



Argumenter for at idræt skal være en del af alle ungdomsuddannelser – også en kommende EPX

- Trivsel og fællesskab
- Idræt for alle
- Sundhed og forberedelse til uddannelse



Trivsel og fællesskab

- Idrætsudfoldelse skaber fysisk, psykisk og social trivsel, da eleverne i idrætsundervisningen er fri af den digitale verden og ser hinanden i øjnene, samarbejder og bruger kroppen i fysisk udfoldelse og læring. Hermed opnås fastholdelse af elever.
- Vi ser elevtyper, hvor elevrådsarbejde og Operation Dagsværk giver deres ungdomsuddannelse mening, men der er også en stor gruppe elever, hvor det at lege sammen i hallen betyder, at de fungerer bedre socialt og fagligt i andre fag (*DIF, 2024*).
- I EPX-udspillet kan vi se eksempler på bevægelse. Det vil blive kvalificeret med uddannede idrætslærere med en pædagogisk uddannelse og høj faglighed.

Idræt for alle

- Idræt kan vælges som valgfag på HHX, HTX og Hf, men STX er den eneste ungdomsuddannelse med obligatorisk idræt. Idræt bør være en naturlig del af alle ungdomsuddannelser.
- Der er sket meget med idrætsfaget siden vi selv gik i gymnasiet bl.a. fordi idræt er blevet et eksamensfag, hvilket disciplinerer idrætslærerne til at komme rundt i alle discipliner og have faglige mål for deres forløb, der ikke kun handler om hvor godt eleverne kaster med en håndbold. Idrætsglæde er et formål for faget, idet vi skal give eleverne lyst til varig idrætsdeltagelse.

Sundhed og forberedelse til uddannelse

- Mere idræt på ungdomsuddannelserne giver mening i et samfund, hvor 52,6% af den voksne befolkning er overvægtig. Idrætsfaget understøtter fysisk, mental og social sundhed, og forbereder unge til erhverv som fx sygeplejerske og SOSU-assistent.
- Vi har brug for vores krop hele livet, og idræt tilbyder fysisk træning og viden om kroppen, som ikke kun vil reducere risikoen for arbejdsskader og kroniske smerter, men bidrage til større livsglæde.
- Idræt benyttes ofte som led i en behandling med dokumenterede fysiologiske og psykiske resultater (*Sundhedsstyrelsen 2018*).

Opsummering

- For de unge er de lavthængende frugter af et idrætsfag øget trivsel, bedre indlæring og mental og fysisk sundhed.
- For institutionerne er gevinsten øget fastholdelse og fællesskab.
- For samfundet kan eleverne bruge idræt i deres efterfølgende uddannelse, fritidsliv og foreningsliv.
- Så vi vil gerne have jer til at hjælpe os med at idræt bliver en del af alle ungdomsuddannelser.



