

# Bevægelsesglæde



# Bevægelsesglæde

## Baggrund

KOSMOS har udviklet en bevægelsesdidaktisk model med udgangspunkt i Lise Kissmeyers fire glædestyper (Jagten på glæden – og det bedste talentliv, 2009) som vi kalder Bevægelsesglædemodellen. Bevægelsesglædemodellen kan sikre, at skolen/lærere/pædagoger bevidst arbejder med en varieret og alsidig tilgang i valg af bevægelsesaktiviteter, sådan at forskellige bevægelsesglædetyper stimuleres.

## Anvendelse

Bevægelsesglædemodellen anvendes som et didaktisk og pædagogisk redskab, der har til formål at sætte fokus på forskellige bevægelsesglædestyper før, under og/eller efter de bevægelsesaktiviteter der arbejdes med i skolen. Bevægelsesglædemodellen giver lærere/pædagoger og børnene mulighed for sammen at gå på jagt efter, hvilken bevægelsesglæde man som deltager oplever en given bevægelsesaktivitet. Nogle gange vil en bevægelsesaktivitet ved anvendelsen af bevægelsesglædemodellen blive målrettet mod en bestemt bevægelsesglæde. Andre gange kan én bevægelsesaktivitet blive til nye udgaver af sig selv, blot ved at man sætter fokus på en ny bevægelsesglæde. Nogle bevægelsesaktiviteter kan også opleves som et mix af to eller flere bevægelsesglæder, og hvor det er deltagerens oplevelse er, at bevægelsesaktiviteten gør, at bevægelsesglæderne/farverne flyder sammen.

## Forklaring

**Gul bevægelsesglæde** Den gule bevægelsesglæde opstår, når børn i en bevægelsesaktivitet glemmer alt andet omkring sig. Børn oplever at være fordybet i bevægelsesaktiviteten og der opstår en form for umiddelbar glæde ved det at bevæge sig og eksperimentere med deres kroppe og eks. de redskaber som der anvendes i bevægelsesaktiviteten (sjippetove, bolde, kridt, kegler mm.).

**Rød glæde** Den røde bevægelsesglæde opleves, når bevægelsesaktiviteten foregår i samværet med andre børn og voksne. Den røde bevægelsesglæde betyder, at man som deltager i bevægelsesaktiviteten er sammen om noget og der opstår et fællesskab, hvor man har den samme interesse i, at bevægelsesaktiviteten lykkes. Når den røde bevægelsesglæde er til stede i bevægelsesaktiviteten vil følelsen af at have en fælles identitet og det at høre til et sted være det som stimuleres.

**Grøn glæde** Den grønne bevægelsesglæde opstår, når bevægelsesaktiviteten har fokus på det at konkurrere enten med sig selv eller andre. I den grønne bevægelsesglæde oplever børn det at blive bedre og udvikle sig for til sidst mærke, at bevægelsesaktiviteten mestres. Et vigtigt redskab for at arbejde med den grønne bevægelsesglæde er at introducere deltagerne for "konkurrenceknappen", som et element, der kan skrues op og ned for i såvel den enkelte bevægelsesaktivitet som hos det enkelte barn/deltager.

**Blå glæde** Den blå bevægelsesglæde er til stede, når bevægelsesaktiviteten handler om det "at få noget" og/eller "at være noget". Den blå bevægelsesglæde skal forstås som glæden ved at blive anerkendt af andre børn/voksne i form af at føle sig set/hørt og/eller fremhævet i en bevægelsesaktivitet.

## Kontakt

Det nationale videncenter KOSMOS.  
Katrine Bertelsen [kber@ucsyd.dk](mailto:kber@ucsyd.dk)

## Redaktion og udvikling

Det nationale videncenter KOSMOS.  
Pia Paustian og Katrine Bertelsen [kber@ucsyd.dk](mailto:kber@ucsyd.dk)