter, hvilket kan gå ud over deres sundhed, motoriske evner, trivsel og selvværd.⁴

Jo tidligere, der sættes ind over for børn med motoriske vanskeligheder, jo bedre. Effekterne af at sætte ind med målrettede bevægelsesaktiviteter er nemlig størst på børnenes motorik og indlæring, når det sker i 0.-4. klassetrin.⁵

Løsning:

Fysioterapeuter kan kvalificere de obligatoriske 45 minutters motion og bevægelse i folkeskolen. Derudover kan fysioterapeuter opspore børn med motoriske vanskeligheder og hjælpe dem ved at tilbyde organiserede og målrettede motorikforløb.

Det sundhedsfaglige perspektiv mangler på folkeskolerne i dag. Fysioterapeuter kan bidrage med sundhedsfaglige kompetencer og viden om kroppen samt om træning, bevægelse og bevægekvalitet. Et tættere samarbejde mellem lærere, pædagoger og fysioterapeuter vil løfte værdien af det aktuelle fokus på motion og bevægelse i folkeskolen samt sikre en kobling mellem bevægelse og motorik til kognitive udfordringer, læring og leg.

De fysioterapeutiske kompetencer kan anvendes til at udvikle skolebørns grundlæggende motoriske færdigheder, så kroppens ABC kommer på plads. Kroppens ABC er træning af kroppen i at mestre de mest basale bevægelsesmønstre fx løb, hop, rulle, kaste og sparke, som grundlag for leg og sport.⁶ Fysioterapeuters viden om børns normale og abnormale udvikling samt den kropslige tilgang til læring kan udnyttes, så alle børn bliver inkluderet i motion og bevægelse. Endelig kan fysioterapeuter diagnosticere og behandle børn med særlige behov.

² Årsrapport for børn indskolet i skoleårene 2009/10 og 2010/11, Databasen Børns Sundhed, Statens Institut for Syddansk Universitet.

³ Der er begyndende evidens for sammenhængen mellem gode motoriske evner og en god fysisk form i relation til øget akademisk kunnen og præstation, jf. årsrapport for børn indskolet i skoleårene 2009/10 og 2010/11, Databasen Børns Sundhed, Statens Institut for Syddansk Universitet.

⁴ Fx peger ny forskning på, at dårlig motorik og kondition i 8 års alderen disponerer for overvægt og stillesiddende adfærd som 16 årig, jf. arbejde udført af professor Dr. Nadja Schott ved University of Stuttgart

⁵ Lektor Heidi Klakk, Syddansk Universitet

⁶ Begrebet kroppens ABC stammer fra idrættens verden. Bogstaverne står for Agility, Balance og Coordination. Kroppens ABC er den generelle grundlære og udvikling af kroppens bevægeapparat. Kroppens ABC er ikke idrætsspecifik, men danner basis for al senere teknisk, taktisk og fysisk udvikling. Kilde: Aldersrelateret træning – for børn og unge, Danmarks Idræts-Forbund, 2011

Danske Fysioterapeuter anbefaler, at:

1. Samtlige folkeskoler får adgang til en fysioterapeut minimum 10 timer om ugen, som samarbejder med lærere og pædagoger om succesfuld implementering af de 45 minutters motion og bevægelse.

I det daglige skal fysioterapeuten fungere ude på den enkelte folkeskole og arbejde med grupper af børn, klassevis eller afdelingsvis. Derved bliver bevægelsesaktiviteterne relateret til og forankret i børnenes naturlige læringsmiljø. Samtidig bliver den fysioterapeutiske sparring og vejledning synlig og nemt tilgængelig, hvilket er afgørende for, at der kan skabes værdi i en travl hverdag.

Det tværfaglige samarbejde mellem lærerne og pædagogerne og fysioterapeuten skal udvikles og forankres, tilpasset den enkelte folkeskole. Der er specifikt behov for, at fysioterapeuten indgår i en samarbejdsrelation med idrætslærerne, som er involveret i arbejdet med bevægelse og motion allerede.

2. Alle kommuner inddrager fysioterapeuter til systematisk at opspore børn med motoriske vanskeligheder samt udvikle og gennemføre motorikforløb for alle børn i indskoling.

Fysioterapeuter skal medvirke til at screene børnenes motoriske færdigheder ved skolestart. Det skal ske som del af en helhedsorienteret og tværfaglig indsats, hvor fysioterapeuter samarbejder med indskolingsteamene på den enkelte skole samt kommunens Pædagogisk Psykologisk Rådgivning (PPR).

Fysioterapeuter skal desuden udvikle og gennemføre målrettede motorikforløb i indskoling. Motorikforløb er et tilbud til *alle* børn på 0.-1. klassetrin for at sikre, at kroppens ABC kommer på plads samtidig med den almindelige ABC. Fx i form af et 10 ugers forløb, hvor børnene i løbet af 2 lektioner om ugen udvikler og træner deres grundlæggende motoriske færdigheder, så som at klatre og kravle, svinge og balancere, slå kolbøtter og hinke. Fysioterapeuterne skal være i tæt dialog med de lærere og pædagoger, som er tilknyttet klassen, om den praktiske afvikling af motorikforløbene.

I kraft af, at fysioterapeuter varetager motorikforløb i indskoling, får de mulighed for at observere, hvilke børn der har brug for en yderligere motorisk træning. De børn, som viser sig at have særlige motoriske vanskeligheder skal, i tillæg til motorikforløbene, tilbydes supplerende motorisk træning ved fysioterapeuter. Den supplerede indsats tilrettelægges individuelt på baggrund af det enkelte barns problemer, og i tæt samarbejde med forældre og tilknyttede lærere og pædagoger.