

Fysisk aktivitet og sosial distinksjon

Idédugnad

Høgskolenettet for fysisk aktivitet I skolen

Reidar Säfvenbom

Forsvarets institutt

Norges idrettshøgskole

reidar.sefvenbom@nih.no

Den moderne ungdommen i det moderne samfunnet

- Kulturelle og strukturelle endringer skjer raskere og er mer omfattende enn noen gang
 - eksisterende tradisjoner og kulturelle mønstre har vanskeligere for å overleve
 - de unge løsrives fra eksisterende tradisjoner og kulturelle mønstre
 - løsrivelsen fører til en utarming av kollektive løsninger og større individualisering
 - enkeltmenneskets valg foretas på bakgrunn av egen refleksiv tilegnet viten, og ikke lenger på bakgrunn av kulturelle tradisjoner (gjelder ikke alle)

Den moderne ungdommen i det moderne samfunnet

- Den kulturelle løsrivelsen, individualiseringen og refleksiviteten gir i prinsippet unge mennesker mulighet til å sette sammen sin egen livsstil og identitet slik han eller hun selv ønsker.
- Dagens unge er de største ekspertene på den mye tiden fordi de ikke er en del av den gamle
- Globaliseringen gjør det mulig for ungdommer å plukke elementer fra hele verden når de skal sette sammen sine 'selv'.

MEN.....

- Den kulturelle frisettingen preger dagens unge på godt og vondt. I den moderne verden finnes mange muligheter, samtidig som en større usikkerhet føles og utvikles. Når det enkelte individ har et vell av muligheter, får det tilsvarende et større ansvar enn tidligere for å ”finne opp seg selv”
- Ungdom blir redde for å velge feil. De opplever at de samfunnsgitte utfordringene, de personlige utfordringene og de subjektivt opplevde handlingsalternativene ikke alltid harmonerer, og de opplever at veiledningen ikke lenger er til stede

Strukturendringer i samfunnet får konsekvenser for hvilke egenskaper unge mennesker utvikler.

- Erobrerne
 - Trives med kosmopolitt-tilværelsen der de i bruddet med tradisjon og kultur kan operere ut fra erfaringen om at verden konstrueres kontinuerlig
 - Utvikler seg og velger atferd ut fra den informasjon som foreligger
- De "marginaliserte"
 - Sliter med tvetydigheten, verdipluralisme og mangelen på rotfeste
 - Søker hele tiden etter nødhavner

Prosjekt *Fysisk aktivitet i skolen* må ikke bare ta stilling til hvem de vil henvende seg til. De må også være bevisst hvem de primært ikke henvender seg til.

Bevisstheten om hvem man søker styrer bevisstheten om hvordan man henvender seg.

Vi kan uansett ikke gjøre annet enn å påvirke den totale påvirkningen

Konklusjon:

Å påvirke den totale påvirkningen

- Barn og unge utvikler seg ikke særlig forskjellig fra de som var barn og unge for noen tiår tilbake, men den sosiale økologien har endret seg radikalt.
- Det fører til nye utfordringer for den enkelte. Det har blitt argumentert for at den moderne unge i større grad enn i tidligere samfunn ikke bare *kan*, men også *må* bestemme hva slags liv de skal velge.
- Underveis i denne prosessen er det mange både samfunnsgitte og personlige oppgaver som skal håndteres parallelt.
- Fremveksten av det moderne samfunn har ført til at flere og mer uforenlige krefter påvirker menneskets atferd og utvikling og den menneskelige utviklingsprosessen blir betraktet som et komplekst, livslangt og aktivt løp der sosial refleksjon, bearbeiding av selvmotsigende informasjon, forhandlinger og kompromisser står sentralt.

Å påvirke den totale påvirkningen

- For voksenpersoner som skal gå inn å assistere de unges utvikling og handlingsvalg synes det viktig å se at vi til slutt og sist kun er i stand til å bidra i den totale påvirkningsprosessen og at vi i liten grad er i stand til å fremtvinge en bestemt atferd og utvikling.



- Meningsfull aktivitet ut fra livsverden til den som er født i 1990 og ikke til far eller mor som er født i 1960

Vi er drittlei alle mulige kampanjer.

Det er ikke særlig kult å bli med på sånne

'slutt med det og by'n med det'- greier.

Det er jo bare nerder som er med på sånt.

Det er ikke særlig kult å ta imot tilbud fra frelsesarmeen.

Offside 2000 hørtes spennende ut, men jeg har liksom ikke tid til å drive å leke. Kanskje hvis det hadde vært mer 'kroppstrening', aerobics og slikt. Da hadde jeg sluppet å trene på helsestudio og da kunne jeg brukt mer penger på klær. Ja, da ville jeg kanskje tenkt på det som en mulighet.

- *Jeg har alltid hatt lyst til å stå på rulleskøyter.*
- *Vi har rulleskøyter.*
- *Jamen jeg kan ikke.*
- *Det er halve moroa.*
- *Jeg må i tilfelle ta et kurs først.*

Begreper

Vekt / kg

Aktivitet

Intensitet

Krav

Effekt

Effektiv trening

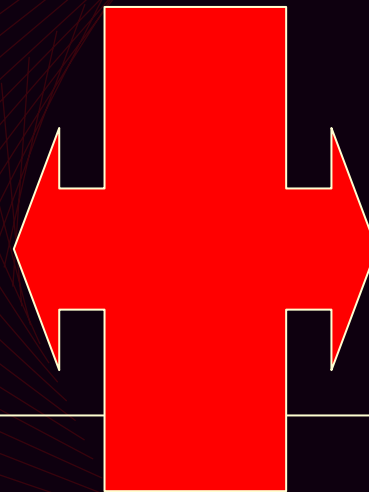
Ansvar for egen kropp

Overvåke

Måle

Beskrive

Forklare



Velvære

Livskvalitet

Glede

Rekreasjon

Meningsfylde

Opplevelse

Samhandling

Forstå

Tilrettelegge

Tillempe

Assistere

Hvordan skape varig endret atferd for bedre helse?


Den enkelte unge er motoren i sin egen utvikling

Ingen andre enn den unge selv kan endre den unges atferd – på sikt

Barn og unge kan både tenke og føle

- Når et barn eller en ungdom blir eksponert overfor en aktivitet må fokuset være på hvordan den unge vil oppleve en slik aktivitet og hvordan aktiviteten vil påvirke samspillet mellom **emosjonell utvikling, biologisk utvikling, kognitiv utvikling** før den til slutt eventuelt påvirker **ny atferd**.

Hva er det primære målet og hvordan skal vi nå det ?

- Motorikk
 - Styrke
 - Utholdenhet
 - Metode: **Mestring**
 - Basisvitenskap: **Naturvitenskap**
 - Iver
 - Trivsel
 - Indre motivasjon
 - Metode: **Sensitivitet og meningsfylde**
 - Basisvitenskap: **Samfunnsvitenskap og humaniora**
- 

Den pedagogiske utfordringen

- Den pedagogiske utfordringen er forankret i begrepene *sensitivitet* og *meningsfylde*.
- For at læreren, treneren, far eller mor skal kunne påvirke den unges interne forhandlinger om egen atferd, må det de tilbyr av samhandling på en eller annen måte passe inn i den unges verden av utfordringer.
- Budskapet som en matematikklærer, en turoperatør, eller en prest bringer til torgs for den enkelte unge, må være relevant i forhold til den totale situasjonen det enkelte individet er i.
- Budskapet, aktiviteten, verdiene, eller hva det måtte være, må passe inn i det totale puslespillet som den unge forsøker å få på plass. Biten som vi skal forsøke å selge inn hos den unge må passe i forhold til alle de andre bitene som ligger rundt.
- Bevegelsesaktivitet er også et sosialt fenomen

Forføringens kunst – pedagogens oppgave

- Det å bli forført inn i noe godt og meningsfylt er noe av det beste som finnes og noe som alle fortjener å få oppleve.
- En forførelse er en slags samhandling der vi etter hvert lar oss rive med på premisser som i utgangspunktet ikke nødvendigvis er ens egne.
- En god forføring er den hvor man etterpå faktisk kun ønsker en ting, nemlig å forføres igjen; på samme sted og samme vis. Man glemmer tid og rom og frigjør seg fra eventuelle restriksjoner, forpliktelser og mål.

Forføringens kunst – pedagogens oppgave

- *.....fjellene kunne ramlet ned rundt meg uten at jeg ville merket det. [...] Det eneste jeg var redd for var at skiene skulle ramle av og.....og at det hele bare var en drøm. Jeg husker jeg og Shaisda som føyk av gårde nedover på Hemsedal. Det var ordentlig..... Jeg har tenkt litt på det om jeg har opplevd noe sånt gjennom skole eller noe sånt noe, altså den følelsen, men nei, ikke i det hele tatt.*

Kongsberg vs. Fredrikstad

- *Frisk og aktiv* på Kongsberg:
 - Med O₂-opptak som mål
- *Glede i bevegelse* i Fredrikstad:
 - Med glede og glød som mål

