



TrygFonden



DANSK SVØMMEUNION

Nye veje til svømmeundervisning i skolen

# Alle SKAL lære at SVØMME

Komprimerede  
skolesvømningforløb

**Udgiver:** Dansk Svømmeunion og TrygFonden

**Indhold udarbejdet af:**

Forsknings- og Innovationscenter for Idræt, Bevægelse og Læring,  
University College Lillebælt og Syddansk Universitet

Lise Sohl Jeppesen  
Lars Breum Christiansen  
Thomas Skovgaard

**Billedredaktion:** Tobias Marling, Dansk Svømmeunion

**Udgivet:** 2018

**ISBN:** 978-87-93704-07-7

**Fotos:** Michael Vienø, Henrik Majdal Kaarsholm,  
Jesper Westley, Colourbox. Forsidefoto: Michael Vienø

© Dansk Svømmeunion og TrygFonden



Vi skaber glæde og styrker trygheden der, hvor mennesker og vand mødes. Vi sætter fokus på vandkompetencer, så du kan redde dig selv og andre. Og vi hepper på alle Danmarks vandhunde - fra nybegynderne til dem, der jagter medaljer. Spring ud i det på [respektforvand.dk](http://respektforvand.dk)

# Komprimerede skolesvømningssforløb

## INDHOLD

- 05 Forord
- 06 Praxisudvikling, erfarings- og vidensopsamling
- 08 Undersøgelsesmetoder og dataindsamling
- 10 Indsigt 1:  
Planlægning og opstart af komprimeret svømmeundervisning
- 12 Indsigt 2:  
Indhold i det komprimerede forløb
- 14 Indsigt 3:  
Underviseren i det komprimerede forløb
- 17 Indsigt 4:  
Elevernes oplevelse af det komprimerede forløb
- 19 Indsigt 5:  
Elevernes udbytte af det komprimerede forløb
- 22 Opsamling og anbefalinger
- 25 Litteratur

Ambitionen er at skabe et bedre grundlag for, at alle børn opnår basale svømmefærdigheder tidligt i livet.



# FORORD

**Alle skal lære at svømme** er igangsat af Dansk Svømmeunion og TrygFonden. Projektet strækker sig over en godt treårig periode fra 2015 til 2018.

Forsknings- og Innovationscenter for Idræt, Bevægelse og Læring (FIIBL) har fungeret som udviklings- og evalueringspartner.

Et centralt projektmål er at udvikle ny viden, der kan understøtte landets kommuner og grundskoler i at levere endnu bedre indsatser på svømmeområdet, gerne så tidligt i det samlede skoleforløb som muligt. Den langsigtede ambition er, at Alle skal lære at svømme bidrager til at øge andelen af børn og unge, der opfylder den nordiske definition på svømmeduelighed, der i sin korte form lyder: At kunne svømme 200 meter uden brug af hjælpemidler.

Denne rapport indgår i en serie på i alt 10 udgivelser (se bagsiden), som hver især belyser forskellige aspekter af Alle skal lære at svømme og grundskolens svømmeundervisning mere generelt. Udgivelserne er tilgængelige på [allesvømmer.dk](http://allesvømmer.dk).

Ambitionen er, at denne og de øvrige rapporter kan fungere som oplæg og inspiration til udvikling af grund-

skolens svømmeundervisning. I denne rapport er der særligt vægt på skolesvømning i komprimerede forløb.

Udviklings- og evalueringsaktiviteterne knyttet til Alle skal lære at svømme er forløbet som åbne processer med indlagte justeringer af undersøgelsesdesign og -produkter. Der har kontinuerligt været afprøvet og justeret undervisningsforløb på forskellige klassetrin og med varierende didaktiske tilgange. I de sammenhænge er der indsamlet en stor mængde empirisk materiale. Den løbende dialog med engagerede undervisere og ledere samt indsamlede erfaringer i forbindelse med fx rekruttering af kommuner og skoler, besøg hos involverede klasser og interviews med udvalgte elever, har i alle henseender stået centralt.

I alt har omkring 2000 elever, 60 undervisere, 30 skoler og 10 svømmeklubber fra 19 af landets kommuner bidraget til udviklings- og evalueringsdelen af Alle skal lære at svømme.

Der skal lyde en stor tak til alle projektdeltagere.

**God læselyst.**

# PRAKSISUDVIKLING, ERFARINGS- OG VIDENSOPSAMLING

Der er i løbet af projektperioden gennemført en række forløb med forskellige svømmeundervisningstilgange. Disse er udviklet og afprøvet af flere omgange og efterfølgende optimeret til færdige svømmeforløb.

I første del af skoleåret 2017/18 er der specifikt arbejdet videre med to af de udviklede tilgange til svømmeundervisning, *Eksperimentarium* og *Multisvøm*. Dels for at udarbejde *Materialesamling - Eksperimentarium* og *Multisvøm* (se mere herom på [allesvømmere.dk](http://allesvømmere.dk)), dels for endnu mere præcist at undersøge udbyttet af komprimerede undervisningsforløb, samt virkninger af at

rykke svømmeundervisningen til tidlige klassetrin, her 2. klasse.

Forløbene har haft sigte på at levere yderligere svar på nogle af projektets kernespørgsmål:

- Kan skolesvømmeundervisning gennemføres med relevante resultater på tidlige klassetrin (0.-3. klasse)?
- Kan skolesvømmeundervisning gennemføres med relevante resultater via komprimerede forløb (flere ugentlige lektioner i forløb af 1-6 ugers varighed)?

Fokus er her på det sidstnævnte spørgsmål.



## EKSPERIMENTARIUM

Svømmetilgangen Eksperimentarium tager bl.a. sit udspring i Langendorfer og Bruyas (1995) overvejelser vedrørende udvikling af basale kompetencer og færdigheder i forbindelse med vandtilvænnning, svømning, selvredning og livredning.

I *Moderne Svømning* (Bruun, Christiansen, Kirkegaard & Stormark, 2005) beskrives tre grundlæggende aktivitetsformer: gentagelse, konkurrence og eksperiment. Eksperimentet handler helt konkret om, at svømmerne udforsker, improviserer og afprøver sig selv og deres omgivelser for derved at opnå nye erfaringer og øget kropsbevidsthed. Undervisning gennem en eksperimenterende og legende tilgang har karakter af åbne opgaver, som inspirerer til deltagernes videre fortolkning og udvikling af svømmefærdigheder (Bruun mfl., 2005). Eksperimentarium som tilgang bidrager til at skabe brede kropslige kompetencer, som børn også kan have gavn af, når de får lært at svømme. Derudover antages det, at eleverne udvikler generel kropsforståelse- og bevidsthed i vand og dermed opnår færdigheder, der kan forebygge drukneulykker (Christiansen og Junggren, 2015). Tilgangen knytter an til de 13 selvredningstrin præsenteret af Christiansen (fornemmelse.dk), der kan betragtes som forudsætninger for videre udvikling af centrale grundfærdigheder; vejtrækning, balance, elementskift og bevægelse. Dette kan fungere som basis for at lære stilarartssvømning sidenhen. Læs mere om Eksperimentarium i "Nye veje til svømmeundervisning i skolen – Alle skal lære at svømme – Eksperimentarium" og "Nye veje til svømmeundervisning i skolen – Alle skal lære at svømme – Materialesamling: Eksperimentarium og Multisvøm".

## MULTISVØM

I Multisvøm møder eleverne en undervisning, der kombinerer de fire primære stilarter (crawl, rygcrawl, butterfly og brystsvømning). En sideløbende introduktion af alle stilarter giver eleverne mulighed for at fokusere på den/de stilar(t)er, de har det bedst med eller er mest interesseret i at lære. Hermed prioriteres variation, alsidighed og mangfoldighed i måden at tilgå svømmeundervisningen på. Forventningen er, at det fremmer transfer af færdigheder mellem de enkelte stilarter (Wilke & Daniel, 1996; Stallmann, 2011; Christiansen & Junggren, 2015). Eksempelvis er der en del ligheder mellem crawl og rygcrawl i ben- og armtaget, og der er flere ligheder mellem butterfly og brystsvømning i relation til rytmen mellem ben- og armtaget. Det forhold kan udnyttes ved at introducere stilarterne parallelt. Multisvøm udgør en allround tilgang til aktiviteter, som anvendes til at lære stilarter og tilgangen udvikler en bred vifte af generelle færdigheder, der er vigtige i fx selvredning, da ulykker i forbindelse med vandaktiviteter kan opstå på mange måder (Stallmann, 2011; Stallmann mfl., 2017). Læs mere om multisvøm i "Nye veje til svømmeundervisning i skolen – Alle skal lære at svømme – Multisvøm" og "Nye veje til svømmeundervisning i skolen – Alle skal lære at svømme – Materialesamling: Eksperimentarium og Multisvøm".

# UNDERSØGELSESMETODER OG DATAINDSAMLING

Indsigterne i denne rapport er baseret på flere forskellige typer af data. Det styrende formål har været at opbygge viden om underviseres veje til og rammer for at formidle deres undervisning samt vurdere elevernes svømmeduelighed og oplevelser af undervisningen.

## UNDERSVNINGSPERSPEKTIVET BLEV AFDÆKKET VIA:

- **Strukturerede opsamlingsnoter fra undervisningen med fokus på:** Undervisernes oplevelser af positive og negative forhold/processer i den pågældende lektion; Undervisernes vurdering af egen og medunderviseres præstation i den pågældende lektion; Graden af målopfyldelse i forhold til den udarbejdede lektionsplan; Undervisernes vurdering af elevernes udvikling og læreprocesser.
- **Underviserobservationer:** Observatøren, en medarbejder fra FIIBL, forholdte sig til undervisningens struktur, indhold og interaktioner mellem børn og voksne. Observationerne tog afsæt i et struktureret observationsskema, som tidligere er anvendt i undersøgelsen Svømning i den danske folkeskole (Skovgaard mfl., 2012). Hensigten med observationsskemaet er at skærpe observatørens fokus på undervisningens form, indhold samt undervisernes handlinger undervejs og i øvrigt gøre observationerne relativt håndterbare. Skemaet omfatter 10

overordnede kategorier - hver med en række indikatorer for vellykket undervisning (Meyer, 2005). Observatøren udarbejdede supplerende noter.

- **Underviserinterviews:** Gennemført midtvejs og ved afslutning af de enkelte forløb. Interviews blev gennemført af FIIBL-medarbejdere under anvendelse af en semistruktureret spørgeguide, der bl.a. kredsede om kvalitet og tegn på læring i svømmeundervisningen, indholds-vurdering af konkrete forløb, underviser-elev interaktion samt udvikling i elevernes svømmefærdigheder.
- **Lektionsplaner for de komprimerede forløb:** Disse er gennemgået og indgår som en del af baggrundsoplysningerne for de følgende *Indsigter*.

## ELEVERNES OPLEVELSER OG UDBYTTE AF SVØMMEUNDERVISNINGEN BLEV UNDERSØGT VIA:

- **Elevernes oplevelse af læring:** Det har været tilstræbt at få et indblik i, hvordan eleverne selv oplever og vurderer deres læring i svømmeundervisningen. Til det formål er der anvendt et evalueringsinstrument bestående af fire skalerede spørgsmål, der søger at afdække elevernes vurdering af: 1. I hvilken grad de lærer noget, 2. Om de føler sig godt tilpas i undervisningen, 3. Hvorvidt den måde, der undervises på, passer godt til dem samt 4. Deres egne forventninger til undervisningen. Instrumen-





tet udgør en modificeret version af den såkaldte Learning Rating Scale (Nissen, 2011; Nissen, Lemire og Andersen, 2014). Eleverne har udfyldt spørgeskemaet én gang i forbindelse med undervisningsforløbets afslutning, hvor de for hvert af de fire spørgsmål har markeret deres vurdering på en analog skala på 0-10 cm. Jo mere positiv vurdering, jo højere talværdi.

- **Elev-gruppeinterviews:** Gennemført i forbindelse med forløbets afslutning. Her blev anvendt en semistruktureret spørgeguide. Der blev i den sammenhæng sat fokus på elevernes oplevelse med svømmeundervisningen både fagligt og socialt. Der blev endvidere spurgt til aktiviteter, fordele og ulemper samt gode råd til forløbets videre udvikling.
- **Test af elevernes svømmeduelighed:** Eleverne gennemførte en svømmetest to gange i forløbet, hvor de blev bedt om at svømme så langt som de kunne på 15 minutter. Starttesten blev foretaget i forløbets anden lektion, og sluttesten blev foretaget i forløbets næstsidste lektion. Eleverne bestemte selv, hvordan de ville svømme. Svømmet distance blev noteret, ligesom det blev markeret, hvis eleverne gik på bunden, holdt længere pauser eller anvendte hjælpemidler som fx plade eller bælte. De samlede oplysninger blev anvendt til at vurdere, hvorvidt den enkelte elev var svømmeduelig.

- **Spørgeskema vedrørende elevernes svømmebaggrund:** Indeholdte spørgsmål vedrørende elevernes erfaringer med svømning, i foreningsregi og i fritiden, og generel brug af svømmehaller, havnebade, åbent vand o. lign. Skemaet skal ses som supplement til svømmetesten, og giver øget indsigt i elevernes svømmeerfaringer.

#### ANVENDELSE AF CITATER FRA INTERVIEWS

Nogle af de anvendte citater er justeret for at øge læsevenligheden. Indholdssiden er uforandret. Visse steder er der indsat en klamme fx "[underviseren]". Dette for at markere citatord, der fx er sat ind i anden rækkefølge end oprindeligt – igen for at sikre læsevenlighed. Ligeledes er der nogle steder anført "...". Dette angiver, at dele af et sammenhængende citat er udeladt. Det er typisk gjort for at holde citater på rimelig længde.

# INDSIGT 1: PLANLÆGNING OG OPSTART AF KOMPRIMERET SVØMMEUNDERVISNING

Komprimerede svømmeforløb er forløb, hvor lektionerne er placeret i en kortere periode på 1-6 uger. Der er i Alle skal lære at svømme gennemført to typer af komprimerede forløb:

1. Komprimerede forløb i Åbent vand, som typisk er 8-10 lektioner svømning fordelt på 1-2 uger. Erfaringer og anbefalinger fra disse forløb kan der læses mere om i delrapporten *Nye veje til svømmeundervisning i skolen - Alle skal lære at svømme - Åbent vand*.
2. Komprimerede forløb i svømmehal, gennemført af lokale instruktører fra skoler eller foreninger. Her har der i løbet af Alle skal lære at svømme-projekt-tiden været en række forløb, typisk af 4 ugers varighed, med 2-3 lektioner ugentligt.

I denne rapport fokuseres på resultater og erfaringer fra to komprimerede forløb for elever i 2. klasse. Disse forløb har bestået af 12 lektioners svømning i svømmehal fordelt på fire uger. Heraf blev to lektioner an-

vendt til henholdsvis start og sluttet. Forløbenes indhold tog udgangspunkt i de to tidligere nævnte tilgange: *Eksperimentarium* og *Multisvøm*. Lektionernes varighed var i alle tilfælde 45 minutter, og blev gennemført af undervisere fra FIIBL. Normeringen var to undervisere pr. klasse.

Overordnet, kræver komprimerede forløb, at alle de praktiske forhold i forbindelse med opstart klares så hurtigt som muligt. Det 'praktiske' dækker vigtige punkter som introduktion af regler og procedurer i forhold til omklædning og sikkerheden i svømmehallen for børnene samt eventuelt etablering af hold, fordelt efter svømmekompetencer eller lignende. Skal børnene fordeles på flere hold, er det vigtigt at sætte ekstra tid af til evaluering og planlægning mellem de første undervisningslektioner, da det kræver tid at vurdere og placere børnene på hold, så sammensætningen bliver optimal. Bl.a. derfor er det vigtigt at have tilstrækkelig undervisernormering. Pointen beskriver en underviser sådan her:

Det tager tid at få holdsammen-  
sætning på plads på tværs af en eller  
flere klasser.

"Jeg tænker lidt, at rytmen i [forløbet]...har været, først skulle det hele bare lige lande, vi skulle kigge på de her børn...og vi skulle have dem fordelt på holdene. Det tog lidt tid, det gik de fire første gange med, og så landede den, pyhhhh, så var vi der..."

Ligeledes er det vigtigt, at have et godt forhåndskend-  
skab til svømmehallen og det tilknyttede personale.  
Det øger mulighederne for effektivt samarbejde om de  
praktiske punkter, der er en del af det at have skole-  
elever i svømmehallen.

Endelig er selve transportdelen til svømmehallen  
ekstra vigtig i komprimerede forløb. En enkelt "smut-  
ter", hvor man ikke kommer af sted og/eller bliver for-  
sinket på grund af praktiske forhindringer, kan betyde  
en del i de korte, komprimerede forløb.

Generelt er det derfor vigtigt at have for øje, at i det  
komprimerede forløb, er hver enkelt lektions fuldfø-  
relse med høj kvalitet, ekstra afgørende for det sam-  
lede resultat.



## INDSIGT 2:

# INDHOLD I DET KOMPRIMEREDE FORLØB

Der blev etableret fire elevhold med ca. 6-12 elever på hvert. Holdstørrelsen afhang af elevernes behov og færdighedsniveau.

De to forløb, der her er i fokus, blev planlagt med udgangspunkt i den didaktiske relationsmodel (Hiim & Hippe, 1997) og bestod af 12 lektioner inklusiv en start- og en sluttet af svømmeduelighed. Forløbet blev bygget op efter målhierarkier (Christensen & Hansen, u. å.) for hhv. *Eksperimentarium* og *Multisvøm*. Deltagende elever blev fordelt på fire hold med ca. 6-12 børn på hvert. Holdstørrelsen afhang af elevernes behov og færdighedsniveau.

Forløbenes formål fremgår af figur 1 og 2. Valget af indhold beror i dette tilfælde primært på ambitionen om at rykke eleverne længst muligt færdighedsmæssigt på de fire uger.

Derudover er det afgørende at eleverne bliver mødt på det niveau de har ved starten af forløbet. Derfor er målhierarkiet blot angivet i overskrifter.

Detaljeret forslag til indhold, svarende til de evaluerede komprimerede forløb er at finde i *Materialesamling – Eksperimentarium og Multisvøm* (se bagsiden).



## EKSPERIMENTARIUM

### FORMÅL

Vandtilvænning og erfaring med vandets egenskaber og påvirkninger.



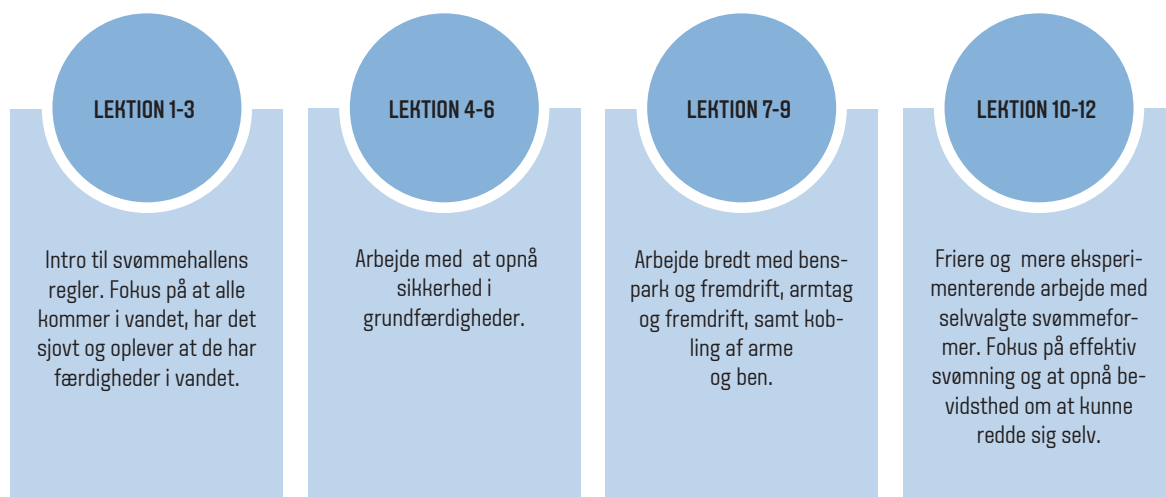
FIGUR 1. Formål og indhold i komprimeret forløb med Eksperimentarium.

## MULTISVØM

### FORMÅL

At eleverne lærer forskellige grundfærdigheder og stilartsspecifikke færdigheder.

At eleverne udvikler selvredningsfærdigheder



FIGUR 2. Formål og indhold i komprimeret forløb med Multisvøm.

## INDSIGT 3:

# UNDERVISEREN I DET KOMPRIMEREDE FORLØB

Det følgende baserer sig på interviews, observationer samt noter fra de syv undervisere, der tog del i forløbene nævnt i indsigt 1 og 2. Tre undervisere var gennemgående i begge forløb, mens de fire øvrige deltog i mere begrænset omfang.

Det er undervisernes ansvar, at det komprimerede forløb foregår i et læringsfremmende klima, der tilgodeser elevernes forskellige forudsætninger. Underviseren bør sikre og være opmærksom på at eleverne oplever en betydelig mængde læringstid i deres svømmeforløb. Der skal derfor arbejdes ud fra en individuel tilgang til den enkelte elev, også selvom der kun er 12 lektioner til rådighed. Det er i den nære relation til eleverne, og især de usikre, at underviseren kan gøre den største forskel.

Undervisere i det komprimerede forløb har nogle umiddelbare fordele, sammenlignet med undervisere, der kun møder børnene en gang om ugen, hvilket er typisk i et traditionelt svømmeforløb. Det komprimerede forløb gør, at elever og underviser mødes ofte og der kan følges ekstra tæt op på de enkelte elevers udfordringer og fremgang, hvilket kan styrke den enkeltes og gruppens motivation og læreproces.

Da det komprimerede forløb er kort, er det vigtigt, at underviserne også i forbindelse med fri leg undervejs eller til slut i lektionen, står til rådighed, for de børn, der skal/vil støttes i fortsat at prøve forskellige selvinitierede øvelser og eksperimenter.

Vigtigheden af den gennemgående underviser, viser sig tydeligt i de strukturerede opsamlingsnoter fra undervisningen (se *Undersøgelsesmetoder og dataindsamling*). Her anføres det for eksempel:

Det helt ideelle var, hvis vi [undervisere] er med hele vejen igennem. [Opsamling midtvejs]

Det er meget afgørende, at det er de samme undervisere. Vi kan mærke på [holdet], at de er ikke helt så rolige og vante i forhold til undervisere som de andre hold. – Her har der været mest udskiftning. [Opsamling efter 3 uger]

Vi har...været udfordret af at være skiftende undervisere, og dermed har det været svært at differentiere og udfordre børnene enkeltvis, da der ikke er noget kontinuerligt billede af hvert barn. [Afsluttende opsamling]





Overordnet finder eleverne undervisningen sjov, uanset hvilken svømmebaggrund de kommer med.



## INDSIGT 4:

# ELEVERNES OPLEVELSE AF DET KOMPRIMEREDE FORLØB

Eleverne i det komprimerede forløb møder svømmeundervisningen hyppigt i en kortere periode, hvilket betyder, at de har mulighed for at udvikle deres vandkompetencer på kort tid.

De fire gruppeinterviews, der er gennemført med i alt 17 elever, vidner enstemmigt om, at eleverne har oplevet at lære både grundfærdigheder, stilartsfærdigheder samt selv- og livredningsfærdigheder. En elev sætter ord på:

"Jeg har fundet ud af, at jeg kan svømme længere, fordi jeg også kan ligge på ryggen og svømme. At hoppe som supermand og så nå ned på bunden og så – suse op igen." (dreng, 2. klasse)

Eleverne har fået basal fornemmelse og bevidsthed for, hvordan man kan redde andre, og flere af dem forklarer direkte adspurgt, hvordan, de kan redde andre, der er faldet i vandet:

"[Jeg ville] tage sådan en af de der skumorme og så kan de tage fat i den og svømme ind til kanten." (dreng, 2. klasse)

En anden elev supplerer:

"Altså tage de der skum-nogen [aquaorme] og så kan man selv have en og så kan man sådan, ... ja sådan den ene kunne svømme på den og så holde fast." (pige, 2. klasse)

En pige er bevist om, at det kan være svært ene person at redde andre:

"Altså hvis man var lidt flere om det, jeg kunne ikke [klare det], hvis jeg kun var mig." (pige, 2. klasse)

Overordnet finder eleverne undervisningen sjov, uanset hvilken svømmebaggrund de kommer med. Det sjove ved undervisningen er, at der bliver leget meget og, at de bliver udfordret tilpas.

Det sociale aspekt tiltaler de fleste og de har befundet sig godt ved, at en del af undervisningen har brugt makkerarbejde med en fast svømme-buddy (Læs mere om dette i *Nye veje til svømning i skolen – Alle skal lære at svømme – Materialesamling: Eksperimentarium og multisvøm*).

I de komprimerede forløb er der arbejdet med eksperimenterende svømmetilgange. I *Eksperimentarium* arbejdede eleverne med grundfærdigheder og i *Multi-*

svøm var der fokus på at mikse stilarter. Det at få lov til at være medbestemmende, som også ligger i det eksperimenterende arbejde begejstrer de interviewede elever.

"[Undervisningen] var på en anden måde...vi fik lov til at bestemme lidt selv." (dreng, 2. klasse)

En anden elev supplerer:

"...Vi bestemte rigtigt meget sammen med de andre...Mig og [underviseren] fandt også bare på en ny ide at vise pigerne, fordi [en anden dreng] sad med den der skumstang under sine ben og svømmede mens jeg sad omme på den anden halvdel og så – ligesom i karet." (dreng, 2. klasse)

En anden elev forklarer videre:

"...og jeg svømmede hundesvømning for, at det skulle ligne en hest der løb i vandet [og det prøvede alle børnene]." (dreng, 2. klasse)

### LÆRING I DET KOMPRIMEREDE FORLØB

Det har på forskellig vis været tilstræbt at få et indblik i, hvordan eleverne selv oplever og vurderer deres læring af svømmeundervisningen. Til det formål er der som tidligere gennemgået (jf. *Undersøgelsesmetoder og dataindsamling*) bl.a. anvendt et evalueringsinstrument bestående af fire skalerede spørgsmål, der søger at afdække elevernes vurdering af: I hvilken grad de lærer noget (Faglig dimension); Om de føler sig godt tilpas i undervisningen (Social dimension); Hvorvidt den måde, der undervises på passer godt til dem (Me-

todedimension); samt deres egne forventninger til undervisningen (Forventningsdimension). Eleverne har svaret på spørgsmålene én gang i forbindelse med det komprimerede forløbs afslutning.

For alle de fire dimensioner gælder det, at langt størstedelen af eleverne anfører en relativ høj score, hvilket vidner om, at de fleste både har kunnet lide at være med i forløbet og vurderer, at de har lært noget (jf. tabel 1). Der ses bl.a. en ekstra høj score på den sociale dimension, hvilket til en vis grad kan tilskrives det indførte system, hvor eleverne arbejdede meget i par, med en fast svømme-buddy og generelt med en legende tilgang med fokus på, at alle følte sig inkluderet. En noget mindre andel af eleverne angiver på en eller flere af dimensionerne en score i den lavere ende. At der er variation i elevernes oplevelse af læring, er i særlig grad et forhold undervisere bør holde sig for øje. Den fælles ambition er, at alle elever oplever en undervisning, der passer til deres potentialer.

Det skal nævnes, at en del elever var usikre på, hvordan de fire spørgsmål (dimensioner) præcist skulle forstås. Spørgsmålene om undervisningsmetoder og forventninger til svømmeundervisningen var ikke så ligestil for målgruppen af elever på andet klassetrin. Der scores lavest på den faglige og metode-dimensionen. Det kan givetvis tilskrives, at en andel af eleverne allerede kunne svømme ved forløbsstart, og dermed har de måske ikke oplevet at lære så meget nyt. Samtidig kan der have været elever der ikke har været tiltalt af den eksperimenterende måde at arbejde med svømning, hvilket kan forklare den lidt lavere score på metodekategorien.

	Faglig dimension	Social dimension	Metode dimension	Forventningsdimension
Elever (n=77)	8.4	9.0	8.3	9.0

TABEL 1. Gennemsnitsværdier for elevernes oplevelse af læring for alle elever, der har deltaget i et af de undersøgte komprimerede forløb.

## INDSIGT 5:

# ELEVERNES UDBYTTE AF DET KOMPRIMEREDE FORLØB

67 ud af i alt 83 elever deltog i både start- og slutttest af svømmeduelighed, hvor eleverne blev bedt om at svømme så langt de kunne på 15 minutter (jf. *Undersøgelsesmetoder og dataindsamling*). I det følgende opdeles eleverne efter, hvorvidt de brugte hjælpemiddel, fx bælte, plade eller aquaorm eller svømmede uden. De elever, der svømmede uden hjælpemiddel, fik noteret, hvis de holdt pauser eller gik på bunden. Dette spillede ind i den samlede vurdering af, om en elev kunne kategoriseres svømmeduelig, jf. den nordiske definition af svømmeduelighed, som lyder: at kunne svømme 200 m uden hjælpemidler.

Blandt de testede 2. klasseelever, svømmer 26 ud af 67 elever uden hjælpemidler ved både forløbets start- og slutttest. De elever svømmer gennemsnitligt 36 meter længere ved slutttesten og 20 ud af de 26 svømmer længere end 200 meter uden pauser. Alle svømmere i denne kategori har altså forbedret svømmedistance, hvilket indikerer, at de har opnået en mere effektiv svømning gennem det komprimerede forløb.

Der er 20 ud af 67 elever, der svømmer med hjælpemiddel ved starttesten og uden hjælpemiddel ved slutttesten. Denne elevgruppe svømmer næsten lige langt ved starttest og slutttest, men alle elever har opnået en

	Svømmet uden hjælpemidler ved begge tests	Svømmet med hjælpemidler i starttest og uden hjælpemidler i slutttest	Svømmet med hjælpemidler i begge tests
Antal elever	26	20	21
Distance ved starttest	270 m	230 m	245 m
Distance ved slutttest	306 m	233 m	250 m

**TABEL 2.** Antal elever og den gennemsnitlige svømmede distance ved start- og slutttest, fordelt på hvorvidt eleverne brugte hjælpemidler ved start- og/eller slutttest. m=meter. Tabellen inkluderer også elever der, kan have gået på bunden og kan have holdt kortere pauser.

tydelig fremgang, alene fordi de ved sluttesten kan gennemføre testen uden hjælpemiddel, hvilket understreger, at de har rykket sig færdighedsmæssig. 9 af 20 elever svømmer her længere end 200 meter uden pauser. De elever har i særlig grad forbedret sig gennem det komprimerede forløb, i og med, de både svømmer uden hjælpemiddel og samtidig svømmer en betydelig distance ved sluttesten.

Endelig er der en gruppe af elever, der benytter hjælpemiddel ved begge tests. Det drejer sig om 21 ud af 67 elever. Her ses kun en meget lille fremgang i distance. De elever kan dog stadigvæk have udviklet sig, hvilket også konstateres i de *Strukturerede opsamlingsnoter fra undervisningen* registreret i løbet af de undersøgte komprimerede svømmeforløb (jf. *Undersøgelsesmetoder og dataindsamling*). Det forhold, at mange elever i forløbet begyndte at svømme uden bælte udtrykkes således:

Mange smed bæltet, fordi det var i vejen og de var så ivrige, at de bare svømmede rundt og kunne fint komme frem og holde sig oppe uden. Flere prøvede også, at erstatte bælte med aquaorm, hvilket også er et fremskridt. (note efter 3. lektion)

Fangelegen var de hurtige til at forstå og mange smed bæltet til fordel for aquaormen. Legen hørte i lang tid, og der kom en fanger mere på. (note efter 3. lektion)

Svømmeduelighedstesten gør det klart, at ikke alle elever oplever markant fremgang i svømmedistance fra start til slut. De *Strukturerede opsamlingsnoter fra undervisningen*, vidner dog om, at størsteparten er blevet styrket i forhold til grundfærdigheder, svømmefærdigheder og selvredning. Det kommer fx til udtryk i følgende noter:

De mest tilbageholdende oplever stor udvikling og får mere og mere mod på at eksperimentere. – De vil rigtig gerne vise hvad de kan/tør/finder på. (note efter 6. lektion)

Vi vurderer, at de fleste børn er inde i en hurtig og positiv udvikling ift. grundfærdighederne. (note efter 6. lektion)

God progression i færdigheder. Det går for mange endda hurtigere [end forventet]. (note efter 9. lektion)

Selvredningsfærdigheder, som også var en del af målet med de komprimerede forløb, blev gradvist udviklet, så børnene oplevede, at vandet ikke er farligt, selv om de ikke kunne bunde. *Strukturerede opsamlingsnoter fra undervisningen* beskriver flere af disse fremskridt:

Øvelsen i at bytte [aqua] orm med fangeren var også god for flere, som jo så måtte træde i vande uden flydemiddel et øjeblik. (note efter 4. lektion)

...Alle børn [kom] over på 1.30 m dybt vand og alle turde [være i og svømme] i deres eget tempo – med aquaorme. Stort fremskridt. (note efter 4. lektion)

De *Strukturerede opsamlingsnoter fra undervisningen* viste, at også eleverne på det absolutte begynderhold allerede halvvejs i forløbet svømmede kortere afstande uden bælte:

På [begynderholdet] leges [der] differentieret, hvor de hver især selv skal hente deres aquaorm på den anden side af bassinet, hvilket får mange af dem til at svømme over det dybe og så er belønningen at de kan svømme hjem med en orm. (note efter 6. lektion)

**...størsteparten er blevet styrket i forhold til grundfærdigheder, svømmefærdigheder og selvredning.**



# OPSAMLING OG ANBEFALINGER

I forbindelse med komprimerede forløb er det vigtigt at være opmærksom på, at:

- Indlede forløbet så effektivt som muligt med hensyn til holddeling, samarbejde med svømmehalspersonale og tilvænning til svømmehal samt indlæring af rutiner i svømmeundervisningen.
- Have realistiske, ikke for mange og ikke for komplekse, mål med forløbet. For at få det optimale ud af det begrænsede antal undervisningsgange, skal underviserne have mulighed for at evaluere efter hver lektion. Det er ikke mindst vigtigt i starten for at følge op på mål, progression og elevernes læreprocesser.
- Underviseren i det komprimerede forløb har mulighed for hyppigt at følge op på de enkelte elevers udfordringer og fremgang. Det kan styrke elevernes motivation og læreproces ekstra.
- Resultaterne fra denne undersøgelse antyder, at eleverne i det komprimerede forløb har mulighed for at rykke deres vandkompetencer markant indenfor en begrænset periode, hvilket motiverer de fleste.
- Det komprimerede forløb kan rykke eleverne i forhold til graden af vandtilvænning samt niveau af deres grund-, svømme- og selvredningsfærdigheder.

Alt i alt vurderes komprimerede forløb at være et muligt valg, bl.a. når formålet er vandtilvænning og opbygning af grundfærdigheder. Anvendes det kompri-

merede design må det anbefales, at eleverne henover deres grundskoletid, deltager i flere svømmeforløb. Dette for at sikre en hvis mængde svømmetid og progression (læs mere om sidstnævnte aspekt i *Nye veje til svømning i skolen – Alle skal lære at svømme – Svømmeduelighed og elevernes oplevelse af læring*).

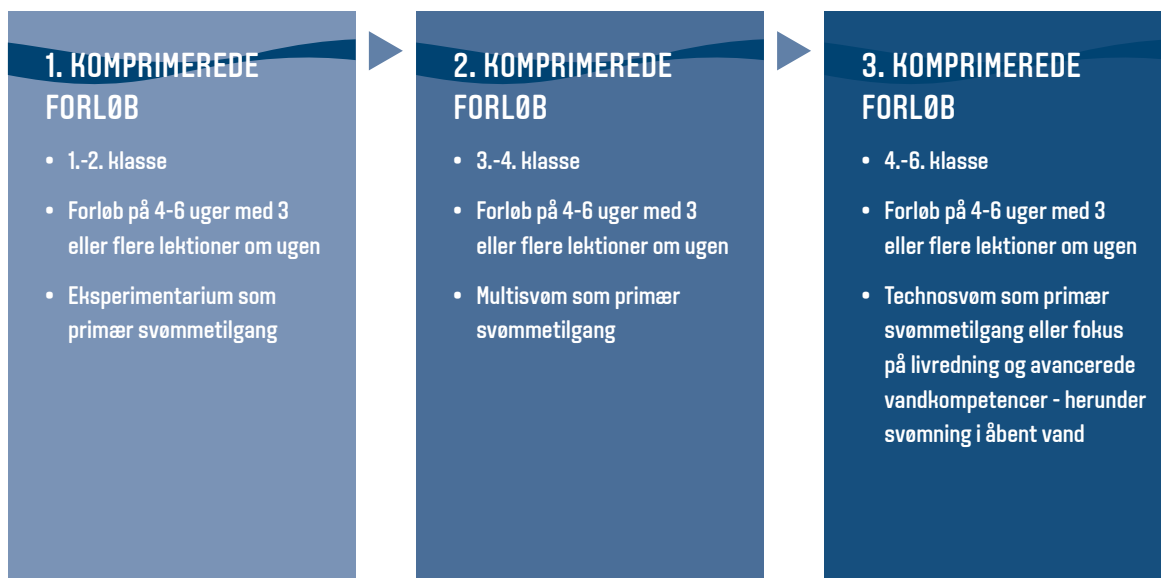
En måde at gøre brug af det komprimerede design kunne være at placere et indledende forløb på indskolingsniveau, med *Eksperimentarium* som tilgang. Her er leg og eksperimenter i vand hovedindhold. Tilgangen understøtter udvikling af tryghed ved at være i vandet, generel vandtilvænning og elevernes udvikling af basale grundfærdigheder. Det eksperimenterende element styrker elevernes kreativitet i vand, giver dem mulighed for medbestemmelse og understøtter deres mod og evne til at afprøve personlige grænser i forbindelse med svømning og vandaktiviteter.

På et senere tidspunkt i grundskoletiden (fx på 3.-4. klassetrin) gennemføres endnu et komprimeret forløb med *Multisvøm* som tilgang. Herved tilegner eleverne sig mange forskellige færdigheder, der peger i retning af stilarterne, men med stor mulighed for at kombinere som det passer den enkelte bedst. Dette med henblik på at gøre eleverne svømmeduelige med en effektiv svømning, hvor fremdrift og opdrift er i fokus, frem for perfekt teknik. En sådan allround tilgang til aktiviteter i svømmeundervisning udvikler en bred vifte af kompetencer i vand, som er vigtige i relation til bl.a. selvredning.

Endelig kan et forløb med en tilgang som *Technosvøm* (som der kan læses mere om i *Nye veje til svømning i skolen – Alle skal lære at svømme – Technosvøm*) inddrages fx i tværfaglige sammenhænge, hvor elementer fra fag som idræt, dansk og brug af IT- og teknologi kombineres. *Technosvøm* kan både rumme legende elementer og aktiviteter, der fremmer effektiv svømning med specifikke stilarter. På den vis kan *Technosvøm* være et didaktisk alternativ i forhold til fx elevgrupper på 4.-6. klassetrin, der allerede har ba-

sale svømmefærdigheder. Er der ikke adgang til tablets, kan et forløb fokusere på avancerede vandkompetencer, svømning og livredning, - og der kan arbejdes i åbent vand i dele af forløbet.

De samlede projekterfaringer fra *Alle skal lære at svømme* understøtter et forslag om at gennemføre flere komprimerede forløb fx som skitseret nedenfor, hver af 4-6 ugers varighed og med 3 eller flere lektioner om ugen.







# LITTERATUR

**Bruun, J., Christiansen, T., Kirkegaard, P. & Stormark, D.** (2005). Moderne Svømning. 6. Udgave. Dansk Svømmeunion.

**Christiansen, T.** (2015). De 13 selvredningstrin. Lokaliseret d. 8. august 2018 på <http://www.fornemmelse.dk/wp-content/uploads/2016/01/De-13-selvredningstrin-oversigt-pr.-2015.11.01.pdf>.

**Christiansen, T. & Junggren, S.E.** (2015) Kapitel 2: Svømning, I: Hea, R. (red.) Aldersrelateret Træningskoncept for triatlon. Dansk Triatlon Forbund.

**Christensen, A.B. & Hansen, T.** (u. å.). Formålsoverordnet undervisning - fra projektledeelse til undervisningsplanlægning, Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet, lokaliseret d. 4. april 2018 på <http://fiibl.dk/wp-content/uploads/2018/04/Christensen-A.-B.-Hansen-T.-Formålsoverordnet-undervisning-Fra-projektledeelse-til-undervisningsplanlægning.pdf>.

**Hiim, H. & Hippe, E.** (1997). Læring gennem oplevelse, forståelse og handling. En studiebog i didaktik. 1. udgave. Gyldendal Undervisning.

**Langendorfer, S., & Bruya, L.** (1995). Aquatic readiness - Developing water competency in young children. IL: Human Kinetics Campaign Inc.

**Nissen, P.** (2011). Fra erfaringsbaseret til evidensbaseret undervisning. I: Kognition & Pædagogik. 79, 62-69.

**Nissen, P., Lemire, S., & Andersen, F.Ø.** (2014). Giving students a voice – a preliminary study of the validity of an ultra brief outcome measure for students: The Learning Rating Scale LRS. Scottish Journal of Arts, Social Sciences and Scientific Studies. 17, 23-33.

**Skovgaard, T., Lüders, K., von Seelen, J., Jensen, M.M., Ibsen, B., Nielsen, C.D., & Marling, T.** (2012). Svømning i den danske folkeskole. Syddansk Universitet, Institut for Idræt og Biomekanik.

**Stallman, R. K.** (2011). No stroke first - All strokes first: Why the debate about which swimming style should be taught first is irrelevant. The Lifesaving Foundation, s. 38-39.

**Stallman, R. K., Moran, K., Quan, L., & Langendorfer, S.** (2017). From Swimming Skill to Water Competence: Towards a More Inclusive Drowning Prevention Future. International Journal of Aquatic Research. 10.(2), s. 1-5.

**Wilke, K., & Daniel, K.** (1996). Üben – Trainieren. Limpert Verlag GmbH.





## RAPPORTSERIE

Nye veje til svømning i skolen

# ALLE SKAL LÆRE AT SVØMME

Udvikling og evaluering af skolesvømning

Den korte version

Eksperimentarium

Multisvøm

Partnerskaber om svømning

Technosvøm

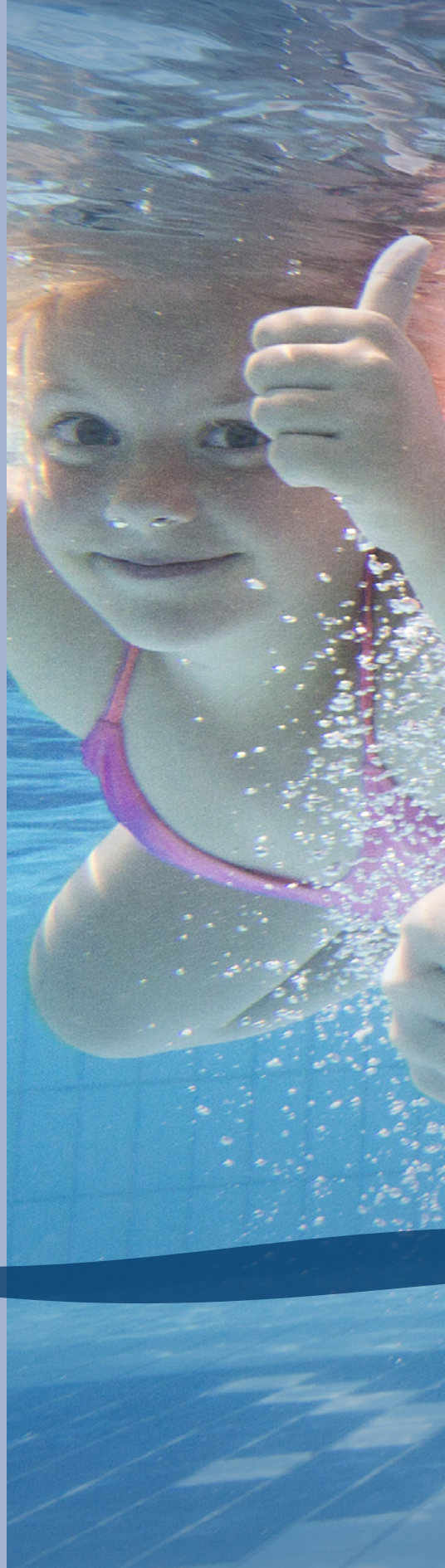
Åbent Vand

Svømmeduelighed og elevernes oplevelse af læring

Komprimerede skolesvømmingsforløb

Materialesamling: Eksperimentarium og Multisvøm

Tilgængelig på: [allesvoemmer.dk](http://allesvoemmer.dk).



TrykFonden



DANSK SVØMMEUNION

dansk  
skoleidræt



DIF