

Et yogaeventyr

*Kreativ historieskrivning kombineret
med yoga og kropsbevidsthed*



Professionsessay af:

Matilde Savange Hansen (3032592)

Den Digitale Læreruddannelse

1. Semester

Undervisere:

Almen Dannelse og Digital Undervisning: Lars Holbæk Pedersen

Almen Undervisningskompetence: Iben Guldborg Hansen

Introduktion	2
Undersøgelsesspørgsmålets relevans for folkeskolen.....	3
Bevægelse i skolen.....	5
Undersøgelsesspørgsmålets relevans for fagene dansk og idræt.....	5
Planlægningen af undervisningen	6
Handlingsorienteret didaktik.....	6
Den didaktiske relationsmodel.....	7
Elevernes læringsforudsætninger.....	7
Rammefaktorer.....	8
Mål	8
Indhold	9
Læreprocesser	9
Observation	10
Observationsskema.....	10
Feedback og evaluering.....	12
Didaktisk analyse og lektionsplan.....	13
Refleksion over undersøgelsen	18
Konklusion.....	20
Bibliografi	21
Bilag 1 – yogaplakat	22
Bilag 2 – E-bog om forløbet.....	23

Introduktion

Vi lever i en praktisk verden, som vi, ifølge John Dewey, kun kan erkende gennem handling. Vi lærer ved at gøre (Brinkmann, 2017). Dewey tror også på, at den bedste læring sker, når vi ikke ved at vi lærer, hvilket eksempelvis kan være under leg. At kombinere undervisningen med leg, fantasi og kreativitet fremmer elevernes motivation, trivsel og kognitive indlæring (Bateson, 2013). Hvis stoffet er indvævet i historiske og sociale relationer, så kommer en mestring af stoffet til at medføre, at eleven hurtigere og mere effektivt vil kunne mestre andre stofområder. Dermed også sagt, at man lærer mere effektivt når stoffet indgår i en helhed og samtidig også har et socialt aspekt (Brinkmann, 2017). Dette er der selvfølgelig mange forskellige fortolkninger af og holdninger til, men det er blandt andre dette teoretiske syn min undersøgelse tager afsæt i. Med folkeskolereformen i 2014 kom også et øget fokus på idræt og bevægelse i skolen, både som en del af undervisningen og i andre dele af skolen. ”Når undervisningen er bedst, oplever eleverne en undervisning, der giver meningsfulde, sjove og lærerige oplevelser og erfaringer, der motiverer eleverne til mere idræt og bevægelse - også uden for skolen” (von Seelen, 2021). Der er dermed kommet mere fokus på at gøre idræt og bevægelse til en naturlig del af hverdagen for skoleelever, og skoler og lærere opfordres til at inkorporere bevægelse og idræt i den almindelige undervisning. Dette inspirerede mig til at formulere et undersøgelsesspørgsmål, der tog afsæt i et tværfagligt forløb, for netop at kombinere bevægelse og traditionel undervisning. En del af formålet for idrætsfaget lyder også, at eleverne skal have ”mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at udøve idræt og udvikle forudsætninger for at forstå betydningen af livslang fysisk udfoldelse” (EMU, 2020). For at understøtte dette formål bygger min undersøgelse bl.a. på principperne omkring playful learning, og det at inddragelse af leg og kreativitet i undervisningen kan bidrage til at skabe glæde og lyst til at udøve idræt. Jeg vil derudover anvende min viden omkring handlingsorienteret didaktik, den didaktiske relationsmodel og Freinets teori om ”det famlende eksperiment” og kombinere det med min yogalæreruddannelse til at skabe et tværfagligt forløb, der skal vække interesse og glæde ved idræt og en øget forståelse for historieskrivning. Derfor lyder mit undersøgelsesspørgsmål således:

Hvordan planlægges, gennemføres, evalueres og udvikles et tværfagligt forløb mellem engelsk og idræt hvor eleverne skal kombinere kreativ historieskrivning med yoga gennem instruktion via digitale værktøjer?

Undersøgelsesspørgsmålets relevans for folkeskolen

På trods af, at denne undersøgelse foregår på en international skole i Portugal, så er der stadig mange ligheder mellem værdierne for denne skole og for den danske folkeskole. Der har ikke været noget tidspunkt, hvor det har skabt udfordringer at planlægge denne undersøgelse ud fra den danske folkeskoles formålparagraf. Tværtimod har formålparagraffen kun understøttet den internationale skoles værdisæt og dannelsessyn yderligere.

Folkeskolens formålparagraf er delt op i tre, hvoraf det første lyder:

§ 1. Folkeskolen skal i samarbejde med forældrene give eleverne kundskaber og færdigheder, der: forbereder dem til videre uddannelse og giver dem lyst til at lære mere, gør dem fortrolige med dansk kultur og historie, giver dem forståelse for andre lande og kulturer, bidrager til deres forståelse for menneskets samspil med naturen og fremmer den enkelte elevs alsidige udvikling.

Særligt det at give eleverne lyst til at lære mere, håber jeg, at denne undersøgelse kan bidrage til. Princippet om playful learning og dermed den legende og eksperimenterende tilgang til emnet, er noget der forhåbentlig understøtter dette formål. Leg har både et motiverende og underholdende aspekt, men ydermere er det også gavnligt på lang sigt både kognitivt, socialt og fysisk (Bateson, 2013). Fortalere for inddragelse af leg i læringssituationer tæller mange store filosoffer og pædagogiske tænkere, såsom Platon, Freud, Rousseau, Kant og Dewey. Platon mener eksempelvis, at leg blandt børn er vigtigt for at udvikle sociale færdigheder som voksen, og Rousseau har udtalt, at leg i et naturligt miljø er med til at civilisere børn (Bateson, 2013). På trods af, at Freinet godt nok var direkte modstander af leg og mente, at børn kun leger når de ikke har mulighed for at arbejde, så går han ind for den eksperimenterende tilgang til undervisning. Han mener, at alle mennesker har et naturligt behov for at skabe, iværksætte og udvikle sig. Fremfor at lytte passivt og få forklaret, ses ”det famlende eksperiment” som den naturlige og universelle fremgangsmåde, samt det at give børn frihed til at finde deres egen retning (Freinet, 1998).

En af de måder, jeg planlægger at inddrage leg og motivere eleverne til at ville lære mere, er ved at lave en digital plakat i Easely med forskellige yogastillinger. Plakaten består både af stillinger børnene eventuelt kender i forvejen, nogle vi gennemgår sammen i den første lektion og også nogle

de ikke kender. Derudover vil jeg opmuntre dem til at ændre navnene og opfinde deres egne stillinger, så de passer bedre til den historie vi i fællesskab skriver. Slutteligt efterlader jeg også lidt plads i bunden af plakaten, til at de selv kan tegne og tilføje deres egne stillinger. Plakaten får de lov til at beholde med håbet om, at det er en de vil blive ved med at kigge på, videreudvikle og skabe flere historier ud fra på egen hånd.

Stk. 2. Folkeskolen skal udvikle arbejdsmetoder og skabe rammer for oplevelse, fordybelse og virkelyst, så eleverne udvikler erkendelse og fantasi og får tillid til egne muligheder og baggrund for at tage stilling og handle.

Stk. 2 i Folkeskolens formålsparagraf er særligt relevant for denne undersøgelse. At skabe gode rammer for fordybelse og virkelyst i et fag som idræt skal gerne ende ud i en naturlig glæde ved bevægelse og motion for eleverne, hvilket på lang sigt kan have afgørende betydning for deres sundhed og generelle trivsel. (Børne- og Undervisningsministeriet, 2020) Med dette forløb ønsker jeg at inspirere eleverne til at bevæge sig væk fra den, nogle gange meget fremherskende, forestilling om, at motion er noget der som en pligt må udføres. Jeg vil tale med dem om, hvad grunden er til, at vi bevæger os og dyrker yoga, hvordan de har det under og efter bevægelse og hvorfor det er vigtigt. Forløbet skal gerne vække en naturlig glæde og legende tilgang til bevægelse samt vise, at traditionel undervisning og bevægelse ikke nødvendigvis behøver at være to adskilte aktiviteter. For at bidrage til, at eleverne får tillid til egne muligheder, er der særligt fokus på, at de får friheden til at eksperimentere og lade fantasien flyde i dette forløb og at de får mulighed for at lære hinanden en stilling de måske selv har særligt godt styr på. Med det sagt er det også vigtigt for mig, at deres ideer dermed også bliver inddraget i det færdige produkt, så de kan se deres eget bidrag i resultatet og forhåbentlig får en følelse af, at have spillet en betydningsfuld rolle.

Stk. 3. Folkeskolen skal forberede eleverne til deltagelse, medansvar, rettigheder og pligter i et samfund med frihed og folkestyre. Skolens virke skal derfor være præget af åndsfrihed, ligeværd og demokrati.

Sidste del af Folkeskolens formålsparagraf vil jeg inddrage ved at fokusere på elevernes medansvar og deltagelse. Jeg vil lægge stor vægt på, at det er dem der har ansvaret for samt friheden til at skabe den yogahistorie, som vi alle skal udføre i den sidste lektion. Jeg vil naturligvis stilladsere forløbet og skabe rammerne i så vidt omfang som det er nødvendigt, men det er eleverne der har mulighed for at lade deres kreativitet få frit spil og have så stor indflydelse på slutproduktet som muligt. For at bidrage til oplevelsen af demokratiske processer og udfordre samt udvikle deres

samarbejdsfærdigheder, vil jeg i nogle situationer give dem valgmuligheder fremfor komplet frihed, hvorfra de skal nå til enighed.

Bevægelse i skolen

Ifølge Børne- og undervisningsministeriet har alle elever i folkeskolen krav på minimum 45 minutters fysisk aktivitet dagligt, for at understøtte læring, sundhed og trivsel og for at bidrage til at skabe en motiverende og varieret skoledag (EMU, 2021). Folkeskolereformen placerede bevægelse i skolen som et centralt politisk fokus (Børne- og Undervisningsministeriet, 2020). Formålet med dette er ikke blot at fremme sundhed for den enkelte elev, men også at understøtte læring i alle skolens fag. Der opfordres til at forsøge at implementere bevægelse ikke bare i idrætsfaget, men som en del af al fagundervisning, og til at få bevægelse til at være en del af den understøttende undervisning (Børne- og Undervisningsministeriet, 2020). Netop dette syn på bevægelse og motion i folkeskolen er også hvad der ligger til grund for dette undersøgelsesspørgsmål. Det er målet, at eleverne får en oplevelse af, at bevægelse og motion ikke behøves at være adskilt fra den øvrige undervisning. Derudover er det også et mål, at eleverne oplever, at de med deres kreativitet og fantasi kan have medindflydelse på hvordan undervisningen udformer sig. Dette er forhåbentlig med til yderligere at skabe en motiverende og varieret skoledag og en følelse af medansvar, demokrati og selvsikkerhed.

Undersøgelsesspørgsmålets relevans for fagene dansk og idræt

Jeg har valgt at tage udgangspunkt i faget dansk, på trods af at undervisningen sker på engelsk. Da undersøgelsen foregår på en international skole og engelsk derfor er deres hovedsprog, kan det bedst kan sidestilles med danskundervisning på en dansk skole. Et af kompetencemålene i faget dansk efter 4. klassetrin lyder: ”Eleven kan udtrykke sig i skrift, tale, lyd og billede i velkendte faglige situationer” (Undervisningsministeriet, 2021). Undersøgelse understøtter dette faglige mål ved, at eleverne først bliver præsenteret for et eksempel på en yogasekvens inkorporeret i en historie, hvorefter de selv skal skabe deres egen yogahistorie ved brug af deres kreativitet og viden om forskellig sprogbrug og fremstillingsformer kendetegnet ved historier og eventyr.

Under formålet for faget idræt står der bl.a., at ”Eleverne skal gennem alsidig idrætspraksis have mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at udøve idræt og udvikle forudsætninger for at forstå betydningen af livslang fysisk udfoldelse i samspil med natur, kultur og det samfund og den verden, de er en del af” (Undervisningsministeriet, 2021). Et af hovedformålene ved denne undersøgelse er

netop at skabe glæde, leg og kreativitet ved fysisk udfoldelse og gøre det til en naturlig del af livet og hverdagen. Ifølge Dewey er det vigtigt at erfare den værdi og mening en given praksis har i tilværelsen (Brinkmann, 2017), hvorfor det er vigtigt for mig også at tale med eleverne om grunden til at vi holder os fysisk aktive i hverdagen og betydningen af dette. Derudover taler denne undersøgelses formål også ind i færdigheds- og vidensmålene for idræt, hvilket under overemnet Sundhed og Trivsel bl.a. siger, at ”Eleven har viden om sammenhænge mellem fysisk aktivitet og trivsel” samt under emnet Dans og Udtryk at ”Eleven kan skabe forskelligartede kropslige udtryk med bevægelse” (Undervisningsministeriet, 2021). Yoga kan bl.a. gå ind under kategorien Kropsbasis, som har et færdighedsmål der hedder ”Eleven kan anvende kropsbevidsthed i bevægelser” (Undervisningsministeriet, 2021). Netop kropsbevidsthed er en stor del af det fysiske aspekt ved yoga, da stillingerne udføres via verbal instruktion og ved at spejle sig i læreren. Eleverne får udfordret og udforsket deres balance, styrke, koordination, fleksibilitet og mobilitet.

Planlægningen af undervisningen

Handlingsorienteret didaktik

”Didaktik omfatter det at skulle planlægge, gennemføre og evaluere forløb, der sigter mod, at en bestemt læring eller udvikling understøttes” (Andreasen, 2019).

Udover Hiim & Hipkes relationsmodel som er blevet brugt i undervisningsplanlægningen, har jeg valgt at tage udgangspunkt i handlingsorienteret didaktik. Det har jeg gjort, da jeg mener at den på flere måder passer rigtig godt til mit undervisningsforløb og den giver nogle gode redskaber og fokuspunkter som kan være med til at styrke og udvikle forløbet. Handlingsorienteret didaktik falder ind under det humanistiske åndsvidenskabelige syn (Hinge, 2016), hvilket også hænger godt sammen med relationsmodellen. Handlingsorienteret didaktik er ikke en decideret metode men mere et princip for undervisningsplanlægning og består af flere forskellige didaktiske retninger og teorier. Handlingsbegrebet knytter sig til undervisningens dannelsesintention og indebærer bl.a. at ”undervisningen skal uddanne til myndighed, selvbestemmelse og deltagelse i demokratiske processer.” (Bering Keiding, 2013). Dette gør den ved at lægge vægt på projektorientering, gruppearbejde, elevens selv- og medbestemmelse og et fokus på intellektuelle, æstetiske og sociale kundskaber. Det er bl.a. med dette syn at jeg vil sætte fokus på, at eleverne har mulighed for selv at vælge hvilke stillinger de vil have med i deres historie og også har mulighed for at opfinde deres

egne stillinger. Ved at opstille forskellige muligheder og lade dem vælge inden for denne ramme, vil jeg opfordre til den demokratiske proces og det, at de i fællesskab skal blive enige om de valg de træffer.

Johannes Langermann (1848-1923) formulerer handlingsorienteret didaktik således:

"Barnet *vil* ikke lære. Det vil derimod *handle*, skabe, og det netop i en form, der svarer til dets natur. Denne form er netop *legen*. *Lære* vil barnet kun, for så vidt det har brug for denne læring i legen" (Bering Keiding, 2013). Denne beskrivelse passer godt til mit undervisningsforløb, da jeg ønsker at skabe læring og forståelse for historieskrivning og yoga gennem leg og kreativitet.

Den didaktiske relationsmodel

Hiim & Hippe's didaktiske relationsmodel er kendetegnet ved en forestilling om, at alting hænger sammen og har indvirkning på hinanden (Krogh, 2016). Hiim og Hippe selv beskriver relationsmodellen som en model til kritisk analyse og forståelse af undervisning og læring, ud fra en bred, kritisk orienteret videnskabs- og didaktikopfattelse. (Hiim, 2007) Ifølge Hiim & Hippe indebærer al undervisning fundamentale værdivalg og etiske spørgsmål, hvorfor det ikke er uden betydning at gøre sig reflekterede overvejelser over hvilke didaktiske modeller og tilgange der passer til den givne undervisning. Den didaktiske relationsmodel hjælper til at give et overblik over, hvordan de forskellige faktorer hænger sammen og kan påvirke undervisningen. Modellen er delt op i fem kategorier:

Elevernes læringsforudsætninger

Elevernes læringsforudsætninger er i evig forandring og kan variere fra dag til dag, time til time og inden for forskellige fag og emner. Læringsforudsætninger består af en række faktorer som bl.a. indebærer elevens følelser og holdninger samt færdigheder og forståelse. Elevens egne interesser, viden og færdigheder fra tidligere, ressourcer og problemer i forhold til undervisning samt deres sociokulturelle baggrund hører også ind under deres individuelle læringsforudsætninger (Hiim, 2007). I forbindelse med denne undersøgelse var der desværre ikke tid nok til at få et indgående kendskab til elevernes læringsforudsætninger. Dog fik jeg en grundlæggende forståelse af elevernes generelle styrker, udfordringer og forhåndsviden under observationen og ved at tale med deres lærer. Der var bl.a. en elev med Down Syndrom der krævede ekstra støtte, nogle elever der havde udfordringer med at læse og skrive, samt nogle elever der allerede havde et godt kendskab til yoga, hvor andre elever havde meget lidt eller intet kendskab. At have denne viden inden jeg skulle udføre selve undervisningen, fik stor betydning for min undervisningsplanlægning, og gjorde at der var nogle ting jeg måtte ændre fra den oprindelige plan eller blot være ekstra opmærksom på.

Rammefaktorer

Rammefaktorer beskriver de givne forhold som både kan begrænse samt muliggøre læring. Det indebærer bl.a. den enkelte skoles love og regler, økonomi, udstyr og undervisningsmidler, tid til disposition samt læreren selv. (Hiim, 2007) Hvor manglende lokaler og hjælpemidler kan virke begrænsende i nogle situationer, kan det være af mindre betydning i andre. Hvad der defineres som gode rammefaktorer er meget afhængig af den aktuelle situation, men generelt kan gode rammer være med til at optimere undervisningen og læringsforløbet. Læreren selv samt dennes bevidstgørelse i forhold til egne forudsætninger er en særlig betydningsfuld rammefaktor (Hiim, 2007). I forhold til denne undersøgelse var der ikke de store krav til specifikke rammer, men der var det nødvendige. Skolen havde selv yogamåtter, et græsareal i skyggen som var væk fra larm og andre forstyrrelser, samt en flipover vi kunne skrive på. Andre rammefaktorer der spillede en rolle for denne undersøgelse, var bl.a. skolens meget alternative opbygning og tilgang til undervisning, hvor eleverne er inddelt i aldersgrupper af 3-6 år, 7-9 år og 10-12 år og derfor ikke har den traditionelle klasseopdeling. Da skolen også er relativt lille, betød det, at den gruppe jeg skulle undervise, var en gruppe på 10 drenge i alderen 7-9. Skolen har heller ikke klasseværelser eller et skema med fag som vi kender det fra den danske folkeskole. Størstedelen af undervisningen foregår udendørs og kun tre ud af fem dage beskæftiger de sig med de mere klassiske skolefag. Dette havde ikke den store betydning for denne undersøgelse, om noget virkede det kun understøttende, men det vanskeliggjorde observationen lidt, idet hele skolen øvede en kommende forestilling den dag jeg skulle observere, og jeg derfor ikke fik et tydeligt billede af min pågældende gruppes dynamik og forudsætninger. I forhold til mine egne forudsætninger for denne undersøgelse, så nød jeg at kunne få lov til at kombinere det at jeg både er yogalærer og lærerstuderende. Under min yogauddannelse gennemgik vi også børneyoga, men dette var første gang jeg rigtigt skulle undervise børneyoga. Derfor var jeg bevidst om, at nok var jeg uddannet yogalærer og har erfaring med at undervise i yoga, men at det helt sikkert ville blive udfordrende på en anden måde at undervise børn for første gang.

Mål

Målene hænger tæt sammen med undervisningens hensigt, intention og det udbytte, eleverne skal have af den (Hiim, 2007). Hiim & Hippes definition af målene reflekterer deres afstandtagen til det præskriptive aspekt i didaktikken fremfor det analyserende aspekt. De mener nemlig, at det kan være farligt at have mål der er alt for definerede og præciserede, eftersom nogle emner og færdigheder vanskeligt lader sig præcisere og konkludere. Eksempelvis er følelsesmæssige og

holdningsmæssige aspekter sværere at sætte mål for og vurdere, end de mere naturvidenskabelige emner. Dog er det stadig hensigtsmæssigt at klargøre retning og hensigt med undervisningen og læringen, men hvor graden af præcisering må tilpasses den aktuelle situation (Hiim, 2007). Til denne undersøgelse tog jeg udgangspunkt i udvalgte læringsmål fra dansk- og idrætsfaget og brugte disse til at planlægge undervisningen efter. Fra danskfaget er det bl.a. målet om, at eleverne kan udtrykke sig i skrift, tale, lyd og billede i velkendte faglige situationer at jeg har taget udgangspunkt i. Fra idrætsfaget er det bl.a. mål angående kropsbevidsthed, forskelligartede kropslige udtryk og viden om sammenhængen mellem fysisk aktivitet og trivsel (Undervisningsministeriet, 2021), som jeg har inddraget i planlægningen af forløbet.

Indhold

Dette punkt refererer til det, som undervisningen handler om og hænger tæt sammen med målene. Der må være balance mellem indhold som passer for eleverne, indhold som repræsenterer samfundets og skolens værdier, samt indholdsperspektiver som virker kritisk overskridende og bevidstgørende. Derudover mener Hiim & Hippe også, at det er vigtigt at eleverne har medindflydelse på indholdet, for at give dem en anledning til at afprøve egne værdier og ønsker i forhold til samfundets krav i et kritisk perspektiv (Hiim, 2007). Et mål med denne undersøgelse var, at indholdet var noget der byggede videre på elevernes eksisterende viden og færdigheder, da det tidsmæssigt og grundet eleverne alder ville blive for uoverskueligt at skulle introducere og arbejde med et komplet nyt emne. Jeg vidste at skolen allerede havde arbejdet lidt med historier og yoga, så jeg ønskede at bygge videre på dette. Det var også vigtigt for mig, at indholdet og målene med denne undersøgelse var noget der understøttede skolens værdier og dannelsessyn. I og med at det er en meget alternativ skovskole, så går de meget op i elevernes forståelse for og forbindelse til naturen, glæden ved bevægelse samt undervisning der understøtter elevernes medbestemmelse, individualitet og kreativitet. Dette er også værdier der ses i den danske folkeskoles formålsparagraf, hvorfor det ikke var vanskeligt at tænke ind i disse baner. Undersøgelsen havde dog unægteligt set noget anderledes ud i en dansk folkeskole.

Læreprocesser

Læreprocesser handler om, hvordan selve læringen skal foregå. Det er bestemmelse af arbejdsmåderne og hvad der forventes at eleverne skal gøre samt hvad læreren skal gøre. Nogle principper der er særligt aktuelle under dette punkt, er medbestemmelse, oplevelsesorientering og sammenhængen mellem teori og praksis (Hiim, 2007). Aspekter som medbestemmelse, samarbejde og aktiv deltagelse hænger også tæt sammen med de demokratiske værdier, som folkeskolens

formålsparagraf lægger vægt på. Oprindeligt var det planen, at eleverne skulle have haft større medindflydelse på denne undersøgelses planlægning og udformning, men grundet elevernes forudsætninger samt behov for støtte og struktur, var det nødvendigt at stilladsere forløbet mere end først planlagt. Det virkede dog til at være den rigtige beslutning, da jeg et par gange oplevede at et øjeblik med lidt friere rammer eller hvor de ikke havde overblik over situationen, fik dem til at miste fokus og engagement. Ved at holde opmærksomheden på det aktuelle punkt på dagsordenen var både deres fokus og motivation meget bedre.

Observation

Den dag jeg kom ud på skolen for at foretage min observation, var en dag hvor hele skolen øvede til en stor forestilling, de skulle fremføre ugen efter. Dette var selvfølgelig ikke en helt optimal situation for at observere den pågældende klasse i en almindelig undervisningssituation, hvorfor mit observationsskema derfor har mere fokus på rammefaktorer, det sociale miljø og elevernes koncentrationsevne. Selvom jeg ikke havde mulighed for at observere dem i en normal lektion, følte jeg stadig, at jeg fik et godt indblik i klassens sociale kompetencer, elevernes styrker og udfordringer samt de fysiske rammer vi ville have til rådighed til undersøgelsen. Jeg observerede som en ikke-deltagende, synlig observatør. Eftersom at jeg ankom imens eleverne var i gang med at øve, blev jeg ikke introduceret men placerede mig blot på en stol bagerst i rummet og iagttog. Dermed vidste eleverne ikke hvem jeg var, hvorfor jeg var der og hvad formålet var. Denne form for observation medvirker sandsynligvis, at eleverne agerer så naturligt som muligt, uden eventuelt at forsøge at ændre adfærd for at påvirke mig og min observation og holdning (Germeten, 2014). For at opnå denne effekt fuldstændig havde det dog været endnu mere optimalt, at jeg havde været en skjult observatør, men dette var ikke muligt i situationen.

Observationsskema

Observationsskema

Story Forest

Aljezur, Portugal

Hold 7-9-årige

Lærer: Angelina Farmer

	Meget godt	Godt	Ikke godt
Fysiske rammer	Kravene til de fysiske rammer for denne undersøgelse var ikke høje, men skolen havde alt hvad der var brug for. De havde egne yogamåtter, en flipover med skriveredskaber og et stille udendørsområde hvor vi kunne udføre undervisningen uden forstyrrelser.		
Læringsforudsætninger			I planlægningen af denne undersøgelse havde jeg forestillet mig at skulle undervise elever med grundlæggende basal viden omkring opbygning af eventyr samt skriftlig fremstilling. Gruppen jeg endte med, havde et rimeligt godt kendskab til yoga, men stort set intet ift. eventyr. De fleste elever havde udfordringer med at læse og skrive og havde svært ved at beskrive kendetegnene for et eventyr eller en historie. Pga. dette

			måtte jeg ændre lidt i planen.
Det sociale miljø	<p>Under observationen udviste eleverne virkelig god tålmodighed, koncentration og samarbejdsevner ifm. Gennemgangen af den forestående forestilling.</p> <p>En af eleverne har Down Syndrom og kunne til tider være en smule udadreagerende, hvilket dog slet ikke skabte konflikter. Det var tydeligt, at de andre elever kendte ham godt og udviste stor tolerance, hjælpsomhed og venskab. Jeg fik hurtigt fornemmelsen af, at det er en klasse med et stærkt sammenhold og fællesskab.</p>		

Feedback og evaluering

Feedback er et af de vigtigste redskaber til læring, men typen af feedback og den måde, den gives på, kan have meget forskellige virkninger. Studier viser, at den type feedback der har størst effekt, er informativ feedback om en opgave og om hvordan den kan løses mere effektivt. Ros, belønninger og straf har mindre effekt (Hattie, 2013). På baggrund af dette vil jeg i undersøgelsen fokusere på at bekræfte eleverne når de er på rette vej med opgaven, og dermed forsøge ikke udelukkende at rose, men også på konstruktiv vis at guide dem mod en endnu mere effektiv problemløsning samt

produktudvikling. Formålet med feedback og evaluering i denne kontekst er at øge elevernes motivation samt styrke deres selvtillid og tro på egne evner. Til slut vil vi i fællesskab evaluere på forløbet og tale om hvordan det gik, hvad der var godt, hvad der kunne forbedres til en anden gang og hvad vi kan bruge det til fremadrettet.

Didaktisk analyse og lektionsplan

Kort præsentation af forløbet

Med dette tværfaglige forløb ønsker jeg at kombinere kreativ historieskrivning fra danskfaget med bevægelse og kropsforståelse fra idrætsfaget. Undervisningen søger at udvikle og anvende elevernes fantasi og kreativitet til at skrive deres egen historie hvor diverse yogastillinger indgår, så historien til sidst kan læses op og stillingerne udføres efterhånden som de fremgår af historien. Dette forløb lægger vægt på playful learning, LEDD, projektorienteret gruppearbejde samt handlingsorienteret didaktik. Undersøgelsen har til formål at styrke elevernes kreativitet og fantasi samt forståelse for historieskrivning, deres glæde ved motion og bevægelse og viden om yogaens idræts- og sundhedsmæssige fordele.

Didaktisk kategori	Beskrivelse
Formål og læringsmål	<ul style="list-style-type: none"> - ”Eleverne skal gennem alsidig idrætspraksis have mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at udøve idræt og udvikle forudsætninger for at forstå betydningen af livslang fysisk udfoldelse i samspil med natur, kultur og det samfund og den verden, de er en del af.” - ”Eleven har viden om sammenhænge mellem fysisk aktivitet og trivsel.”

	<ul style="list-style-type: none"> - ”Eleven kan skabe forskelligartede kropslige udtryk med bevægelse.” - ”Eleven kan anvende kropsbevidsthed i bevægelser.” (EMU, 2020) - ”Eleven kan udtrykke sig i skrift, tale, lyd og billede i velkendte faglige situationer.” (Undervisningsministeriet, 2021)
Indhold	<p>Eleverne bliver først introduceret til forskellige yogastillinger og til formatet via en lærerstyret yogatime, som er integreret i en historie. Herefter skal de selv skabe deres egen yogafortælling. Til sidst læses historien op og yogastillingerne udføres efterhånden som de fremgår af fortællingen.</p>
Metoder	<p>Eleverne vil i samarbejde med hinanden og med mig arbejde med at få skabt en fortælling hvor der indgår yogastillinger. Der vil være en lærerstyret yogatime i første lektion for at introducere eleverne til yoga og til formatet, og derefter vil der være fælles dialog samt gruppearbejde. Forløbet ender med at eleverne får produceret deres egen historie, som til sidst udføres i fællesskab.</p>
Medier	<p>Eleverne præsenteres for de stillinger de kan vælge imellem via en plakat lavet digitalt i Easely, dog printet ud. Billeder af forløbet samt dele af historien sættes ind i en e-bog skabt i Book Creator.</p>
Elevforudsætninger	<p>Nogle af eleverne har et godt kendskab til yoga og nogle har mere begrænset viden. Derfor starter første lektion med at tale om hvad yoga er, samt en kort yogatime hvor de får prøvet nogle stillinger af og får kendskab til strukturen og til formatet som de selv skal arbejde i og videreudvikle. Eleverne har meget begrænset kendskab til eventyr/fortællinger og opbygningen samt karakteristika af disse.</p>

	Nogle af eleverne har udfordringer med at læse og skrive og en af eleverne har Down Syndrom samt svært ved at tale og forstå engelsk, og har derfor et større behov for støtte.
Tidsmæssig ramme	4 lektioner af 1 times varighed.
Evaluering og feedback	Eleverne vil modtage formativ feedback undervejs i forløbet med henblik på at videreudvikle produktet, øge deres motivation og styrke deres selvtillid. Til slut vil vi evaluere forløbet i fællesskab med fokus på hvad vi har lært, hvad der var godt, hvad der var svært, hvad der kunne gøres bedre til en anden gang og hvad vi kan bruge det til fremover.

Sekvens	Beskrivelse	Formål	Indhold	Aktivitet /undervisningsform U: underviser E: elever	Varighed
1	Præsentation af opgaven.	At eleverne får et grundlæggende kendskab til diverse yogastillinger og en forståelse, af hvad forløbet indebærer.	En plakat med billeder af diverse yogastillinger, en snak om deres for- viden og en kort yogatime.	Fælles samtale efterfulgt af lærerstyret yogatime samt slutteligt en snak om det videre forløb.	1 time.

2	Elevarbejde.	At eleverne påbegynder arbejdet med at skabe deres egen yogahistorie.	Gruppearbejde hvor eleverne udvælger diverse yogastillinger fra plakaten og får det inkorporeret i historien.	Gruppearbejde med råd og vejledning.	2 timer (dobbeltlektion)
3	Udførsel af produkt.	At eleverne lytter til historien og i fællesskab med hinanden og med mig udfører yogastillingerne som de dukker op i historien.	Historien læses op enten af en anden lærer eller af mig, mens alle udfører stillingerne.	Lærer og elever lytter til og udfører historien sammen.	1 time.

Refleksion før timen

Hvor er din plan mest sårbar overfor ændrede forudsætninger?	Hvad kan du gøre?
Eleverne er ikke så gamle (7-9 år) og har derfor, ifølge deres lærer, brug for lidt mere vejledning og struktur og lidt mindre frihed i historieskrivningen. Flere af eleverne har udfordringer med at skrive og læse.	Jeg forbereder mig ved at være klar til at give en mere fast ramme og struktur for historien, hvis jeg kan mærke, at det er nødvendigt. Samtidig forbereder jeg mig også på at kunne give mere frihed til fantasi og kreativitet, hvis jeg kan mærke at de godt kan rumme det. I

	stedet for at lade eleverne skrive historien ned, vælger jeg, at vi taler om det og jeg skriver stikord ned, for senere at kunne sætte historien sammen.
Da undersøgelsen foregår i sommerperioden, er der risiko for, at klassen ikke er lige så stor som normalt, og at de samme elever ikke er der hver dag.	Da klassen normalt kun består af 9 elever, forbereder jeg mig på, at gruppearbejde måske ikke bliver en mulighed alligevel. I stedet kan udformningen af historien foregå i samarbejde og dialog med hele gruppen.

Hvordan gik timen ift. det forventede?	Hvad ville mulige alternativer være?
Da mange elever allerede var taget på sommerferie, endte jeg med en gruppe på kun tre drenge. Der var dog mere end rigelig energi, kreativitet og engagement at arbejde med, så vi havde nogle rigtig gode lektioner på trods af det lille hold. Jeg droppede derfor også gruppearbejdet i udformningsfasen, og valgte i stedet at kreere historien i fællesskab. Jeg havde forberedt en flipover med referencer til de ting, som historien skulle indeholde - både for at give mig selv og eleverne en form for struktur, ramme og overblik - og så gennemgik vi punkterne og nåede i enighed frem til historiens plot, karakterer, mål osv.	Selvom decideret gruppearbejde ikke var en mulighed, så kunne jeg stadig have givet hver af dem et lille ansvarsområde som de kunne få 5-10 minutter til at arbejde på for sig selv, for derefter at sætte det ind i helheden. Det kunne f.eks. have været, at en af eleverne skulle finde på hvad hovedkarakterens mission i historien skulle være, en anden elev kunne have fundet på, hvordan historien skulle slutte, så vi alle endte op døde (eller på anden måde ende i Savasana/corpse pose), osv. Set i bagklogskabens lys havde jeg nok valgt denne fremgangsmåde, hvis jeg skulle gøre det igen, for at give eleverne endnu mere frihed og for at undgå, at nogle måske kunne føle, at de havde fået mindre indflydelse på historien end andre.

<p>Derudover valgte jeg i nogle situationer også, bl.a. grundet deres alder og vildskab i kreativitet, at stilladsere forløbet og opstille nogle valg fremfor at give 100% frihed. Dette skete bl.a. da jeg lod dem vælge temaet for historien ud fra 5 eksempler. Jeg fortalte, at de kunne vælge, at historien skulle foregå i skoven, i ørkenen, i zoologisk have, i havet eller i rummet. Efter at have snakket lidt om det, blev de enige om, at historien skulle foregå i havet. Flere gange undervejs i processen valgte jeg denne fremgangsmåde, når jeg kunne mærke at deres fantasi enten løb af sted med dem og de dermed bevægede sig for langt væk fra undervisningen, eller hvis de følte de var gået i stå pga. for stor frihed og for mange muligheder.</p>	<p>Det havde også været en mulighed at have en fast ramme for historien på plads, hvor eleverne blot skulle udskifte eksempelvis tema, hovedkarakter og nogle af dyrene. Dette havde muligvis gjort det mere overskueligt for dem, men det havde heller ikke udfordret deres egen fantasi og kreativitet i lige så høj grad. Ved et større hold eller endnu yngre børn, ville dette måske være den bedste fremgangsmåde.</p>
---	--

Refleksion over undersøgelsen

På trods af mange udfordringer i denne undersøgelse er jeg alt i alt rigtig godt tilfreds og føler, at jeg har lært rigtig meget. Oprindeligt havde jeg planlagt undersøgelsen med henblik på at skulle undervise en normal klassestørrelse af 15-25 elever og elever der både var lidt ældre og havde mere erfaring med historieskrivning og eventyreren. Grundet skolens størrelse og alternative opbygning, var dette desværre ikke muligt. Undersøgelsen blev også udskudt et par gange, bl.a. på grund af sygdom og restriktioner grundet Covid-19. Da undersøgelsen endte med at foregå i sommerperioden et par uger før elevernes officielle sommerferie, var mange elever allerede taget ud af skolen eller dukkede sporadisk op. Derfor endte jeg med en gruppe på kun tre drenge, hvoraf kun to af dem deltog i alle lektionerne. På grund af dette er jeg også glad for, at jeg alligevel ikke valgte

at lade hver af dem stå for en del af historien, men i stedet udforme den i fællesskab. Til en anden gang med et større hold og mere tid til rådighed, ville jeg dog holde fast i planen om gruppearbejde og mere uddelegering og stilladsering. Set i bakspejlet kunne jeg generelt også godt have haft en fastere struktur, da eleverne var meget energiske og ivrigt deltagende. Det var skønt at mærke deres motivation, men med et større hold havde jeg formentlig ikke kunne beholde samme frie og løse undervisningsform. Eleverne tog rigtig godt imod yogaplakaten og var meget interesserede i at afprøve alle stillingerne, omdøbe dem og tegne deres egne. Plakaten fungerede særligt godt til anden og tredje lektion, hvor eleven med Down Syndrom var med. De første 10-15 minutter af dobbeltlektionen gik med, at han med stor interesse pegede på hvilken stilling han gerne ville prøve, og så lavede vi den alle sammen i fællesskab. I tilfælde hvor jeg vidste, at en af de andre elever kendte stillingen godt, bad jeg ham om at vise den for de andre og rette dem hvis der var brug for det. På den måde blev eleven med Down Syndrom introduceret til de forskellige stillinger, på trods af at han næsten ikke talte engelsk, og de andre elever deltog og fremviste ivrigt de stillinger de kendte. Det var en situation som jeg slet ikke kunne have forberedt mig på eller planlagt, men som opstod i øjeblikket og som fungerede virkelig godt, både ift. at virke inkluderende og motiverende for den nye elev, samt styrke selvtilliden hos de andre elever og udfordre deres færdigheder og kompetencer. Ift. opfyldelsen af de videns- og færdighedsmål jeg havde inddraget i min didaktiske analyse og lektionsplan, så er jeg også tilfreds med udfaldet. De viste rigtig god kropsbevidsthed og kunne ændre på en stilling blot via verbal vejledning eller ved at spejle sig i mig og man kan i den grad sige, at der blev skabt forskelligartede udtryk med kropssprog og bevægelse. Også glæden og naturligheden ved bevægelse var tydelig at fornemme. Vi talte lidt om hvorfor det var godt at dyrke idræt og holde sig aktiv og hvordan man blev påvirket af det fysisk, mentalt og socialt. Til slut spurgte jeg dem hvorfor det er godt at dyrke idræt, herunder yoga, og en af eleverne svarede lynhurtigt: "Fordi man bliver stærk og smidig og sund og så lever man et langt liv". Ift. danskfagets læringsmål, så viste eleverne at de kunne udtrykke sig kreativt i tale, men vi fik ikke arbejdet med deres udtryk i skrift, billede eller lyd. Der var desværre heller ikke meget digital undervisning over dette forløb, udover at jeg selv lavede yogaplakaten i Easely og efterfølgende sammenfattede forløbet i en e-bog i Book Creator. Til en anden gang med mere tid, kunne man med fordel få eleverne til at arbejde i digitale værktøjer med at fremstille yogahistorien i enten en tegneserie, video eller e-bog.

Konklusion

Link til min DIGI-talk: <https://www.studietube.dk/video/6954465/196058299>

Bibliografi

- Bateson, P. M. (2013). *Play, playfulness, creativity and innovation*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Brinkmann, S. (2017, 37-107). Dewey om læring og erfaring. *Kvan: et tidsskrift for læreruddannelsen og folkeskolen*, pp. 43-53.
- Børne- og Undervisningsministeriet. (2020, 09 29). *Bekendtgørelse af lov om folkeskolen (LBK nr 1396 af 28/09/2020)*. Retrieved from Retsinformation: <https://www.retsinformation.dk/eli/lta/2020/1396>
- Børne- og Undervisningsministeriet. (2020, Marts 4). *Bevægelse*. Retrieved from www.uvm.dk: <https://www.uvm.dk/folkeskolen/laering-og-laeringsmiljoe/bevaegelse>
- EMU. (2020, Novemner 4). *Faghæfte - Fælles Mål, læseplan og vejledning*. Retrieved from emu.dk: <https://emu.dk/grundskole/idraet/faghaefte-faelles-maal-laeseplan-og-vejledning?b=t5-t18>
- EMU. (2021, Marts 16). *Bevægelse*. Retrieved from www.emu.dk: <https://emu.dk/grundskole/varieret-undervisning/bevaegelse>
- Freinet, C. (1998). Den rigtige løsning. In U. Liberg, *Pædagogiske tænkere: Et tekstudvalg* (pp. 169-184). København: Hans Reitzel .
- Germeten, S. &. (2014). Observation: at indtage klasseværelset med sine egne sanser. In M. &. Brekke, *Læreren som forsker: Indføring i forskningsarbejde i skolen* (pp. 121-137). Aarhus: Klim.
- Hattie, J. &. (2013). Styrken ved feedback. In R. A. m.fl., *Feedback og vurdering for læring* (pp. 13-42). Frederikshavn: Dafolo.
- Hiim, H. o. (2007). En kritisk-humanistisk didaktik knyttet til didaktisk relationstænkning. In H. &. Hiim, *Læring gennem oplevelse, forståelse og handling* (pp. 67-84). København: Gyldendal.
- Hinge, H. (2016). Anvendt videnskabsteori. In S. m. Tetler, *Pædagogik og lærerfaglighed* (p. Kapitel 19). København: Hans Reitzel.
- Oettingen, A. v. (2016). Skolens almene dannelse. In A. v. Oettingen, *Almen dannelse: dannelsesstandarder og fag* (pp. 11-35). København: Hans Reitzel.
- Undervisningsministeriet. (2021, Juni 25). *Fælles Mål*. Retrieved from [uvm.dk](http://www.uvm.dk): <https://www.uvm.dk/folkeskolen/fag-timetale-og-overgange/faelles-maal>
- von Seelen, J. S. (2021, Marts 17). *Idræt og bevægelse i skolen*. Retrieved from emu.dk: <https://emu.dk/grundskole/varieret-undervisning/bevaegelse/idraet-og-bevaegelse-i-skolen?b=t5-t1116-t1117>

Bilag 1 – yogaplakat

A yoga fairytale

Kids yoga at Story Forest School
Aljezur, Portugal

 Butterfly Pose	 Cat - Cow	 Downward Facing Dog	 Cobra/ Upward Facing Dog	 Dolphin Pose
 Camel Pose	 Rabbit Pose	 Crow Pose	 Pigeon Pose	 Child's Pose/ The Rock
 Mountain Pose	 Forward Fold	 Plank Pose	 Wheel Pose	 Shoulder Stand
 Bow Pose	 Bridge Pose	 Tree Pose	 Triangle Pose	 Locust Pose
 Warrior 1	 Warrior 2	 Warrior 3	 Goddess Pose	 Dancer Pose

A Yoga Fairytale

Story Forest
Aljezur, Portugal
July '21

"A flying chicken warrior's journey through the great ocean. Encountering slithering sea snakes, playful dolphins and friendly sharks. Befriending sword-waving pirates, chubby whales and flying fish. Battling a monstrous fire-breathing sea dragon and ending up at the bottom of the ocean"



Introducing the kids to yoga and the different poses through a yoga class told as a fairytale and a yoga poster



Experimenting with poses and brainstorming to create our own yoga fairytale



Renaming poses and inventing new ones



Performing the completed yoga fairytale

