

Utdanning  
nr 12/2016  
s. 44

● Fysisk aktivitet

## Tiltaket fysisk aktivitet er ikke kroppsøving

Nylig hadde Aftenposten en artikkel om én time daglig fysisk aktivitet i skolen. Artikkelen viser at 89 prosent av folket er positive til dette. Også vi erkjenner de mange fordelene ved daglig fysisk aktivitet. Det problematiske ved denne artikkelen, og det meste av debatten om «mer gym i skolen», er at det skapes et inntrykk av at tiltaket fysisk aktivitet er synonymt med faget kroppsøving. Dette bygger på en feil tolkning av læreplan og lovverk.

Tiltaket fysisk aktivitet styres av et lovverk og omtales under paragraf 1-1a i forskrift til opplæringsloven. Her heter det blant annet at elevene skal ha jevnlig fysisk aktivitet «utanom kroppsøvingsfaget». I og med at tiltaket fysisk aktivitet skal ligge utenom kroppsøvingsfaget, er altså ikke tiltaket fysisk aktivitet synonymt med faget kroppsøving. Paragrafen sier også at reglene om individuell vurdering og reglene om krav til pedagogisk kompetanse for undervisningspersonale ikke gjelder for tiltaket fysisk aktivitet. Tiltaket skiller seg dermed fra kroppsøvingfaget, blant annet ved at elevene ikke skal vurderes og at de voksne

som skal lede aktiviteten kan være ufaglærte.

Fysisk aktivitet som tiltak har ingen læreplan og skal slik sett ikke bidra til målrettet læring. Kroppsøvingfaget derimot har en læreplan som sier hva elevene skal lære. Faget skal også, som alle andre fag i skolen, ha en lærer som tilrettelegger for læring og vurderer denne. I kroppsøvingfaget skal elevene lære både om kroppen og med kroppen. Med andre ord, i kroppsøving skal elevene være fysisk aktive, ikke kun for aktivitetens egen skyld, men for å lære.

I debatten om «mer gym i skolen» kan det virke som om helse (livsstilssykdommer) er svaret på hvorfor man skal bruke skoletiden til mer fysisk aktivitet. Det er godt dokumentert at fysisk aktivitet kan ha positiv innvirkning på livsstilssykdommer og helse. Men begrunnelsen blir problematisk når man i debatten ikke tydelig skiller mellom tiltaket fysisk aktivitet og faget kroppsøving. Inntrykket dette etterlater er at tiltaket og faget har synonyme begrunnelser, hvilket er feil. Kroppsøving er ikke et helsefag.



**Fysisk aktivitet som tiltak** har ingen læreplan og skal slik sett ikke bidra til målrettet læring, skriver innsenderne, som alle er ansatt ved Høgskolen i Hedmark.

ILL. FOTO TORBJELL TRÆDAL

I kroppsøving er målet at elevene skal lære både om kroppen og med kroppen, og at læringen skal føre til at elevene kan gjøre velbegrunnede livsvalg på mange områder, også knyttet til egen helse.

Svakheten i et resonnement fundamentert på at fysisk aktivitet = kroppsøving kan illustreres med følgende tankeeksperiment for norskfaget: Erstatt leseopplæringen i norsk med én time daglig bibliotek, tilrettelagt av en ufaglært voksen og

uten fokus på læring, vurdering. Ville 89 prosent av folket vært positive til det?

**Kjersti Mordal Moen**  
førsteamanuensis i kroppsøving  
**Vidar Hammer Brattli**  
Høgskolelektor i kroppsøving  
**Knut Westlie**  
Høgskolelektor i kroppsøving  
**Lars Bjørke**  
Høgskolelektor i kroppsøving