

Læring i bevægelse

- af Martin Spang Olsen, cand. mag. og polyhistor

(Bragt i Politiken 11/2-15. Overskriften ændret til *Bevægelse gavner læring – kan bevægelse give bedre læring? Ja, men ikke som det pt. foregår*)

Under overskriften *Forsøg med Læring i Bevægelse* gennemførte Undervisningsministeriet (UVM) i 2013-14 en række forsøg, der bl.a. skulle afdække fysisk bevægelses gavnlige virkning på læring.

I sidste måned blev forskningsresultaterne så fremlagt, og de viser overraskende nok, at bevægelse tilsyneladende *ikke* har nogen signifikant effekt i forhold til forbedret læring. Det er selvfølgelig noget vrøvl, bevægelse *har* en effekt, men der var et par 'problemer' indbygget i *Læring i Bevægelse*, som var med til at forstyrre resultaterne.

For det første manglede en definition af, hvad man i det hele taget mente med 'bevægelse'. Som bekendt er forskellige fysiske aktiviteter designet til forskellige formål – fra kondi, sundhed, styrke, vægttab, osv. til personlig udvikling, smidighed, afspænding, leg, gruppedynamik, osv. At man *Læring i Bevægelse*-forsøgene skulle have undersøgt sammenhængen mellem bevægelse og læring *som sådan*, er derfor lidt af et postulat. Og interessant nok optrådte specifikt læringsfremmende fysisk udfoldelse overhovedet ikke blandt de undersøgte aktiviteter.

Problemerne stopper dog ikke her; Centerleder Lars Bo Andersen fra SDU, der varetog den naturvidenskabelige forskningsdel, havde påtaget sig opgaven at bevise en direkte sammenhæng mellem simpel muskelkontraktion og læring (fortolket som aktivitet i hjernens hippocampus). Men heller ikke her kunne man fremvise nogen signifikant sammenhæng. Det blev ved fremlæggelsen d. 16. januar undskyldt med, at skolerne ikke havde lavet de aftalte øvelser flittigt nok. Snarere er der dog tale om en selvmodsigelse i forsøgsopstillingen.

Det er nemlig næsten umulig at korrigere for de talrige andre faktorer – herunder især de sansestimuli - der er tilstede, *mens* man bevæger sig. Er det virkelig *kun* muskelkontraktionen - og ikke det afstressende, det behagelige, det vitaliserende, det sociale eller noget helt femte ved aktiviteten, man undersøger? Desuden har hippocampus mange andre funktioner end læring, hvilket er med til at gøre resultaterne upræcise.

Men selv *hvis* der havde kunnet påvises en sammenhæng mellem simpel muskelkontraktion og læring, ville man ikke være kommet et skridt videre i skolesammenhæng, for ingen har vel tænkt, at man skal sætte små børn på motionscykler i timevis for at forbedre deres læringsevne?

Heller ikke her stopper problemerne dog; for mens *Læring i Bevægelse* undlod at definere, hvad man mente med 'bevægelse' (og dermed undersøgte lidt i øst og vest), undlod man også at definere, hvad man mente med 'læring'. Og det er ikke så underligt, for ingen ved præcis, hvad læring vil sige, hvor det sidder, eller hvordan det fungerer.

Så mens man i laboratorieforsøgene benyttede aktivitet i hjernens hippocampus-område som succeskriterium (selvom det ikke nødvendigvis siger noget om læring), var omdrejningspunktet i øvrigt den såkaldte Flanker-test, der tester forsøgspersonernes

koncentrationsevne. Om personen kan associere, omsætte, forstå eller huske informationerne, kan den ikke sige noget om. Faktisk er den slet ikke egnet til at teste læring.

Men ak, heller ikke her stopper problemerne; *Læring i Bevægelse* tog sin titel helt bogstavelig og antog for givet, at den fysiske udfoldelse skal ske *samtidig* med den traditionelle indlæring. Ikke overraskende viste forsøgene heller ingen signifikant fordel ved at blande de to ting sammen. Det burde også være evident, at man ikke kan fordybe sig i både skolefag og motion samtidig uden at forstyrre begge processer.

Resultatet er blevet en række lukrative konsulentordninger for DGI og andre, der rejser rundt til de forvirrede lærere for at demonstrere, hvordan man blander bevægelseslege ind i undervisningen. Meget populært er det f.eks. at *hoppe* x og y, når man skal lave regnestykker. Motionen er dermed blevet et mål i sig selv – irrelevant, hvis ikke ligefrem fordummende, motion, der manipuleres ind i den konventionelle undervisning, som et aflad for de kedelige skolefag og den hendøende gymnastikundervisning. Og selvfølgelig ud fra tesen om, at bevægelsen ikke må tage tid fra den hellige, romerske dansk- og matematikundervisning.

Som de fleste har erfaret, *er* der imidlertid en klar sammenhæng mellem bevægelse og læring – om end ikke grunde, der indgik i undersøgelserne: Læring foregår som bekendt ikke gennem musklerne. Læring foregår gennem sanserne, og enhver styrkelse af sanserne gavner derfor læringsprocessen. Og da sanserne generelt styrkes af kropsarbejde, vil mange føle, at de lærer bedre, når kroppen holdes sund og bevægelig. Det må dog understreges, at traditionel motion og sport er den *langsomste* vej til læringsoptimering. Det er bevægelse med mest mulig sanseintegration og fordybelse, såsom teater-, kamp-, musik- og følelsesrelateret bevægelse, der gavner. Det er med andre ord ikke kvantiteten, men kvaliteten af bevægelsen, der er afgørende. Jo mere kompleks og sanseintegreret bevægelse, des bedre læring. Men den tilgang til bevægelse glimrede ved sit fravær i forsøgene.

Interessant nok taler de fleste varmt for en kvalitativ tilgang til bevægelse, når de bliver spurgt – også UVM. Men fordi viden og erfaring er så lidt udbredt på området, har ingen fra officiel side lyst at betræde de mere holistiske stier, hvor al gullet ligger. Og det er synd og skam, for de er betydeligt mere effektive end matematik-lege og hop på stedet. Heldigvis er efterspørgslen efter organisk, sanseintegreret bevægelse i stigning. Og det er jo glædeligt, om end det som så ofte i folkeskolen er to skridt tilbage og ét frem.

©MS02015