

Idræt som et uundværligt fag på EPX

I Gymnasieskolernes Idrætslærerforening mener vi, at idræt bør være en central del af alle ungdomsuddannelser – også som et fag på den kommende EPX-uddannelse.

Idræt fremmer fysisk kapacitet og sundhed

På EPX kan idræt blive et fag, der inspirerer og motiverer de unge til i højere grad at vælge idræt og motion til i deres hverdag. Det vil styrke de unges fysiske robusthed og egnethed til et videre uddannelsesvalg f.eks. fysisk krævende håndværksuddannelser og uddannelse i forsvar og beredskab. Derudover vil idræt uddanne de unge til at tage sundere valg i deres hverdag og dermed forebygge livsstilssygdomme.

Idræt bidrager til mental trivsel og fremmer indlæring

På EPX kan idræt blive et pusterum med høj puls, leg, træning og samvær som øger blodcirkulationen i hjernen, og sænker stress- og angstsymptomer. Med andre ord bliver eleverne gladere, og mere fokuserede og læringsparate når de dyrker idræt i skolen.

Idræt skaber fællesskaber og stærke ungdomsmiljøer

På EPX er det stærke ungdomsmiljø en høj prioritet. Holdsport og leg skaber sammenhold og fællesskab, som rækker langt ind i klasselokalerne og skaber tryghed og tillid blandt eleverne.

Hvordan vi vil gøre det, helt konkret:

Vi forestiller os at idræt på EPX uddannelsen skal favne bredt over en lang række af discipliner. Den praktiske dimension skal dominere, men det teoretiske fundament bør underbygge aktiviteterne. Idrætsfaget bør tænkes ud af hallen og ud i naturen og lokalsamfundet. Friluftsliv skal indtænkes som en del af idrætsfaget, hvor de unge kan få oplevelser sammen uden forstyrrende skærme. Forbindelsen til lokalsamfundet kan styrkes når idrætsundervisningen flyttes til parker og lokale foreninger. På den måde styrkes forbindelsen til foreningslivet og barrieren for at starte i den lokale idrætsforening sænkes.

Med faget idræt i fagrækken lever den kommende EPX op til Trivselskommissionens anbefalinger om at styrke båndet til fritids- og foreningslivet samt at tænke bevægelse ind som en naturlig del af dagen på ungdomsuddannelserne.

Vi ser frem til at fortsætte dialogen og samarbejdet om at udvikle idrætsfaget til at indgå i den kommende EPX.



Med venlig hilsen
Gymnasieskolernes Idrætslærerforening