

# **Progression - Elevens faglige udvikling i idræt**

**Cathrine Illeborg, Morten Eriksen og Andreas Schiørring**

**November 2015**

## Indhold

|  |     |
|--|-----|
| Indledende overvejelser .....                          | 2   |
| Idrætsfagets didaktiske forankringer .....             | 2   |
| Kompetencetænkning i idræt.....                        | 3   |
| Eksempel på årsplanlægning i 1.g til 3.g.....          | 6   |
| Eksempler på progression de tre færdighedsområder..... | 6   |
| Færdighedsområde: boldspil.....                        | 7   |
| Færdighedsområde: musik og bevægelse .....             | 9   |
| Færdighedsområde: nye og klassiske idrætter .....      | 70  |
| Eksempler på andre mulige progressionsammenhænge.....  | 12  |
| SOLO-taksonomien i idræt.....                          | 166 |
| Eksemplificeret med et basketballforløb .....          | 199 |
| Planlægning og progression .....                       | 199 |

## Indledende overvejelser

Denne rapport er opstået på baggrund af *UVMs* udviklingsplan for gymnasieområdet. I planen fokuseres på udvikling af elevernes faglige kompetencer og studiekompetencer. Her er udfordringen *at styre og at målrette* elevens faglige progression igennem hele gymnasieforløbet.

Progressionstænkning har ikke tidligere været et prioriteret styringsredskab i planlægningsfasen for Idræt C. Denne rapport's formål er derfor at give inspiration og anbefalinger til, hvordan lærerne kan skabe progression i idrætsundervisningen til støtte for elevernes faglige udvikling. I forståelsesrammen er der fokus på den enkelte elevs læring gennem et 3-årigt undervisningsforløb i idræt. Grundideen er at vise, hvordan en tydelig progression i idrætsfaget kan medvirke til at give den enkelte elev viden om sin udviklingsproces og sit faglige standpunkt. Eleven skal trinvis kunne beherske større faglige udfordringer - "man skal kravle, før man kan gå".

Hvordan indtænkes progression og kompetencebegrebet i et idrætsforløb over 3 år, så læringsoplevelsen fra 1.g til 3.g bliver markant for eleverne? Denne rapport kommer med konkrete bud.

## Idrætsfagets didaktiske forankring

Inden rapporten snævres ind og kommer med konkrete anbefalinger på praksisniveau, er en skitsering af de primære udfordringer for idrætsfaget nødvendig. Det er gennem kommunikation, at lærere og elever mødes, og kommunikation er derfor en væsentlig forudsætning for, at undervisningens formål opnås. Læring opstår ikke alene som en transfer af viden fra et individ til et andet, og følgelig er undervisning og læring ikke det samme. Inspireret af Lars Qvortrup deler vi undervisningen op i kommunikation og læring. Dertil kommer den udfordring, at idræt primært er et aktivt, kropsligt fag med den fysiske aktivitet som det centrale, og at det verbale derfor kun er med til at sætte rammen,

mens meget af det faglige indhold formidles via den kropslige kommunikation og elevernes kropslige erfaringer.

Planlægningen af undervisning og initiativet i den faglige kommunikation, verbalt såvel som kropsligt, er primært forankret hos læreren, mens læring primært er op til eleven. John Hatties arbejde med *Visible learning* viser, at det er vigtigt, at læreren formidler de faglige mål. Formålet med undervisningen bliver synligt for eleverne og herved styrkes deres oplevelse af, at de indgår i en læringsituation. En masterafhandling fra SDU 2013 viste, at mange idrætselever ikke opfatter, at læring er målet med faget. I stedet opfatter de, at deltagelse i fysisk aktivitet, det vil sige at svede og røre sig, er målet med undervisningen. Denne rapport's mål er at sætte fokus på kompetenceudviklingen hos eleverne, så det bliver synligt for både idrætslærere og idrætselever, hvad de faglige mål er.

I forhold til planlægning af undervisningen er de faglige mål i den nuværende læreplan fra 2010 bundet af en inddeling af idrætsdisciplinerne i færdighedsområder. Denne inddeling har til hensigt at sikre, at eleverne opnår alsidige idrætslige kompetencer. Ulempen herved er, at der er kommet et ikke-intenderet fokus på, *hvad*, der skal undervises i, frem for hvilke kompetencer, eleven skal tilegne sig. Derfor foreslås hermed en eksplicit formulering af, hvilke kompetencer idrætselever skal opnå via idrætsundervisningen i gymnasieskolen. Med det formål, at progression i undervisningen fra 1.g til 3.g medtænkes og italesættes.

I forbindelse med planlægningen af undervisningen skal man være opmærksom på, at valget af en disciplin styrer hvilke muligheder, der er for disciplinvalg i de efterfølgende år. Tanken er, at der skal være progression i et og meget gerne flere af kompetenceområderne. I forhold til at bevare elevernes medindflydelse på valget af discipliner, kan det være en fordel at tilrettelægge det første år med forløb i basisfærdigheder.

## Kompetencetænkning i idræt

Med 2005-reformen blev handlekompetence det altoverskyggende dannelsesideal. ”Det er uddannelsessystemets opgave at tilvejebringe rammer for en undervisning, der udstyrer elever og studerende med kvalifikationer, kompetencer (red. faglige, almene, personlige og sociale) og kreative

ressourcer, der kan håndtere kompleksiteten i forhold til forandring og udvikling af samfundet” (Qvortrup, ”Det lærende samfund”, 2001, s. 90). Eleverne skal således ikke længere alene vide – de skal kunne handle på baggrund af deres viden.

I idræt er det centrale den fysiske aktivitet, hvilket betyder, at det er de kropslige og idrætslige kompetencer, der er i fokus, men det forekommer intuitivt rigtigt, at disse kompetencer ikke kan stå alene. I bogen ”Idrætsundervisning – en grundbog i idrætsdidaktik” (Museum Tusulanums Forlag 2008) argumenterer Helle Rønholdt for, at almen handlekompetence ikke alene opnås gennem erhvervelsen af kropslige og idrætslige kompetencer. Ud over disse kræves der også en række personlige og sociale kompetencer.

Det er desuden et mål, at eleverne selvstændigt både kan forholde sig til den viden (kropslig og kognitiv), de erhverver sig gennem undervisningen, og kan anvende den til selvstændig idrætslig aktivitet. Dermed er der behov for, at eleven også erhverver sig refleksive kompetencer i forhold til sin egen idrætslige aktivitet.

Da vi i det følgende har fokus alene på idrætsfaglige handlekompetencer, har vi valgt at arbejde med følgende fire idrætsfaglige kompetencer – kropslige, tekniske, taktiske og refleksive kompetencer.

I nedenstående skema præsenteres de fire centrale kompetenceområder i relation til den obligatoriske idrætsundervisning. Tanken er, at man skal arbejde med alle kompetenceområderne i hvert skoleår (1.g, 2.g og 3.g), samtidig med at man indtænker en progression i dem over de tre år. De kropslige, tekniske og taktiske kompetencer er knyttet til den praktiske udførelse, mens den refleksive kompetence ses som en overbygning på denne.

Det er vigtigt ikke at læse figuren, således at man laver tingene hver for sig. Det er tanken, at man naturligvis arbejder med flere af kompetencerne på en gang fx i et parkourforløb, hvor man arbejder med styrke, smidighed, koordination, eksplosivitet, funktionelle helkropsbevægelser, idrætsdisciplinens udtryk, samfundsvidenskabelig idrætsteori og individuel taktik.

## Idrætsfaglige kompetencer

I hvert skoleår arbejdes der med:

### Kropslige kompetencer

Fysisk kapacitet:

- Kondition/udholdenhed
- Styrke
- Smidighed
- Koordination
- Eksplosivitet/spændstighed

### Tekniske kompetencer

De tekniske færdigheder i specifikke idrætsdiscipliner har følgende spor:

- Krop-musik-koordination
- Krop-bold-koordination
- Funktionelle helkropsbevægelser<sup>1</sup>
- Idrætsdisciplinens udtryk<sup>2</sup>

### Taktiske kompetencer

Taktik er den planlagte fremgangsmåde i en tilpasset situation:

- Individuel taktik
- Nærtaktisk<sup>3</sup>
- Holdtaktisk
- Overføre taktik til ny sammenhæng

### Refleksive kompetencer

Teori-praktik-refleksion:

- Samfundsvidenskabelig idrætsteori
- Humanistisk idrætsteori
- Naturvidenskabelig idrætsteori
- IT-hjælpemidler til arbejde med kvalitet i bevægelser
- Disciplinspecifik teknisk og taktisk teori

<sup>1</sup> 1 Funktionelle helkropsbevægelser: Måltrettede sammensatte og komplekse bevægelser

<sup>2</sup> Idrætsdisciplinens udtryk: Det aspekt af idræt hvor det korrekte kropslige udtryk har betydning for disciplinens udførelse. Det kunne fx være i finter i fodbold, kropsholdningen i vals og grounding i capoeira

<sup>3</sup> Nærtaktisk: Den nærtaktiske kompetence kan der fx arbejdes med i pardans eller badminton mens den individuelle taktik fx kan trænes i 5 km løb, parkour, hip hop.

## Eksempel på årsplanlægning i 1.g til 3.g

Arbejdet med progression i årsplanlægning stiller krav til idrætslærerens overblik over elevernes samlede 3-årsplan. Det kan både af pædagogiske og planlægningsmæssige årsager anbefales, at man følger det samme hold elever over 3 år. Det giver mulighed for at følge eleverne tæt og på forhånd skitsere det samlede forløb, så det er overskueligt at indtænke progressions- og kompetenceplanlægningen.

I nedenstående skema ses et eksempel på, hvordan en enkelt treårsplan med progression i de tre længere forløb pr. år, kunne se ud (i 3.g er der naturligvis også træningsprojekt, hvilket dog ikke er med i skemaet for enkeltheds skyld). I kolonnerne ses 1.g, 2.g og 3.g, mens rækkerne er de forskellige perioder i skoleåret med hver sit forløb inden for færdighedsområderne. Det skal understreges, at der er tale om eksempler, og at der kan tænkes progression i det treårige forløb på mange andre måder. Det centrale er, at der er progression i de idrætsfaglige kompetencer.

| <b>3-årsplan</b>                 | <b>1.g</b>                      | <b>2.g</b>      | <b>3.g</b>          |
|----------------------------------|---------------------------------|-----------------|---------------------|
| <b>Boldspil</b>                  | <b>Boldbasis</b>                | <b>Ultimate</b> | <b>Flagfootball</b> |
| <b>Musik og bevægelse</b>        | <b>Gode bevægebyggesten</b>     | <b>Jive</b>     | <b>Musikvideoer</b> |
| <b>Nye og klassiske idrætter</b> | <b>Fra o-løb til geocaching</b> | <b>Atletik</b>  | <b>Parkour</b>      |

## Eksempler på progression i de tre færdighedsområder

I det følgende afsnit præsenteres eksempler på, hvordan man kan indtænke progression i kompetenceudvikling over tre år inden for de tre færdighedsområder (boldspil, nye og klassiske idrætter, samt musik og bevægelse). I eksemplerne er der lagt mest vægt på progression i de tekniske

og taktiske kompetencer, da det er her, de største udfordringer ved progressionsplanlægningen opstår. Når dette først er gjort, er fx progression i undervisningstilgange fra høj lærerstyring til lav lærerstyring lettere at indtænke. Progression i de refleksive kompetencer tænkes som rettet frem mod træningsprojektet, som er placeret i 3.g og som stiller krav til træning af de refleksive kompetencer i både 1.g og 2.g.

Nedenstående tre skemaer til de tre færdighedsområder skal forstås på følgende måde:

I rækkerne ses de fire kompetenceområder (kropslige, tekniske, taktiske og refleksive kompetencer), mens færdighedsområdet for 1.g, 2.g og 3.g vises i kolonnerne. I de enkelte felter er der en kort beskrivelse af fokus inden for færdighedsområdet. Længere nede i skemaet er der, ud for hvert kompetenceområde, en beskrivelse af, hvad der idrætsfagligt arbejdes med i forløbet, samt hvilke konkrete kompetencer fra det overordnede kompetenceskema, der er i spil (fremhævet med rødt).

På den måde bliver det muligt at benytte skemaet til at se, hvordan der i eksemplet arbejdes med progression i de forskellige kompetencer over tre år.

## Færdighedsområde: boldspil

I dette eksempel ses progression i forhold til især de tekniske, taktiske og refleksive kompetencer.

| Kompetencer over 3 år | 1.g<br>BOLDBASIS  | 2.g<br>ULTIMATE  | 3.g<br>FLAGFOOTBALL   |
|-----------------------|---|--|---|
| Kropslige kompetencer | <p>I forløbet arbejdes med:<br/>Kroppen tilvænnedes hensigtsmæssige bevægelser i boldspil.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:<br/>Kondition/Udholdenhed<br/>Ekspløsitet/spændstighed</b></p> | <p>I forløbet arbejdes med:<br/>Funktionelt løb på banen tilpasset ultimatespillet. Både korte spurter og almindeligt løb. Spillet udfordrer både anaerob og aerob kapacitet.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:<br/>Kondition/Udholdenhed<br/>Ekspløsitet/spændstighed</b></p> | <p>I forløbet arbejdes med:<br/>Funktionelt løb på banen tilpasset flagfootball, hvor bolden føres frem på banen. Både korte og lange spurter og almindeligt løb. Spillet udfordrer både anaerob og aerob kapacitet.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:<br/>Kondition/Udholdenhed<br/>Ekspløsitet/spændstighed</b></p> |



|                                      |   |  |  |
|--------------------------------------|---|--|--|
| <p><b>Tekniske kompetencer</b></p>   | <p><b>I forløbet arbejdes med:</b><br/>Udvikling af elevernes tekniske kompetencer i udførelse af konkrete kast, spark eller slag.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Krop-bold-koordination</b></p>  | <p><b>I forløbet arbejdes med:</b><br/>At udvikle elevernes tekniske kompetencer i forhold til at kaste og gribe disken samt timing af løb i forhold til diskens bane.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Krop-bold-koordination</b></p>   | <p><b>I forløbet arbejdes med:</b><br/>Tekniske færdigheder i flagfootball. Særlig kaste- og gribeteknik, løb med bold samt finter under løb med bold.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Krop-bold-koordination</b></p>   |
| <p><b>Taktiske kompetencer</b></p>   | <p><b>I forløbet arbejdes med:</b><br/>Der er fokus på elevernes spilforståelse. De skal udvikle taktisk forståelse for egen ageren såvel som hele holdets ageren.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Individuel-, nær- og holdtaktik</b></p> | <p><b>I forløbet arbejdes med:</b><br/>Elevernes taktiske forståelse fra 1.g-boldbasis udbygges i forhold til spillet ultimate. Der er igen egen taktik, taktik overfor nærmeste modstander og hele holdets taktik at udvikle på.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Individuel, nær- og holdtaktik</b><br/><b>Overføre taktik til ny sammenhæng</b></p> | <p><b>I forløbet arbejdes med:</b><br/>Flagfootball kræver forståelse for angrebs- og forsvarssituationen - både individuelt, nærtaktisk og holdtaktisk. Der kan overføres viden fra 1.- og 2.g og bygges ny forståelse på.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Individuel-, nær- og holdtaktik</b><br/><b>Overføre taktik til ny sammenhæng</b></p>              |
| <p><b>Refleksive kompetencer</b></p> | <p><b>I forløbet arbejdes med:</b><br/>Eleverne læser teori om spilhjulet, kønsroller i idræt og typificering af holdboldspil. Teorien bruges til analyse af praksis.</p>   | <p><b>I forløbet arbejdes med:</b><br/>Eleverne skal lære at analysere og rette deres teknik. Her anvendes programmet Coach's Eye eller Technique. Derudover fokuseres der på specifik viden om spillet ultimate - det særlige regelsæt, om teknik og taktik. Endvidere læses der teori om team-psykologi og praksisfællesskab på et hold.</p>                       | <p><b>I forløbet arbejdes med:</b><br/>Eleverne skal lære at analysere og rette deres teknik. Her anvendes programmet Coach's Eye eller Technique. Derudover læses kulturhistorisk om football og amerikanske traditioner, samt om basisviden om regler, taktik og teknik. Elevernes vidensfelt om teampsykologi udvides og tilpasses den konkrete praksis med football.</p> |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  | <b>Kompetencer fra oversigt:<br/>Samfundsvidenskabelig<br/>idrætsteori</b> | <b>Kompetencer fra oversigt:<br/>Humanistisk idrætsteori<br/>It-hjælpemidler til analyse af<br/>kvalitet i bevægelser<br/>Disciplinspecifik idrætsteori</b> | <b>Kompetencer fra oversigt:<br/>Samfundsvidenskabelig<br/>idrætsteori<br/>It-hjælpemidler til analyse af<br/>kvalitet i bevægelser.</b> |
|--|--|---|--|

## Færdighedsområde: musik og bevægelse

I dette eksempel er der fokus på progression i de taktiske og til dels de tekniske kompetencer. Et eksempel på progression i de reflektive kompetencer er, hvordan Labans bevægelseslære indgår i de tre år. I 1.g erhverver eleverne sig viden om Laban, i 2.g. er eleverne i stand til at analysere bevægelser ved hjælp af Laban, og i 3.g. er de i stand til at skabe egne bevægelsesudtryk med udgangspunkt i deres viden om Laban.

| <b>Kompetencer i forløb over 3 år<br/>MUSIK OG BEVÆGELSE</b> | <b>1.g<br/>Kroppen og det åbne<br/>danseunivers<br/>GODE BEVÆGELSESBYGGESTEN</b>   | <b>2.g<br/>Kroppen og det færdige<br/>danseunivers<br/>JIVE</b>  | <b>3.g<br/>At skabe et nyt danseunivers<br/>MUSIKVIDEOER</b>  |
|--|--|--|---|
| <b>Kropslige kompetencer</b>                                 | I forløbet arbejdes med:<br>Tilegnelse af<br>dansebevægelser<br>Gentagelsesprincippet<br>Udfordringer: balance,<br>smidighed og udholdenhed<br><b>Kompetencer fra oversigt:<br/>Kondition/Udholdenhed<br/>Smidighed<br/>Koordination</b> | I forløbet arbejdes med:<br>Jive-trin og kombinationer<br>trænes<br>Gentagelsesprincippet<br><b>Kompetencer fra oversigt:<br/>Kondition/Udholdenhed<br/>Koordination</b>                                 | I forløbet arbejder eleverne<br>selvstændigt med:<br>At træne egen koreografi<br><b>Kompetencer fra oversigt:<br/>Elevernes koreografiske valg<br/>styrer, hvilke kropslige<br/>kompetencer, der er i fokus</b>   |
| <b>Tekniske kompetencer</b>                                  | I forløbet arbejdes teknisk<br>med:<br>Specifik motorikudvikling<br>Sammensatte bevægelser<br>Bevægelsesflow<br>Timing – bevægelse og<br>musik<br>Lære koreografi<br><b>Kompetence fra oversigt:<br/>Krop-musik-koordination</b>         | I forløbet arbejdes med:<br>Grundtrin jive<br>Diverse variationer<br>Specifik motoriktræning<br>Del-helhed<br><b>Kompetencer fra oversigt:<br/>Krop-musik-koordination<br/>Idrætsdisciplinens udtryk</b> | I forløbet vælger eleverne<br>selv hvilke bevægelser, der<br>skal arbejdes med.<br>Fokuspunkter er:<br>Bevægelseskvalitet<br>Bevægelsesflow<br>Musikanalyse<br><b>Kompetencer fra oversigt:<br/>Krop-musik-koordination<br/>Idrætsdisciplinens udtryk</b> |

|                               |   |  |  |
|-------------------------------|---|--|--|
| <b>Taktiske kompetencer</b>   | <b>I forløbet arbejdes med:</b><br>Genkendelse af bevægelsestyper<br>Benævnelse af bevægelsestyper<br>Bevidsthed om egen rolle i koreografi<br><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br><b>Individuel taktik</b>   | <b>I forløbet arbejdes med:</b><br>Parvist samarbejde<br>Kombination af dansens mange elementer.<br>Roller i dansen<br><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br><b>Individuel taktik</b><br><b>Nærtaktisk kompetence</b><br><b>Overføre taktik til nye sammenhænge</b>  | <b>I forløbets gruppeproces er fokuspunkterne:</b><br>Bevidsthed om:<br>koreografiske valg/fravalg<br>Processtyring<br>Modtage vejledning<br><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br><b>Nærtaktisk kompetence</b><br><b>Holdtaktisk</b><br><b>Overføre taktik til nye sammenhænge</b>  |
| <b>Refleksive kompetencer</b> | <b>I forløbet arbejdes med:</b><br>Labans bevægelseslære<br>Terminologi<br>Fælles analyse af færdig koreografi<br>Fra praksis til teoriforståelse.<br><b>Kompetence fra oversigt:</b><br><b>Humanistisk idrætsteori</b><br><b>IT-hjælpemidler til arbejde med kvalitet i bevægelser</b> | <b>I forløbet arbejdes med:</b><br>Dans, historie og kultur<br>Perspektivering<br>Forforståelse<br>Anvendelse af Labans terminologi<br>Videoanalyse af dans – praksis/teori<br><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br><b>Humanistisk idrætsteori</b><br><b>Samfundsvidenskabelig idrætsteori</b><br><b>IT-hjælpemidler til arbejde med kvalitet i bevægelser</b><br><b>Disciplinspecifik teknisk og taktisk teori</b> | <b>I forløbet anvender eleverne selv Labans bevægelseslære og terminologi som styringsredskab i deres kreative proces med at udvikle egen koreografi.</b><br>Videoanalyse<br>Visninger og analyse<br>Fra teori til praksis<br><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br><b>Humanistisk idrætsteori</b><br><b>IT-hjælpemidler til analyse af kvalitet i bevægelser</b><br><b>Disciplinspecifik teknisk og taktisk teori</b> |

## Færdighedsområde: nye og klassiske idrætter

I dette eksempel findes der progression på især de kropslige, tekniske, og refleksive kompetencer over de 3 år, hvorimod der i de taktiske er mindre tydelig progression.

| <b>Kompetencer i forløb over 3 år<br/>NYE OG<br/>KLASSISKE</b> | <b>1.g<br/>FRA O-LØB<br/>TIL GEOCACHING</b>   | <b>2.g<br/>ATLETIK</b>   | <b>3.g<br/>PARKOUR</b>  |
|--|---|--|---|
| <b>Kropslige kompetencer</b>                                   | <p>I forløbet arbejdes med:<br/>Kroppen som maskine, kognitiv kontrol med høj puls.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Kondition/Udholdenhed</b><br/><b>Koordination</b></p>  | <p>I forløbet arbejdes med:<br/>Helkropsbevægelser - primært anaerobt arbejde</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Styrke</b><br/><b>Ekspløsitet/spændstighed</b><br/><b>Koordination</b></p>                | <p>I forløbet arbejdes med:<br/>Helkropsbevægelser med egen kropsvægt.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Kondition/Udholdenhed</b><br/><b>Styrke</b><br/><b>Ekspløsitet/spændstighed</b><br/><b>Koordination</b></p> |
| <b>Tekniske kompetencer</b>                                    | <p>I forløbet arbejdes teknisk med:<br/>Løb i ujævnt terræn, kortkendskab.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Funktionelle helkropsbevægelser</b></p>   | <p>I forløbet arbejdes teknisk med:<br/>Løb med specifikke færdigheder, træning af helkropsbevægelser og timing.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Funktionelle helkropsbevægelser</b></p>                | <p>I forløbet arbejdes teknisk med:<br/>Parkour moves, tekniske færdigheder.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Funktionelle helkropsbevægelser</b><br/><b>Idrætsdisciplinens udtryk</b></p>                          |
| <b>Taktiske kompetencer</b>                                    | <p>I forløbet arbejdes med:<br/>Disponering af den fysiske kapacitet i forhold til løb, strategiudvikling ud fra egne forcer i forhold til rute og kondition.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Individuel taktik</b><br/><b>Nærtaktisk (når der arbejdes i hold eller med modstander)</b></p> | <p>I forløbet arbejdes med:<br/>At disponere fysisk kapacitet i forhold til løb, spring og kast.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Individuel taktik</b><br/><b>Nærtaktisk og holdtaktisk(stafet)</b></p> | <p>I forløbet arbejdes med:<br/>At disponere fysisk kapacitet, at time egne bevægelser.</p> <p><b>Kompetencer fra oversigt:</b><br/><b>Individuel taktik</b></p>  |

|                               |   |   |   |
|-------------------------------|---|---|---|
| <b>Refleksive kompetencer</b> | <b>I forløbet arbejdes med:</b><br>Der er fokus på viden om arbejdsfysiologi og idrætsvaner. Der inddrages it-hjælpemidler (Geocaching). Der reflekteres over den subjektive oplevelse af idræt i naturen.<br><br><b>Kompetencer fra oversigten:</b><br><b>Naturvidenskabelig idrætsteori</b><br><b>Samfundsvidenskabelig idrætsteori</b><br><b>Humanistisk idrætsteori</b> | <b>I forløbet arbejdes med:</b><br>Der er fokus elevernes refleksion og udvikling af eget kropsbillede. Der anvendes Logger Pro til funktionel analyse af bevægelser.<br>Derudover arbejdes der med atletikkens historie, det anaerobe energisystem og fysiologisk teori om kroppens spændstighed.<br><br><b>Kompetencer fra oversigten:</b><br><b>Naturvidenskabelig idrætsteori</b><br><b>Samfundsvidenskabelig idrætsteori</b><br><b>IT-hjælpemidler til analyse af kvalitet i bevægelser</b><br><b>Disciplinspecifik teknisk og taktisk teori</b> | <b>I forløbet arbejdes med:</b><br>Der er fokus elevernes refleksion og udvikling af eget kropsbillede. Der anvendes Coach's Eye til funktionel analyse af bevægelser. I den forbindelse arbejdes der med funktionel fysiologi.<br>Derudover analyseres de nye idrætstilbud i det senmoderne samfund.<br><br><b>Kompetencer fra oversigten:</b><br><b>Naturvidenskabelig idrætsteori</b><br><b>Samfundsvidenskabelig idrætsteori</b><br><b>IT-hjælpemidler til analyse af kvalitet i bevægelser.</b><br><b>Disciplinspecifik teknisk og taktisk teori</b> |
|-------------------------------|---|---|---|

## Eksempler på andre mulige progressionssammenhænge

I det følgende afsnit beskrives en række eksempler på treårige forløb i de tre færdighedsområder, som de kunne se ud i "virkeligheden". Ideen er at vise nogle af de mange forskellige måder at indtænke progression i undervisningen på.

Eksemplerne er inden for de tre færdighedsområder, men man kunne også forestille sig, at man arbejder på tværs af færdighedsområderne. Det kunne fx være med progression i driblinger, hvor man arbejder med elevernes kompetencer i forløbene: fra stomp til basketball til håndbold.

Det er vigtigt at understrege, at der er rigtig mange forskellige måder at skabe progression på. Det vigtige er at sikre, at progression i de idrætsfaglige kompetencer indtænkes og synliggøres ikke bare i det enkelte forløb og år, men også i det treårige forløb.

**Progression i musik og bevægelse**

| 1.g   | 2.g  | 3.g                              | Progression   |
|---|--|----------------------------------|---|
| Opvarmningsprogram - rytmisk                              | Afrodans                                     | Bevægelsesdrama / performance    | Fra det individuelt taktiske mod det holdtaktiske i 3.g med performance i grupper. Teknisk progression fra det funktionelle fokus i 1.g til dansens udtryk i 2.g og 3.g. I 2.g introduceres Laban til fælles analyse af Afrodans. Selvstændig anvendelse af Labans koreografiske principper i 3.g.  |
| Krop og udtryk - basale dansebyggesten (bl.a. Labanteori) | Tango med dansens udtryk, teknik og historie | Moderne dans med egen koreografi | Teknisk progressionstanke i forhold til dansens udtryk. Taktisk progression fra individuel taktik til nærtaktik til holdtaktik. Refleksive kompetencer går fra styret anvendelse af it-hjælpemidler mod selvstændig analyse af kvalitet i bevægelser.   |
| Pardans   | Pardans                                      | Pardans                          | Med 3 forløb i pardans er teknisk progression åbenlys. Eleverne kan overføre mange elementer fra år til år fra fx cha cha cha til jive til tango i 3.g. Der er mulighed for at anlægge 3 forskellige refleksive vinkler – fx dans og puls i 1.g, musikanalyse/ tælling i 2.g og analyse af dansens kulturelle betydning i 3.g. Dansens udtryk er også i progression over de 3 år. |
| Step-aerobic  | Hip-Hop                                      | Stomp                            | 1.g-forløbets fokus på træningseffekt frem for æstetik afløses i 2.g af et stærkt udtryk i hip-hop-dansen, som i 3.g tages videre i selvstændigt koreografisk arbejde med lyd, bevægelse og udtryk Her er krop-musik-koordinationen dermed trænet i de to forrige forløb.   |

**Progression i boldspil**

| 1.g        | 2.g          | 3.g        | Progression   |
|------------|--------------|------------|---|
| Boldbasis  | Cricket      | Softball   | Teknisk progression i forhold til krop-bold-koordination med kaste-gribe, og siden hen batte (evt. også i boldbasis).<br>Taktisk progression fra det nærtaktiske til det holdtaktiske, samt ved at overføre taktik til en ny sammenhæng.  |
| Boldbasis  | Flagfootball | Rugby      | Teknisk progression i krop-bold-koordination. Taktisk progression fra det nærtaktiske til det holdtaktiske, samt ved at overføre taktik til en ny sammenhæng.<br>Kropslig progression i forhold til f.eks. kondition, eksplosivitet,  |
| Basketball | Håndbold     | Fodbold    | Teknisk progression i krop-bold-koordination i forhold til overordnet tema (fx finter og afslutninger). Taktisk progression i det individuelt taktiske og det nærtaktiske, samt ved at overføre taktik til en ny sammenhæng.<br>Kropslig progression i koordination og eksplosivitet. |
| Volleyball | Volleyball   | Volleyball | Med 3 forløb i pardans er teknisk progression åbenlys. Taktisk progression fra "stenalder til fremløb" og fokus på roller og specialisering. Kropslig progression i forhold til eksplosivitet/spændstighed og koordination  |

**Progression i nye og klassiske idrætter**

| 1.g       | 2.g                    | 3.g                  | Progression   |
|-----------|------------------------|----------------------|---|
| Akrobatik | Springgymnastik        | Parkour              | Progression i kropslige kompetencer, hvor fokus i starten vil være på basis kompetencer i kropsspænding f.eks. til mere funktionelle bevægelser i springgymnastik og til sidst et krav om større kreativitet i parkour i 3.g. Idrætsdisciplinens udtryk vil naturligt være indlejret i forløbene og en reflektiv samfundsvidenskabelig kobling oplagt med fokus på moderne idrætsvaner. |
| Badminton | Skumtennis             | Tennis               | Stor umiddelbar lighed mellem de valgte discipliner, men fokus på overførbare tekniske og taktiske færdigheder til nye områder. En reflektiv arbejdskravsanalyse oplagt.  |
| Svømning  | Svømning og livredning | Svømning og udspring | Mulighed for grundigt arbejde med svømmingens discipliner. Fokus både på udvikling af tekniske kompetencer og fysisk kapacitet. Fra at svømme til at anvende svømning i forbindelse med f.eks. livredning.  |
| Atletik   | Atletik                | Atletik              | Med 3 forløb i atletik vil teknisk progression i funktionelle helkropsbevægelser være åbenlys. Fra fokus på mere isolerede bevægelser i 1.g, f.eks. kun stemskriftet i spydkast med kort tilløb, til det samlede spydkast med fuldt tilløb. Herved også mulighed for progression i en f.eks. naturvidenskabelig reflektiv vinkel og brug af videooptagelse til analyserne.              |



## SOLO-taksonomien i idræt

Idrætslærere er en broget sammensætning af faglærte. Idrætsfaget dækker over alle 3 fakulteter, og idrætslærerne har ofte også et andet fag, som er med til at tone deres faglighed i idræt. Til de forskellige fakulteter findes der forskellige faglige traditioner og taksonomiforståelser, og i gymnasiet er den mest kendte efterhånden Blooms taksonomi. Blooms taksonomi anvendes også af idrætslærere, men et kritisk punkt her er, at Blooms taksonomi ensidigt fokuserer på kognitive læringsmål. Derfor er den svær at applicere i hverdagen på det obligatoriske idræt c-niveau, hvor omdrejningspunktet næsten udelukkende er den fysiske, kropslige aktivitet. Den giver typisk også idrætslærerne problemer i det tværfaglige samarbejde, som fx voveringer af SRP-opgave med naturvidenskabelige fag.

'Structure of learning outcome' (SOLO) er en anden meget anvendt taksonomi, og den tager udgangspunkt i en kognitiv forståelse, men i modsætning til Blooms taksonomi, så kan SOLO-taksonomiens niveauer formidles gennem tekst, håndtegn og symboler, hvorimod Bloom formidles gennem tekst alene. SOLO-taksonomien fokuserer på, hvad eleven gør og dermed hvilke kompetencer eleven har. Vi foreslår derfor en implementering af den nyere SOLO-taksonomi i formuleringen af faglige mål i forløbene og i italesættelsen af fagligheden i idræt.

SOLO-taksonomien er udviklet til at indfange kvaliteten af elevens læringsudbytte, og når man anvender SOLO-taksonomien, fokuserer man på kompleksiteten i strukturen af elevernes besvarelse. Dette stemmer godt overens med, at undervisning og læring ikke er det samme. Via de kropslige erfaringer, som undervisningen giver eleverne, kan man som idrætslærer vurdere det produkt, altså den måde eleverne anvender deres fornyede kropserfaringer. Dette har vi illustreret i nedenstående skema, men først en kort redegørelse for kompleksitetsniveauerne.

Elevernes indplacering på de forskellige trin afspejler læringsudbyttet, som det kommer til udtryk ved løsning af en bestemt opgave. De fem kompleksitetsniveauer er:

1. Præ-struktureret – Opgaven gribes ikke hensigtsmæssigt an
2. Uni-struktureret – Beherskelse af enkeltdele
3. Multistruktureret – Beherskelse af mangfoldighed
4. Relationelt – Beherskelse af overgribende sammenhænge
5. Abstrakt – Evnen til overskridelse og perspektivering

Opfyldelse af hvert niveau bygger på udviklingen inden for tre dimensioner:

1. Kapacitet: Antallet af videnselementer der indgår i besvarelsen – fx anvendelse af forskellige tekniske færdigheder i den samlede fremføring.
2. Relation: Hvilken sammenhæng der er mellem spørgsmål og svar og de anvendte elementer – fx i hvor stor grad opfyldes de faglige mål, som er opstillet for forløbet?
3. Konsistens og lukning: Henviser til behovet for en sammenhæng og for at lukke opgaven – hvordan udfører eleven opgaven, er der fx sammenhæng i bevægemønstrene, og på hvilken måde færdiggøres den enkelte bevægelse eller delement i den samlede udførelse?

Nedenfor er en skematisk fremstilling af eksempler på SOLO-taksonomien, hvor kompleksitetsniveauerne defineres yderligere i forhold til fagligheden i idræt. Skemaet tager udgangspunkt i den fysiske aktivitet koblet med den teoretiske refleksion, og der henvises til opdelingen i de forskellige kompetencer: kropslige, tekniske, taktiske samt refleksive kompetencer.

| SOLO  | Diagram inde i hovedet  | De fire kompetenceområder   |
|---|---|---|
| <p><b>Præ-struktureret</b><br/>Opgaven gribes ikke hensigtsmæssigt an.<br/>Eleven arbejder med irrelevante aspekter og/eller arbejder forkert med relevante aspekter<br/>Karakter: -3 og 00</p>                                       | <p style="text-align: center;">?</p>  | <p>Eleven er inaktiv eller udførelsen præges af tom performance – dvs. fysisk aktivitet uden et fagligt indhold.<br/>De teoretiske refleksioner er præget af hverdagsprog, og eleven viser ikke alsidighed.</p>   |
| <p><b>Uni-struktureret</b><br/>Beherskelse af enkeltdele.<br/>Læringsudbyttet viser enkle forbindelser, men uden registrering af væsentlighed.<br/>Karakter: 02</p>   |    | <p>Eleven evner enkle tekniske færdigheder på basalt niveau og kan kun indgå i helheden vha. tilfældig brug af disse færdigheder. Derfor mangelfuld deltagelse i helheden, da manglende kropslige-, tekniske- og/eller taktiske kompetencer lukker for deltagelsen.<br/>Enkelte centrale teoretiske refleksioner anvendes og eleven viser alsidighed på tilstrækkelig vis.</p>  |
| <p><b>Multistruktureret</b><br/>Beherskelse af mangfoldighed.<br/>Læringsudbyttet viser, at der skabes forbindelse, men at der mangler forståelse af den overordnede sammenhæng.<br/>Karakter: 4 eller 7</p>                          |   | <p>Eleven evner flere tekniske færdigheder og viser variationer af den enkle teknik. Eleven kan indgå i helheden vha. af færdighederne inkl. variationer. Eleven viser forståelse for taktiske kompetencer, men pga. de manglende kropslige-, tekniske- og/eller taktiske kompetencer drages der forkerte, forhastede konklusioner i den samlede udførelse.<br/>Centrale teoretiske refleksioner anvendes og kan generaliseres delvist. Eleven viser alsidighed på tilfredsstillende vis.</p> |
| <p><b>Relationelt</b><br/>Beherskelse af overgribende sammenhænge.<br/>Læringsudbyttet viser, at der skabes komplette forbindelser og syntese af disse i forhold til den overordnede sammenhæng.<br/>Karakter: 10</p>                 |  | <p>Eleven evner relevante tekniske færdigheder og bidrager til helhedsudførelsen og viser derved taktisk overblik. De kropslige kompetencer er ikke en begrænsning. Eleven er dog mangelfuld i forhold til progressionsammenhænge og anvendelse af generaliseringer.<br/>Centrale teoretiske refleksioner anvendes og kan generaliseres. Eleven viser alsidighed på fortrinlig vis.</p>   |
| <p><b>Abstrakt</b><br/>Evnen til overskridelse og perspektivering.<br/>Læringsudbyttet rækker ud over emnet og eleven drager paralleller til andre begreber – gennem generalisering, forudsigtelse og vurdering.<br/>Karakter: 12</p> |  | <p>Udvalgte tekniske færdigheder evnes på højt niveau. Eleven har fortrinlige kropslige og taktiske kompetencer og er alsidig i progressionsammenhænge og i anvendelse af generaliseringer.<br/>Centrale teoretiske refleksioner anvendes og generaliseres. Eleven viser alsidighed på fremragende vis.</p>   |

Tabel 1: SOLO og idræt. Indholdet i første kolonne er citeret fra Læringsmål og taksonomiske redskaber, Dafolo 2015

## Eksemplificeret med et basketballforløb

Nedenstående skema (Rubric-skema) er udskrivningen af SOLO-taksonomien i relation til specifikke idrætsfærdigheder. I rækkerne fremgår de taktiske og forskellige tekniske evalueringskriterier inden for basketballforløbet. Kolonnerne er formuleringer af, i hvor stor grad eleven opfylder de faglige mål.

### (Basketballforløb med fokus på basale tekniske og taktiske færdigheder)

|                             | Begyndelse   | Tilnærmelse til faglige mål   | Beherskelse af faglige mål  | Opnåelse/Overstigelse af faglige mål   |
|-----------------------------|--|---|---|--|
| <b>Dribling</b>             | <b>Sjældent</b> i stand til at kontrollere bolden og holde passende hastighed  | <b>Af og til</b> i stand til at kontrollere bolden og holde passende hastighed  | <b>Tit</b> i stand til at kontrollere bolden og holde passende hastighed  | <b>Oftest</b> i stand til at kontrollere bolden og holde passende hastighed  |
| <b>Aflevering</b>           | <b>Sjældent</b> i stand til at aflevere med kontrol i retning og fart  | <b>Af og til</b> i stand til at aflevere med kontrol i retning og fart  | <b>Tit</b> i stand til at aflevere med kontrol i retning og fart  | <b>Oftest</b> i stand til at aflevere med kontrol i retning og fart  |
| <b>Modtagning</b>           | <b>Sjældent</b> i stand til at komme i position til at modtage og kontrollere bolden   | <b>Af og til</b> i stand til at komme i position til at modtage og kontrollere bolden   | <b>Tit</b> i stand til at komme i position til at modtage og kontrollere bolden   | <b>Oftest</b> i stand til at komme i position til at modtage og kontrollere bolden   |
| <b>Taktiske kompetencer</b> | <b>Sjældent</b> i stand til at træffe korrekte valg i spilsituationer både individuelt og i forhold til med- og modspillere. | <b>Af og til</b> i stand til at træffe korrekte valg i spilsituationer både individuelt og i forhold til med- og modspillere. | <b>Tit</b> i stand til at træffe korrekte valg i spilsituationer både individuelt og i forhold til med- og modspillere. | <b>Oftest</b> i stand til at træffe korrekte valg i spilsituationer både individuelt og i forhold til med- og modspillere. |

## Planlægning og progression

I forhold til planlægning og progression giver SOLO-taksonomien også et værktøj. Graden af kompleksitet lægger op til en progression over årsværk, hvor lignende bevægemønstre, færdigheder eller teori identificeres og anvendes i nye sammenhænge. Det kan fx være en sammenligning af smashbevægelsen i badminton og skudafviklingen i håndbold, fx i forhold til anatomiske arbejdskrav eller tekniske og fysiske træningsøvelser. Andre eksempler kan være grundlæggende Laban-inspirerede øvelser i forhold til en analyse af en specifik dansestil som fx swingdance, eller det kan være en transfer af funktionelle helkropsbevægelser fra atletik til parkour. Inden for de taktiske kompetencer kunne det fx være en sammenligning af løbemønstre i ultimate i forhold til løbemønstre i flagfootball. Mulighederne er mange. Discipliner hænger sammen via udvalgte kompetenceområder

og ved at skabe progression imellem forløbene skabes en syntese på tværs af årsværk. Læringsudbyttet rækker ud over emnet, og eleverne kan drage paralleller fra færdigheder i de enkelte discipliner til udvikling af egentlige kompetencer.

For at komme med et mere uddybende eksempel kan vi fokusere på de tekniske kompetencer inden for krop-musik-koordination. Hvis man i 1. g arbejder med 'Kroppen og det åbne danseunivers' (se ovenstående tabel) så vil 1.g undervisningen være præget af en fortrinsvis lærerstyret tilgang, hvor elever præsenteres for og arbejder med sammensatte bevægelsesmønstre og genkendelse og benævnelse af bestemte bevægelsestyper. I 2.g vil undervisningen være domineret af specifikke koreografier fra forskellige dansestile, som kan kaldes 'Kroppen og det færdige danseunivers'. Her bygges bl.a. oven på de grundlæggende færdigheder fra 1.g, men der stilles større krav til den samlede helhed indenfor og imellem bestemte dansestile, fx mestring af forskellige tekniske færdigheder og kendskab til forskellen i kropsholding i engelsk vals over for den brasilianske capoeira. I 'At skabe et danseunivers' i 3.g kan eleverne udfordres til at udforme og udføre en egenproduceret danse-koreografi, hvor de blandt andet trækker på erhvervede kompetencer fra de foregående årsværk.

I forhold til de refleksive kompetencer lægger SOLO-taksonomien også op til, at eleverne via samfundsfaglig, humanistisk eller naturvidenskabelig idrætsteori skal kunne reflektere på mere og mere kvalificeret og nuanceret vis. Ovennævnte danseforløb kan fx kobles med en samfundsfaglig idrætshistorisk vinkel på ryggenes symbolik fra borgerskabets ranke ryg og bondestandens krumme ryg til nutidens stillesiddende krumme kontor-/computerryg. Herunder kan lægges en tydelig tværfakultær sundhedsdiskurs i undervisningen. Ligeledes kan forløbet i forhold til de tekniske kompetencer skabe en teori-praktik-refleksions- progression fra 1.g, hvor der lægges op til en grundlæggende subjektiv refleksion over udførelsen af basale færdigheder, mens der fx kan være større fokus på den samfundsfaglige historiske idrætsteori i forbindelse med de specifikke dansestile i 2.g. I 3.g skabes der forbindelse mellem elevernes valg af sammensatte dansebevægelser og det budskab, som de søger at formidle. Her trækker de på deres teoretiske viden om grundlæggende bevægelser, men også på den idrætshistoriske viden.

SOLO-taksonomiens 5 kompleksitetsniveauer kan altså anvendes i de enkelte forløb, men kan også anvendes i progressionstanken fra 1.g til 3.g. Undervisningen kan udvikle sig fra det lærerstyrede til det mere selvstændigt elevproducerede, og progressionstanken vil være tydelig inden for de 4 kompetenceområder.