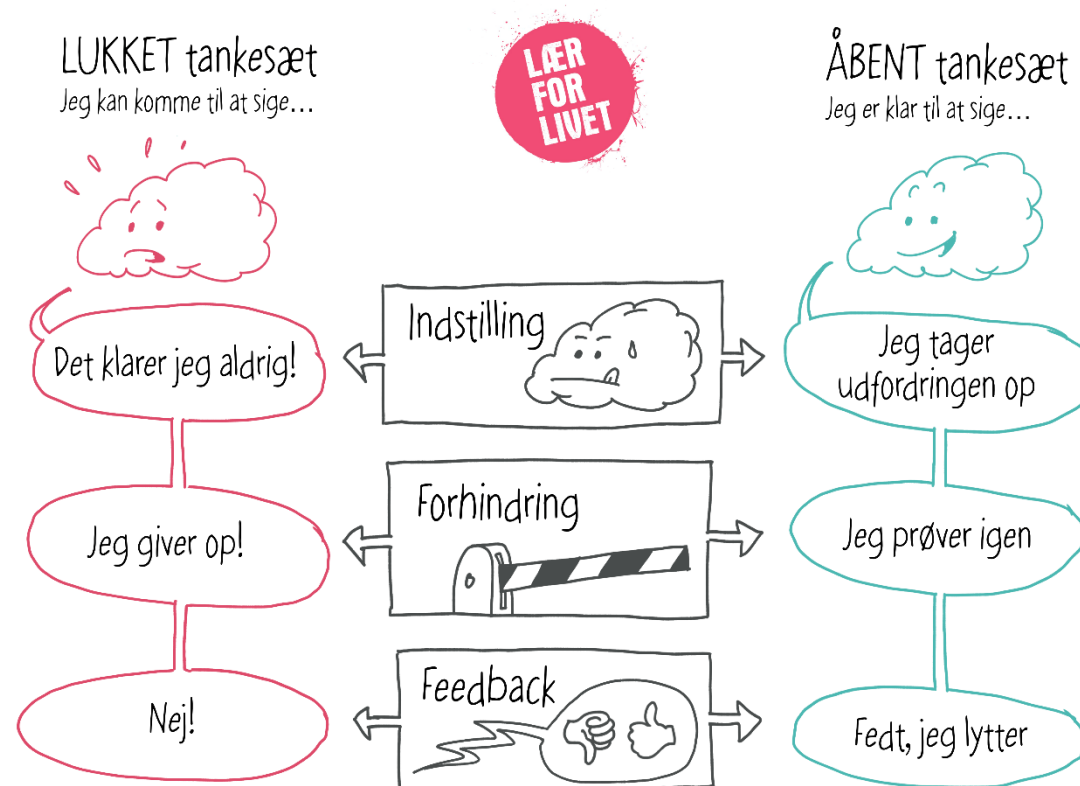


# Teoretisk grundlag for Personlig Læring på LC1



## Introduktion til Personlig Læring (PL)

I Lær for Livet (LFL) ønsker vi at understøtte børnenes nysgerrighed og mod på at indgå i faglige og sociale fællesskaber. Derfor arbejder vi med at udvikle børnenes tanker om og strategier til at håndtere situationer og opgaver, der virker uoverskuelige eller utilgængelige for dem. Når vi sammen med børnene undersøger, hvordan vi kan justere vores tanker og strategier, kan vi få nye perspektiver på vores muligheder for deltagelse i faglige og sociale fællesskaber. Dette sker gennem det pædagogiske arbejde i hverdagen på campen, i dansk, matematik og særligt indenfor rammerne af Personlig Læring (PL).

### Struktur for PL på LC1 2024

<b>Tidspunkt:</b> PL afvikles i tidsrummet 15.15-16.00 og foregår som aktivitet i zonen.	<b>Rammesætning af PL:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• På aftenmødet gennemgås PL-øvelsen og temaet for næste dag.</li><li>• Medarbejderne afprøver den/de PL-øvelser, LK skal arbejde med den følgende dag.</li><li>• Dagens tema italesættes til morgensamlingen og på zonemødet se bilag 1.</li></ul>	<b>PL-ansvarlig:</b> Hver zone har en PL-ansvarlig, som deltager i PL-forberedelsen og som er ansvarlige for at afvikle aktiviteterne.
---	--	---

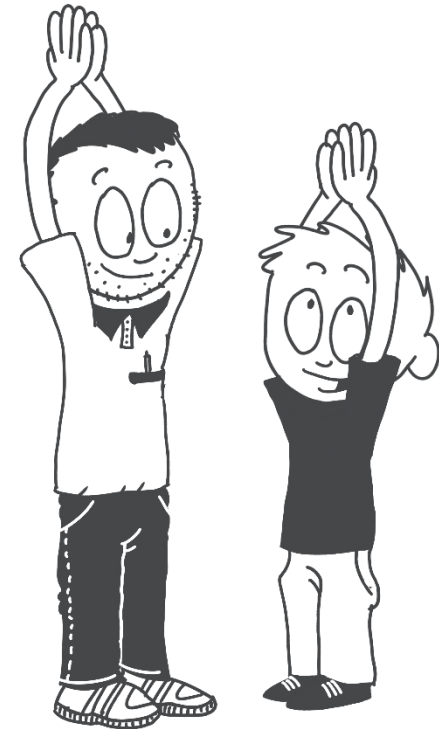
### Formålet med PL på LC1 er at LK:

- kan sætte ord på, hvad der kendetegner et åbent- og lukket tankesæt
- kan reflektere over og sætte ord på, hvorfor noget kan være udfordrende for én
- får undersøgt hvilke strategier, der giver én et åbnet tankesæt

## Tegn på Læring

Nedenstående er pejlemærker for børnenes udvikling og læring:

- At LK er kropsligt deltagende
- At LK kan udvise øget vedholdenhed gennem deres handlinger
- At LK kan sætte ord på egen læring
- At LK kan sætte ord på at læring er en proces – fx jeg kan det ikke – endnu
- At LK kan sætte ord på egen indsats, og at de forbedrer sig gennem indsats
- At LK kan sætte ord på de følelser, der opstår ved udfordringer



## Overblik over PL på LC1

På LC1 arbejder børnene med 'Det åbne tankesæt' som det overordnet læringstema. Det åbne tankesæt er et billede på dét, at vi alle veksler mellem positioner, hvor vi er redet til at være nysgerrige og andre gange oplever at være udfordret over evne. Forskellen på disse positioner handler ofte om hvordan, vores omgivelser møder os, hvordan vi forberedes, og hvilke erfaringer vi har med at tilsvarende situationer og opgaver. På LC1 arbejder vi med at synliggøre dette for børnene ved at lave trygge øvebaner, hvor de får mulighed for at sætte sig selv på spil og træne deres strategier til at skabe eller bibeholde et åbent tankesæt.

	<b>Dagens strategi</b>	<b>Dagens øvelse</b>
<b>Dag 1</b>	<b>Mestring:</b> Træning af LKs mestringsstrategier i situationer, hvor omstændighederne justerer.	Mønsterbold
<b>Dag 2</b>	<b>Proces:</b> Træning af LKs forståelse af, hvad hvordan de kan bruge ENDNU som en strategi, når de er på nye eller udfordrende øvebaner.	...ENDNU
<b>Dag 3</b>	<b>Samarbejde og ideer:</b> Træning af strategier til samarbejde i krævede situationer, hvor et ellers åbent tankesæt udfordres.	Stol på mig
<b>Dag 4</b>	<b>Bevidsthed om egne følelser:</b> Træning af hvordan man sætter ord på din følelser vi har i kroppen. Øvelsen hjælper LK med at sætte ord på følelser i high og low arousal.	Glimmerflasken
<b>Dag 5</b>	<b>Samarbejde og ideer:</b> Træning af strategier til samarbejde i krævede situationer, hvor et ellers åbent tankesæt udfordres.	Spindelvæv
<b>Dag 6</b>	<b>Samarbejde og ideer:</b> LK træner at samarbejde om at løse en udfordring, der kræver, at man bibeholder et åbent tankesæt.	Human Packman

## Introduktion til det åbne tankesæt

På LC1 vil vi introducere jer til et begreb, vi kalder Det åbne tankesæt. En af verdens førende forskere inden for personlighedspsykologi, Carol S. Dweck fra Stanford University har undersøgt tankesættets betydning for vores oplevelse af at mestre. Hun taler om to slags tankesæt – et åbent og et lukket tankesæt. Vi er disponeret for at udvikle begge tankemønstre, alt efter hvordan vi bliver stimuleret igennem barndommen. De to tankesæt har afgørende betydning for, hvordan vi forholder os til nye opgaver og hvordan vi håndterer nederlag og udfordringer. Mennesker med et lukket tankesæt vil ofte have tendens til at undgå situationer og opgaver, de ikke føler sig helt sikre på at kunne lykkes med/i – netop for at undgå at lave fejl. Børn med et lukket tankesæt kan have tendens til, primært at bevise deres værd ved at løse de opgaver, de er sikre på at kunne mestre. Opgaver de kender i forvejen. Men det er svært at skabe ny innovation, hvis man kun mestrer opgaver, man er rutineret i.

Nogen børn har bedre forudsætninger for nysgerrigt at gå til situationer og opgaver end andre. Det skyldes, at der er forskel på, hvad børn har af erfaringer og ressourcer, og dermed strategier til at skabe eller bibeholde et åbent tankesæt. En fritidsinteresse og yndlingsfag er typisk kontekster, hvor børn har erfaringer og ressourcer, der gør det tilgængeligt at være nysgerrig og afsøgende. Samtidig vil der være andre kontekster, hvor vi har et lukket tankesæt, fordi vi ikke har oplevet at lykkes ud fra vores erfaringer og ressourcer. Et lukket tankesæt er altså ikke noget vi *har*, men noget vi *havner i*, når vi på grund af manglende erfaringer og ressourcer samt omstændigheder føler os udfordret over egen evne. Hvis et barn er udfordret i en læringssituation, vil barnet have svært ved at undgå at havne i et lukket tænkesæt – derfor er det den voksnes opgave at justere på omstændighederne, sådan at barnet får nye erfaringer og strategier.

### Lukket tankesæt

Når vi har et lukket tankesæt, ser vi læring som noget der er enten-eller. Enten kan man mestre – eller også kan man ikke. Her har man ofte tendens til at vælge de nemme opgaver, og man giver hurtigt op, når der opstår en forhindring eller modstand. Her forbindes dygtighed med at gøre noget hurtigt og fejlfrit, og af frygt for at skulle se 'dum' ud, giver man kun sjældent alt, hvad man har - for tænk hvis man alligevel ikke er god nok.

### Åbent tankesæt

Når vi har et åbent tankesæt, ser vi læring som en proces. Her siger man 'ja' til nye faglige og sociale udfordringer, og man giver ikke op, selv om det bliver vanskeligt. Forhindringer og modstand mødes med nysgerrighed, og man er afsøgende. Man ser indsats, som noget der kan være vejen til mestring, og man ved at fejl, er en naturlig del af at lære nyt.

De to tankesæt kan variere afhængig af kontekst. Fx kan man godt have et meget lukket tankesæt i matematik, og et åbent tankesæt i dansk. Det, der er afgørende er, at vi sammen træner at skabe eller bibeholde et åbent tankesæt.

## Endnu

På camp ser vi potentiel læring overalt, og fejl opleves ikke som noget negativt – tværtimod, det er blot endnu en mulighed for at få nye erfaringer. Derfor bruger vi vendingen '... ENDNU'. Denne vending henviser til en processuel tilgang ift. opgaver eller situationer, hvor vi er modige og kaster os ud i noget nyt, eller noget vi ikke er lykkedes med før. I vendingen ligger også en erkendelse af, at når noget er svært, så er det ikke nødvendigvis umuligt, men det kræver øvelser og nye færdigheder, hvis vi vil nå vores mål.

## Forberedelse af PL

I forberedelsen af PL kan vi med fordel gøre brug af aktivitetshjulet, der er en model til at beskrive, analysere, justere og udvikle aktiviteter. Aktivitetshjulet er en syntese af flere forskellige idrætsdidaktiske modeller og er et forsøg på at indfange alle de parametre, som der kan skrues på for at skabe/justere en bevægelsesaktivitet til forskellige rammer, mål og børnegrupper. Aktivitetshjulet består af en procesring (yderste ring), en indholdsring (midterste ring) og en syntesering (inderste ring), som hver især indeholder forskellige kategorier. De forskellige ringe er indbyrdes forbundet og ændringer i en kategori i en ring, kan få betydninger for kategorierne i de øvrige ringe. Nedenfor beskrives de forskellige kategorier kortfattet.



Den yderste ring (procesring)	Den midterste ring (indholdsring)	Den inderste ring (syntesering)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Fokus...</b> er aktivitetens grundlæggende idé eller kvalitet, hvilken animerer aktivitetens deltagere til at handle på bestemte måder. Kvaliteter kan fx være konkurrence, samarbejde, æstetik, leg, mestring, eksperimenter, oplevelse mv. Fokus kan opleves forskelligt fra deltager til deltager og kan både være noget som italesættes i fællesskab eller forbliver som tavs viden.</li> <li>• <b>Formidling...</b> omhandler trænerens igangsætning og forklaring af aktiviteten ved brug af krop, sprog, artefakter, visuelle hjælpemidler mv. En vigtig pointe i denne sammenhæng er, at formidlingen med fordel kan kombinere fx krop, sprog og artefakter for at bidrage til en øget forståelse af aktiviteten.</li> <li>• <b>Feedback...</b> kan sidestilles med formativ evaluering, som både kan foretages af træneren og børnene. I praksis kan det være at mærke efter og tænke over aktivitetens oplevede fokus, deltagernes oplevelse af aktiviteten og /eller forslag til justeringer for at fremme et andet fokus.</li> <li>• <b>Deltagelse...</b> omhandler måden hvorpå målgruppen tænker, handler og</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Krop...</b> dækker over alt det som den enkelte krop gør i aktiviteten og således hvilke kropslige færdigheder, som er på spil i aktiviteten. Det kan være alt fra at gå og løbe til at kaste og gribe.</li> <li>• <b>Tid...</b> omhandler hvor lang tid en given aktivitet skal vare, og hvor lang tid der går, før justeringer foretages.</li> <li>• <b>Retningslinjer...</b> er alt det som børnene kan, skal og må i aktiviteterne med andre ord aktivitetens regler. Et eksempel på en retningslinje er, at børnene kun må kaste en bold med deres non-dominante arm.</li> <li>• <b>Rum...</b> omhandler det fysiske aktivitetsrum og de potentialer og udfordringer som dette indeholder. Eksempler på rum kan være en badmintonbane i en stor idrætshal eller et læsehjørne i et klasselokale, skolegården, et skovareal, en legeplads mv.</li> <li>• <b>Rekvisitter...</b> er genstande/redskaber som anvendes i aktiviteten (fx ketchere, bat, bolde, stave, kegler, overtrækstrøjer mv). Rekvisitter adskiller sig fra rum ved at være flytbare. Fx lygtepæle og bænke en del af byens rum, men kan sagtens have en funktion til parkour.</li> <li>• <b>Relationer...</b> dækker over delinger, grupperinger og roller. Eksempler på</li> </ul>	<p><b>Energi...</b> er et øjebliksbillede af den dynamik, som er i aktiviteten. Energien er svær at sprogliggøre, men kan være oplevelsen af, at “det her kører bare”. Hvor er det fedt!” eller ”der er et eller andet, som ikke virker øv.” Energien er påvirket af alle de øvrige kategorier, hvorfor justeringer i disse kategorier kan bidrage til at løfte energien eller modsat få den til at dale.</p>

interagerer i aktiviteten. Denne kategori kan kobles til barnets forudsætninger.

relationer kan være, at to hold spiller mod hinanden i basketball, hvor spillerne på hvert hold har forskellige positioner. Et andet eksempel er ståtrold, hvor en er fanger, og de øvrige deltager både skal forsøge at befri og undgå at blive fanget.