

Artikel

Tvungne løbeture rundt om skolen gør mere skade end gavn

Af Martin Spang Olsen

(Bragt i Information d.23/4-2014)

Den naturlige tilgang til børns bevægelse er enten glemt eller opgivet, og sund fornuft er skiftet ud med naturvidenskab

Ministeriet for Børn og Unge søsatte i 2012 det sympatiske projekt, 'Læring i Bevægelse', der ifølge hjemmesiden skal kortlægge, »hvordan og hvorfor bevægelse kan styrke processerne omkring børn og unges læring«.

Alt sammen udmærket og helt i tråd med den nye skolereform – men i praksis tæt på et postulat.

Som konsekvens af målsætningen forsøger en gruppe forskere at bevise, at simpel muskelkontraktion kan forbedre indlæringen. Det skulle man tro, var meget let, men det er det ikke. For hvad skyldes selve bevægelsen? Og hvad skyldes alle mulige andre faktorer knyttet til muskelarbejdet (sansoplevelser, sociale relationer, begejstring, nysgerrighed og så videre)?

Forsøget er med sin fremgangsmåde, hvor forsøgspersonerne bliver sat på motionscykler i aflukkede rum, symptomatisk for en generel tendens og naturvidenskabelig tilgang, der betragter mennesket som en maskine. En tilgang, der glemmer, at den første og vigtigste forudsætning for indlæring er selve sansningen – uden den, ingen kognition.

Skabt til bevægelse

Lederen af forsøget, Lars Bo Andersen, mener at have bevist, muskelkontraktion kan forbedre indlæringen: Muskelarbejde kan nemlig aflæses i hjernens Hippocampus-område, der har med kognition af gøre – og dermed gavner selve bevægelsen altså indlæringen.

Men hvor meget kan man egentlig bevise om bevægelse og indlæring på den måde? For det første har Hippocampus mange andre funktioner end kognition, og desuden er kognition, forstået som erkendelse, et sekundært fænomen i indlæringen.

Forsøget overser tilsyneladende også, at fysisk udfoldelse understøtter alle kroppens funktioner – der findes ikke den indre proces, som fysisk udfoldelse ikke gavner. Derfor er det ikke så mærkeligt, at Hippocampus lyser op, når vi bevæger os. Vi er skabt til at bevæge os, og mængden af bevægelse i vores liv er ofte proportional med vores trivsel.

Bevægelse og indlæring

Men selv om man godtager argumentet om, at simpel muskelkontraktion skaber bedre indlæring, er vi så blevet klogere på, hvordan vi bruger bevægelse i skolen? Nej, overhovedet ikke. Det bliver jo aldrig relevant for en skole at sætte børnene på motionscykler eller sende dem til vægttræning. Det afgørende er og bliver, hvordan man skal bevæge sig for at opnå bedst mulig indlæring, og ikke, om man overhovedet skal bevæge sig.

Men hvorfor så smide penge ud på forsøge at bevise noget, vi alle kan tænke os til?

Formentlig fordi argumentet for bevægelse i skolen ikke længere må være kroppens dannelse, en sund sjæl i et sundt legeme, sund kropsholdning, socialt samvær, vitalitet, kreativitet og velvære, som det endnu var i min barndom. Dengang sund fornuft og 3.000 års erfaring på området talte lige så meget som naturvidenskab.

I dag er fysisk udfoldelse – på lige fod med en række andre ting, vi er født med, så som god fordøjelse, yngelplejeinstinkt, søvn, sexlyst, indre ro – blevet noget, vi skal lære, og gerne ved hjælp af dyre eksperter og konsulenter. Den naturlige tilgang er enten glemt eller opgivet, og sund fornuft er skiftet ud med naturvidenskab.

Sansning er ikke kun fysisk

Et forskningsprojekt som 'Læring i Bevægelse' forsimpler, at fænomenet indlæring er enormt komplekst. Det er næsten umuligt at afgrænse, og det lader til at involvere meget store dele af vores bevidsthed. Traditionel forskning slår ikke længere til, og eksakt viden er næsten umulig at opnå.

Vi ved til gengæld med sikkerhed, at indlæring går gennem sanserne, så måske skulle man interessere sig lidt for dem? Her støder vi imidlertid også ind i et væld af spørgsmål, for sansning er ikke isoleret til de fysiske sanser. Selv med lukkede øjne kan se billeder, og selv uden lyde kan man forestille sig musik.

Forskere har aldrig villet røre ved de mere komplekse dele af vores bevidsthed. Derved vil de nemlig blive nødt til at forlade aksiomet om, at bevidstheden sidder i hovedet. Til trods for, at der aldrig er taget et billede af en tanke eller en følelse, hævder naturvidenskaben stadig, at begge dele sidder i hjernen.

I forhold til 'Læring i Bevægelse' er det desuden ikke tilstrækkeligt at påvise, at en bestemt aktivitet gavner indlæringen. Aktiviteten er nødt til at blive sammenlignet med utallige andre aktiviteter i utallige andre kontrolgrupper, før forsøget giver mening. At sammenligne en inaktiv gruppe med en gruppe, der laver Tai Chi, vil naturligvis vise, at Tai Chi gavner indlæringen (for alt virker bedre end ingenting). Men om Tai Chi gavner mere end eksempelvis synging, parkour, operasang, massage, dukketeater eller en powernap, ved vi intet om.

Proceduren i 'Læring i Bevægelse' har desuden været, at en række institutioner har kunnet byde ind med bevægelsesprojekter. Blandt dem har man så udvalgt og

Bevægelse og indlæring

sammenlignet de mest inspirerende for på den måde at undersøge, hvordan bevægelse påvirker indlæringen.

Men ret beset siger det vel kun noget om, hvordan de pågældende (ret tilfældige) forsøg har virket – ikke om hvordan bevægelse og indlæring generelt hænger sammen.

Mindre fastfood

Naturligvis skal børn bevæge sig mere. Men de skal ikke kun bevæge kroppen. Lyd, følelser og sanser skal også bevæges. De skal ikke bevæge sig kun for at blive slanke og gode til at lære – de skal bevæge sig organisk, naturligt, kreativt og harmonisk for at udvikle deres potentiale, blive glade, sansende og kreative voksne til gavn for både dem selv og verden. Tvungne løbeture rundt om skolen eller anden banal motion gør i den sammenhæng mere skade end gavn.

Hvis ikke børnene skal synke endnu længere ned i den markedsførte livsstil af fastfood, popmusik, computerspil, voldsfilm og stimulanser, som de allerede sidder til halsen i, skal de i gang med at bruge sanserne igen.

At forskning i simple muskelkontraktioner ikke gør nogen klogere i den sammenhæng, burde være indlysende. Her er brug for en helt ny tilgang, hvor kvalitative undersøgelser, erfaring og sund fornuft for en gangs skyld bliver kombineret. Verden er kompleks. Det er indlæring også.

Martin Spang Olsen er cand.mag. og polyhistor

©MSO-2014