

# Måsens paradis

Ekspertter fortæller os, at vi bevæger os for lidt. Men hvorfor bliver vi som samfund ved med at have uddannelsesinstitutioner, som ensidigt stimulerer til fysisk inaktivitet? Et måsens paradis!

De moderne institutioner er fyldt med glas. Der skal være åbent og lyst. Ofte er de forsynet med computerstyrede klimaanlæg, så temperaturen hele tiden føles behagelig. Der er ingen grund til at bevæge sig ud for at se lyset eller få frisk luft.

Det er bygninger, som både funktionelt og arkitektonisk opfordrer til, at elever, studerende og ansatte skal sidde ned, tage imod, hygge i kroge, spise og drikke eller blot nyde æstetikken. Det er institutioner, som ubevidst modvirker fysisk aktivitet. Det er institutioner, som gør bevægelse illegitimt. Stolene bliver blødere og mere behagelige. Lange gange forsvinder til fordel for en bedre

integration af lokaler, så vi skal bevæge os mindre. Hvis vi et øjeblik ikke ved, hvad vi skal lave, kan vi sætte os ned ved en af de mange computere og gå på nettet. Her kan vi søge oplysninger, spille, chatte eller skrive e-mails. Der er ingen grund til at gå på jagt efter kammeraterne. Det klares over mobilen ved SMS. Tiden flyver af sted. Vi kan købe slik eller en cola fra automaten. I sandhed et måsens paradis.

Hvorfor skal vi socialiseres til inaktivitet, når vi ved, at det er usundt og koster menneskeliv? Hvorfor forsøger vi ikke at skabe uddannelsesinstitutioner og miljøer, som opfordrer til bevægelse? Erstat hyggekrogen og slikautomaten med klatrevæg, ribbe, net, tove, motionscykler og løbebånd.

**MÅSENS MARERIDT.** Hvis vi ikke gør noget, vokser og vokser vores mås. Som samfund må vi forsøge at skabe uddannelsesinstitutioner, der bliver måsens mareridt. Uddannelsesinstitutionerne skal

## Hyggekroge skal suppleres med bevægelseskroge



have en sundhedspolitik og et sundhedskodeks. De pædagogiske diskurser skal suppleres med sundhedsdiskurser. Vi skal forhindre, at vi får en ny generation af motoriske analfabeter.

Uddannelsesinstitutionerne skal opfordre til bevægelse. Hyggekroge skal suppleres med bevægelseskroge. Læringscentre skal suppleres med bevægelsescentre. Frikvarteret og den fysiske leg genindføres. Lektioner og møder afkortes og suppleres med mange pauser. Fællessang i aulaer og fællesrum suppleres med aerobic og anden bevægelse. Fotokopimaskiner suppleres med baderum. Computerarbejdet struktureres og minimeres. Elever, studerende og lærere må højst sidde i otte timer på måsen om dagen. Lektier, forberedelse, efteruddannelse og transport minimeres. Ud over lektier skal elever på ungdomsuddannelserne have bevægelse for. En gang om ugen afleveres bevægelsesregnskab.

Kun sund mad kan købes i kantinerne. Der sættes drikkevandsfontæner op. Malerier og pottplanter suppleres med fade af frisk frugt. Røg og alkohol hører ikke hjemme på uddannelsesinstitutioner. De dionysiske fester ophører. De er ikke længere en del af elever, studerendes og ansattes socialisering. De erstattes, eller i det mindste suppleres, med sportskonkurrencer mellem klasser og uddannelsesinstitutioner.

Nye uddannelsesinstitutioner bygges tæt ved skov og strand. Gerne langt fra centrum og trafikknudepunkter. Cykler og apostelenes heste bringes i anvendelse. I skemaerne indlægges der vandre- og cykelture, orienteringsløb, kano- og kajaksejls samt svømning om sommeren. Måsens paradis er blevet til måsens mareridt. ■

## Månedens synspunkt

Tekst Peter Gorm Larsen



Hvorfor er vores uddannelsesinstitutioner kun indrettet til at sidde stille? spørger

**Peter Gorm Larsen**, projekt- og udviklingskoordinator på Social- og Sundhedsskolen i Viborg Amt