PRESSEMEDDELELSE

PRESSEMEDDELELSE – Julekalender sætter 170.000 elever i bevægelse

Pressemeddelelse · Kultur, sport og fritid



Aktiviteterne i årets bevægelsesjulekalender fra Dansk Skoleidræt er optaget med elever fra Jels Skole Foto: Foto: Hannibal Klok, Dansk Skoleidræt

På 1.310 skoler over hele landet tæller eleverne ned til jul med bevægelse. Dansk Skoleidræts populære bevægelsesjulekalender giver eleverne et fælles afbræk og lærerne inspiration til at skabe en mere varieret skoledag.

Når den første låge åbner den 1. december, er 8.160 klasser klar til at være med i Dansk Skoleidræts bevægelsesjulekalender. Det svarer til cirka 170.000 elever, som hver skoledag i julemåneden får en anledning til at lægge bøger og computere til side for at bevæge sig sammen.

Kalenderen har siden 2014 givet skolerne inspiration til bevægelse og er blevet en fast juletradition mange steder. Bag hver digital låge venter en kort aktivitet, som klassen kan se på video og udføre sammen. Eleverne kan således se frem til små aktiviteter med kreative titler som ”The Grinch”, ”Frosne hænder” og ”Rensdyrduellen”.

– Der er endnu engang en virkelig flot opbakning fra skolernes side. Kalenderen giver eleverne noget fælles at glæde sig til hver dag og en anledning til at være aktive sammen. Det styrker klassens fællesskab, og for lærerne og pædagogerne er det samtidig inspiration til bevægelse, der er let at bruge i en travl hverdag, siger Bjørn Friis Neerfeldt, generalsekretær i Dansk Skoleidræt.

Plads til både puls og koncentration Aktiviteterne i kalenderen er såkaldte brain breaks: korte, aktive pauser i undervisningen. De varierer i tempo og indhold. Nogle får pulsen op, andre udfordrer koncentrationen eller kræver, at eleverne samarbejder.

På den måde får klasserne inspiration til, hvordan bevægelse kan bruges med forskellige formål i løbet af skoledagen. Eleverne får samtidig en aktiv oplevelse, hvor de kan være sammen på andre måder end i arbejdet med mere klassiske skoleopgaver.

Inspiration til resten af skoleåretDansk Skoleidræt håber, at erfaringerne fra december også bliver brugt, når skolerne tager hul på et nyt år. De aktiviteter, som klassen bliver glad for, kan gentages og blive en del af hverdagen.

– Eleverne har brug for en skoledag med masser af variation i undervisningen og mulighed for at sætte kroppen i spil. Set i et samfundsperspektiv er det vigtigt, at skolerne prioriterer bevægelse højt. Det kan gøre en forskel for elevernes motivation for at gå i skole og kan være med til at fremme deres læring og sundhed. Julekalenderen er et konkret sted at begynde, fordi lærere og pædagoger får aktiviteter, der er lige til at bruge, og forhåbentlig kan ride videre på begejstringen i det nye år, siger Bjørn Friis Neerfeldt.

Bevægelsesjulekalenderen er gratis og kan bruges fra 0. til 9. klasse. Da klasserne også har mulighed for at tilmelde sig i december, forventes deltagerantallet at stige yderligere i de kommende uger.

—

Fakta om bevægelsesjulekalenderen I 2026 er 8.160 klasser fra 1.310 skoler i hele landet tilmeldt. Det svarer til cirka 170.000 elever.

Oveni årets tal kan lægges over 100 tilmeldte klasser uden for Danmark.

Dansk Skoleidræt har udgivet bevægelsesjulekalenderen siden 2014.

Hver skoledag i december udkommer en ny aktivitet med en video. Lærere eller pædagoger, der har tilmeldt deres klasse, får link til dagens video på mail.

Kalenderen er digital og gratis at deltage i. Der hører en plakat til, som klasserne selv kan printe og bruge til at krydse dagens aktivitet af.

Læs mere om bevægelsesjulekalenderen.

—

Kontakt Dansk Skoleidræt for yderligere information og hjælp med kontakt til skoler, der deltager i bevægelsesjulekalenderen.

For yderligere information:

Bjørn Friis Neerfeldt, Dansk Skoleidræt, 29899817, bc@skoleidraet.dk

KILDE / LOGO: Dansk Skoleidræt. FOTO: Hannibal Klok, Dansk Skoleidræt.

Online: https://pressemeddelelse.dk/pressemeddelelser/pressemeddelelse-julekalender-saetter-170000-elever-i-bevaegelse/

Pressemeddelelsen er videreformidlet af Pressemeddelelse.dk. Pressemeddelelse.dk er ikke ansvarlig for indholdet. Spørgsmål til indholdet rettes til Dansk Skoleidræt.