



Danskernes Historie Online

Danske Slægtsforskeres Bibliotek

Dette værk er downloadet fra Danskernes Historie Online

Danskernes Historie Online er Danmarks største digitaliseringsprojekt af litteratur inden for emner som personalhistorie, lokalhistorie og slægtsforskning. Biblioteket hører under den almennyttige forening Danske Slægtsforskere. Vi bevarer vores fælles kulturarv, digitaliserer den og stiller den til rådighed for alle interesserede.

Støt vores arbejde – Bliv sponsor

Som sponsor i biblioteket opnår du en række fordele. Læs mere om fordele og sponsorat her: <https://slaegtsbibliotek.dk/sponsorat>

Ophavsret

Biblioteket indeholder værker både med og uden ophavsret. For værker, som er omfattet af ophavsret, må PDF-filen kun benyttes til personligt brug.

Links

Slægtsforskerens Bibliotek: <https://slaegtsbibliotek.dk>

Danske Slægtsforskere: <https://slaegt.dk>

46

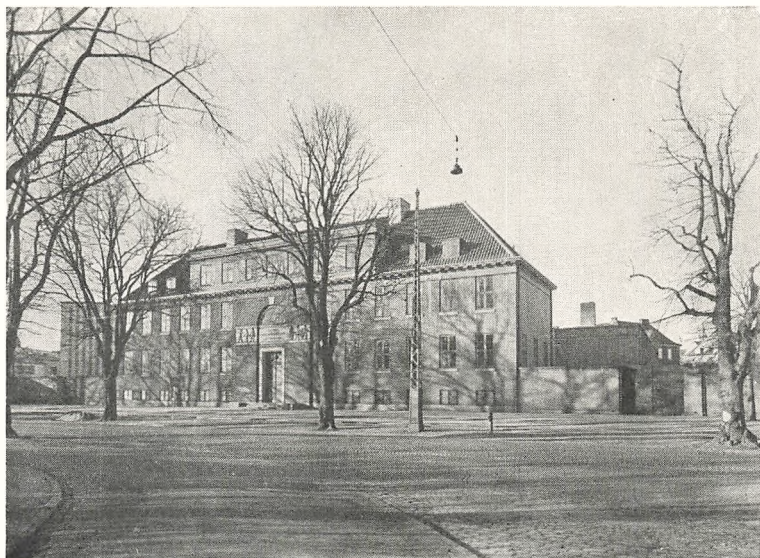
DANMARKS HØJSKOLE FOR LEGEMSØVELSER

ÅRSBERETNING 1965-66

Ved

Hermod Andersen

Rektor



DANMARKS HØJSKOLE FOR LEGEMSØVELSER

ÅRSBERETNING
FOR UNDERVISNINGÅRET
1965-66

Ved
Hermod Andersen
Rektor

HØJSKOLENS LÆRERE 1965-66

A = årskursus. B = 2. års studerende. C = 1. års studerende
K = kvinder. M = mænd.

- Andersen, Frode*, rektor, dr. techn. Legemsøvelsernes specielle teori og historie: AK og AM. 3 timer.
- Asmussen, Erling*, professor, dr. phil. Fysiologi: AK og AM I. 2 timer.
- Berg-Sørensen, Ivar*, pædagogisk inspektør ved DHL, cand. mag. Atletik: CM II. Gymnastik: BM. 13 timer.
- Clausen, Karen*, lektor, cand. mag. Boldspil: BK. 4 timer.
- Frederiksen, Birgit Trier*, seminarieadjunkt. Gymnastik: AK. 4 timer.
- Halkier, Karen Inge*, kommunelærerinde. Atletik: AK, BK og CK. 12 timer.
- Hansen, Ole*, adjunkt, cand. mag. Anatomi: AM, 3 timer i første semester m. hver halvdel. Volleyball: BM. 1 time.
- Helge, Leo*, overlærer. Boldspil: AM. 14 timer.
- Jørgensen, Werner*, adjunkt, cand. mag. Gymnastik: CM. 14 timer.
- Koch, Betty*, cand. mag. Undervisningsteknik og undervisningsøvelser i gymnastik: AK, BK og CK. 10 timer.
- Lemberg, Birthe*, adjunkt, cand. mag. Boldspil: AK og CK. 14 timer.
- Madsen, Erik*, adjunkt, cand. mag. Basketball og håndbold: BM og CM. 6 timer.
- Møller, Niels*, kommunelærer. Fodbold og håndbold: BM og CM. 5 timer.
- Nielsen, Birthe*, stud. scient. Gymnastik: BK og CK. Rytmik: AK og BK. 12 timer.
- Nielsen, Mette*, kommunelærerinde. Svømning: CK. 8 timer.
- Nielsen, Poul*, lektor, cand. mag. Svømning: BM og CM II. 10 timer.
- Nielson, Sonja*, kommunelærerinde. Redskabsgymnastik: AK, BK og CK. 8 timer.
- Rasch, Ole*, kommunelærer. Gymnastik: AM. 16 timer.
- Rasmussen, Birger*, universitetslektor, cand. mag. Fysiologi: AM II. 2 timer.
- Seibak, Tove*, kommunelærerinde. Svømning: AK og BK. 12 timer.
- Selander, Niels Peter*, pianist. Musik og Rytmik: AK, BK og CK. 7 timer. (Desuden pianist ved undervisning i gymnastik.)
- Steendahl, Kai*, adjunkt, cand. mag. Atletik: BM og CM I. 9 timer.
- Sørensen, Carl Gunnar*, lektor, cand. mag. Anatomi: AK, 3 timer i første semester.

Warming, Kai, overlærer. Svømning: AM og CM I. 16 timer.

Westh, Flemming, kommunelærer. Atletik: AM. 10 timer.

Koch Jensen, Vagn, stud. scient. Atletik: hjælpelærer. CM II. 5 timer.

Fru *Liss Burmester* gennemførte i forårssemesteret et kursus i gymnastik på 3 ugentlige timer med AK og BK .

Ved udgangen af kursusåret tog højskolen afsked med lektor fru Karen Clausen, cand. mag. fru Betty Koch, overlærer Leo Helge og lektor C. G. Sørensen, der alle i en årrække har udført et dygtigt arbejde i højskolens tjeneste. Overlærer Leo Helge havde ved udgangen af dette kursusår været knyttet til højskolen i 25 år.

LÆRERE VED KORTE KURSUS I ÅRETS LØB

Instruktør fru *Aase Konow* og instruktør fru *Anna Teilman Thomsen*. Elementær førstehjælp: A- og C-hold. Inspektør *I. Berg-Sørensen*. Orientering: A- og C-hold. Kgl. kapelmusikus *Bent Lylloff*. Rytmik, trommeslagning: AK og BK. Kommunelærer *Knud Vils*. Dansk Skolegymnastikmærke, dommerkursus: AM og BM. Rektor *Hermod Andersen*. Undervisningsproblemer i gymnasieskolen: B-holdene. Gymnastikinspektør *Job. Johansson*. Undervisningsproblemer i folkeskolen: A-holdene. Professor, dr. phil. *K. B. Madsen*. Indlæringsteori og undervisningspraksis. Motivation – drivkræfterne bag idrætspræstationer: A-holdene. Afdelingsleder, cand. psych. *Sv. Skyum-Nielsen*. Socialpsykologiske faktorer i undervisningen – specielt idrætsundervisningen: A-holdene. Afdelingsleder, lektor *C. Å. Høeg Larsen*. Didaktik: A-holdene. Professor *Carl Aage Larsen*. Undervisningsmetodologi: A-holdene.

Det ugentlige timetal for de enkelte hold

Fag	A		B		C	
	Lærerne		2. års studerende		1. års studerende	
	M.	K.	M.	K.	M.	K.
Atletik	5	3	4	3	5	3
Boldspil	7	6	4	4	4	4
Gymnastik	8	8	8	9	7	7
Svømning	5	5	4	4	4	4
Rytmik		1		1		
Musikkundskab		1				1
Anatomi	3*	3*				
Fysiologi	2	2				
Gymnastikteori	3	3				
Samlet time- tal på DHL	33	32	20	21	20	19

* Kun i efterårssemesteret.

Hertil kom yderligere korte kursus med samlet timetal som angivet:
Elementær førstehjælp: 12 ti. for A-hold og 12 ti. for C-hold.

Orientering: 5 teoriti. + 2 dage på lejrskole for A- og C-hold.

Rytmik og trommeslagning: 6 ti. for AK og BK.

Skolegymnastikmærke, dommerkursus: 3 ti. for AM og BM.

Undervisningsproblemer i folkeskolen: 4 ti. for A-holdene.

Undervisningsproblemer i gymnasieskolen: 4 ti. for B-holdene.

Forelæsninger i Psykologi og Pædagogik: 12 ti. for A-holdene.

A. ÅRSKURSUS FOR SEMINARIEUDDANNEDE LÆRERE OG LÆRERINDER

1. Undervisningen

På dette kursus optoges udelukkende seminarieuddannede lærere og lærerinder.

Kursus påbegyndtes den 16. august 1965 med 17 kvindelige og 28 mandlige elever. Yderligere fulgte en norsk lærerinde undervisningen som gæst fra 15. august til 1. november 1966. Der blev i henhold til seminarieloven af 11. juni 1954 tildelt 22 elever fuld vikarhjælp i kursustiden, 10 elever modtog scholarstipendier á 2.550 kr. + tillæg = 8.337,96 kr. pr. elev. 3 elever modtog understøttelse med 100 kr. mdl. til dobbelt husførelse.

Kursus sluttede den 18. juni 1966.

Kursusindhold

A n a t o m i. Elementær oversigt over menneskets anatomi med særligt henblik på bevægelsesorganerne. Som grundlag for undervisningen benyttedes K. E. Schreiner og A. Schreiner: Menneskeorganismen (mindre udgave).

F y s i o l o g i. Elementær gennemgang af legemets funktioner; muskelarbejde, åndedræt og kredsløb behandlede noget mere udførligt. Som grundlag benyttedes: Erling Asmussen og Marius Nielsen: Lærebog i menneskets fysiologi (4. udgave).

L e g e m s ø v e l s e r n e s s p e c i e l l e t e o r i o g h i s t o r i e. Legemsøvelsernes mekanik. Inddeling af det gymnastiske øvelsesstof. Gennemgang af nogle karakteristiske øvelsestyper. (Kompendium af Frode Andersen.) Barnets udvikling. Den fysiske præstationssevne hos børn og voksne. Kønsforskelle. Træning. (Kompendium af E. Asmussen og E. Hohwü Christensen.) Gennem forelæsninger blev givet en kort oversigt over legemsøvelsernes historie.

G y m n a s t i k. 1. **K v i n d e l i g e e l e v e r.** I *rytmisk gymnastik* blev stof gennemgået, der dels sigtede mod de studerendes egen dygtiggørelse og dels var anvendeligt som grundlag for udarbejdelsen af materiale til undervisningen i skolerne, idet der blev lagt vægt på gennemgangen af så mange forskellige bevægelsesformer og øvelsestyper som muligt. Der blev arbejdet med fritstående

øvelser, øvelser med småredskaber, selvstændige bevægelsesopgaver og improvisation. Endvidere introduceredes nogle gymnastiksystemer. 1 time om ugen brugtes til undervisning af en børneklasse og 1 time egentlig til indbyrdes undervisning. – I *redskabsgymnastik* modtog eleverne en praktisk og metodisk gennemgang af et øvelsesstof passende for folkeskolens elever, omfattende såvel redskabsgymnastik som øvelser med småredskaber. Endvidere blev skolegymnastikmærket for piger gennemgået. Ved undervisningen benyttedes følgende kompendier: Betty Koch: »Undervisning i pigegymnastik« i det omfang, det dækkede faget undervisningsteknik. Sonja Nielson: Behændighedsøvelser. – I *musikkundskab* modtog de kvindelige elever en elementær gennemgang af musikens grundbegreber. Rytmeøvelser med bankning, klap og rytmeinstrument. Gennemgang af taktarter i forbindelse med forskellige musikformer og -karakterer med henblik på deres anvendelse som gymnastikmusik samt optræning i ved forespillede musikeksempler at kunne fastslå bevægelsestal, karakter og taktart. Som grundlag benyttedes Dagmar Borup: Rytmiske øvelser, samt Else Petersen og N. P. Selander: Skematisk oversigt over gymnastikmusik.

2. Mandlige elever. Undervisningen omfattede praktisk gymnastik, metodik (undervisningslære og spec. gymnastikmetodik), undervisningsøvelser og gymnastikundervisningens almindelige regler. Der blev anvist et varieret øvelsesstof, hvoraf følgende emner skal fremhæves: Almen gymnastik til opvarmning og motion, gymnastik med musik (1 sæt musikbånd), småbørnsgymnastik og gymnastik med småredskaber, idrætsgymnastik, lege, arbejdsteknik. – Der blev lagt vægt på at anvende tidssvarende træningsformer og undervisningsformer. Der blev foretaget en række ekskursioner, hvor man så på gymnastik og gymnastikundervisning, til skoler, idrætsstævner og idrætshøjskoler. – Eleverne fik i årets løb anvist forskellig litteratur og gymnastiktidsskrifter. Der benyttedes følgende håndbøger: Hermod Andersen og Rikard Frederiksen: Redskabsgymnastik I–III. Ove Bøje: Rationel Træning. Vagn Brøchner: Lege i skolen. Hirsikangas Merta: 888 øvelser i turn. Ole Rasch: Kompendium i arbejdsteknik. Ole Rasch: Begynderøvelser i idrætsgymnastik. Ole Rasch og Erik Velin: Videregående øvelser i idrætsgymnastik. Klas Thoresson: Mattövningar. Tidsskrift for Legemsøvelser: Visse artikler. Undervisningsvejledning for folkeskolen. Yderligere blev der anvendt en del duplikeret materiale.

Atletik. 1. Kvindelige elever. I praktisk atletik opøvedes personlige færdigheder inden for kvindeatletikkens discipliner, ligesom det stof, der kan bruges til undervisning i børneskolen, blev gennemgået og opøvet. Undervisningen i metodik omfattede vejledning i den pædagogiske tilrettelæggelse af øvelsesstoffet, undervisningens teknik, træningslære og tilrettelæggelse af idrætsstævner, samt uddannelse til idrætsmærkedommere. Der blev arrangeret ekskursion til finalestævnet i folkeskolens atletikkonkurrencer.

2. Mandlige elever. De praktiske øvelser omfattede dels det øvelsesstof, der kan bringes i anvendelse i børneskolen, dels øvelser passende for elevernes egen aldersklasse. Eleverne søgtes bibragt så stor teknisk færdighed, at atletikkens øvelser kunne forevises og udføres på tilfredsstillende måde. Elevernes egen færdighed bedømtes efter en af lærerne ved DHL udarbejdet karakter-skala. Der uddeltes dupliserede ark ved gennemgang af de enkelte øvelses metodik samt eksempler på løbetrænings- og styrketræningsprogrammer, som kan benyttes i børneundervisning. Atletikreglementet blev gennemgået. Desuden henvistes til engelsk, svensk og tysk litteratur samt til tidsskrifter.

Boldspil. 1. Kvindelige elever. Der blev lagt afgørende vægt på hovedspillene: Langbold, håndbold, basket- og volleyball, både med henblik på egne færdigheder, dommervirksomhed og undervisning. Desuden arbejdedes med M-bold, baseball og småspil, og året igennem med specialtræning og småøvelser i forbindelse med de enkelte spils teknik og taktik. I en ugentlig time havde kursisterne lejlighed til at undervise en børneklasse fra Københavns skolevæsen.

2. Mandlige elever. Øvelsesstoffet omfattede tekniske og taktiske træningsøvelser som grundlag dels for begynderundervisningen i skolen og dels for den videregående undervisning. De betydende boldspil: Rundbold, M-bold, langbold, fodbold, håndbold, basketball og volleyball blev gennemgået med sigte både på folkeskolens klasser og på kursisternes egen udvikling. Ligeledes blev kursisterne indgående gjort bekendt med lege og stafetløb. Indlæringen af metodik og undervisningsfærdighed omfattede den pædagogiske tilrettelæggelse af øvelsesstoffet og undervisningens teknik. Alle havde lejlighed til at undervise en børneklasse fra

Københavns skolevæsen året igennem. Boldspillovene blev gennemgået og fortolket som basis for dommervirksomhed. Der anvendtes følgende bøger: Poul Beck: Boldspil og lege. Erik Hagensen: Håndbog i fodboldtræning. Walter Winterbottom: Fodbold. Knud Lundberg: Angrebsspillet. Forsvarsspillet. Aksel Pedersen og Holm Pedersen: Håndbold. Erik Madsen og T. Starup Hansen: Basketball.

Svømning. 1. Kvindelige elever. Undervisningen i hal-len omfattede gennemprøvning af alt stof til undervisningsbrug, indbyrdes undervisning, samt opøvelse af praktisk svømmefærdighed med henblik på de afsluttende prøver i svømning og livredning. I teoritimerne blev gennemgået svømmearternes teknik og grundstil samt undervisningsmetoder, fulgt op af 2 større og adskillige mindre skriftlige opgaver. Undervisningen med børn fra nærliggende skoler gav den praktiske baggrund for teorien. Af bøger anvendtes »Svømning« af Johansson og Schüssler samt forskelligt duplikeret materiale. Endvidere henvises til en del udenlandsk litteratur.

2. Mandlige elever. Formålet med undervisningen i praktisk svømning var at optræne elevernes svømmefærdighed, så de af DHL opstillede krav for beståelse af svømmelærereksamen kunne honoreres, samt at gennemprøve den metodik, der anvendes ved undervisningsøvelserne med børn. Undervisningen omfattede gennemgang af svømmearternes teknik, metodik m. m. samt 2 skriftlige kursusprøver á 2 timer i årets løb og undervisningsøvelser med børn samt indbyrdes undervisning. Der benyttedes Johansson og Schüssler: Svømning (6 udg.) og henvises til forskellig nyere engelsk, svensk og tysk svømmelitteratur.

Terræn- og orienteringsøvelser. Formålet med kursus var at give deltagerne de grundlæggende kundskaber i kort- og kompaslære samt at sætte dem i stand til at tilrettelægge orienteringsløb i lettere form. Kursus omfattede 5 indledende teoritimer på DHL efterfulgt af et 2-dages ophold på Den Nordiske Lejrskole, Hillerød, hvor der blev afholdt to løb i terrænet, lagt af eleverne, samt en kompasøvelse og et pointsorienteringsløb, der udgjorde den praktiske kursusprøve. Som hjælper fungerede stud. scient. Ole Ryttersgaard Jensen.

Førstehjælp. Der afholdtes et 12-timers kursus i elementær førstehjælp på grundlag af den af sundhedsstyrelsen udgivne bog: Elementær Førstehjælp. Kursus giver adgang til instruktørkursus på Danmarks Lærerhøjskole.

Praktik. Fra den 12. til 22. januar gennemførtes en udsendelse til skoler og institutioner. Såvel de kvindelige som de mandlige elever besøgte en række skoler i København og omegn, hvor man overværede undervisningen. Den afsluttende, frugtbare diskussion om praktikugen gav et godt udtryk for det udbytte, eleverne havde fået, og DHL vil gerne takke gymnastikinspektørerne Povl Jørgensen og fru Martha Jørgensen, idrætskonsulent fru Karen Trier Olsen samt de vejledende lærere for venlig hjælpsomhed.

2. Afgangsprøve

Der afholdtes ikke eksamen i de praktiske discipliner hverken i personlig færdighed eller undervisningsfærdighed. Den skriftlige eksamen bestod af en 4 timers opgave i legemsøvelsernes specielle teori og en 4 timers opgave i de fire praktiske discipliners metodik. Mundtlig eksamen afholdtes i anatomi, fysiologi og speciel teori. Da karaktererne i skriftlig og mundtlig speciel teori blev sammenlagt, fremkom 4 eksamenskarakterer. Hver elev fik standpunktskarakter i praktisk færdighed i henholdsvis gymnastik, atletik, boldspil og svømning. For atletik og svømning er opstillet en karakterliste i sammenhæng med en resultatliste, og i de andre discipliner afholdtes en række kursusprøver i årets løb. Hver elev fik en udtalelse om undervisningsfærdigheden dækkende alle 4 discipliner. Lærerrådet afgjorde for hver enkelt elev, om det samlede resultat var tilfredsstillende.

Følgende *lærerinder* og *lærere* bestod den afsluttende eksamen: Birgit Mazanti Albertsen, Herning. Rikke Bramsen, Halk, Sønderjylland. Brynhild Trier Føllend, Færøerne. Nini Kari Gløtvold, Norge. Eva Damsholt Hansen, Løsning. Anna Marie Jensen, Harlev. Inge D. Fabricius Jensen, København. Bente Jørgensen, Esbjerg. Inger Broe Jørgensen, Gislinge. Solveig Kløverpris, Højrup, Fyn. Inger Lyders Larsen, Østervang. Inger Bach Olesen, Hjørring. Inger Marie Lander Poulsen,*) Kauslunde, Fyn. Edith Rode, Virum. Kirsten Birthe Sørensen, Hillerød. Aase Rahbek Sørensen, St. Merløse. Margit Uldall-

*) Har ikke aflagt de til autorisation som svømmelærer krævede prøver.

Jessen, Haderslev. Carl Chr. Lund Andersen, Frederiksberg. Cyril Bendixen, Hornum, Frede Buchardt, Haderslev. Helmut Diedrich, Egernførde. Jørgen Gaarskjær, Assens. Peder Damgaard Houle, Nørresundby. Esben Jensen, Harlev. Keld Friis Jensen, Tyrstrup, Sønderjylland. Karl-Erik Jensen, København. Karl Johan Vedel Jensen, Sorø. Nils Weber Jørgensen, Haderslev. Børge Kirkegaard, Herlev. Ove Kræfting, Kregme. Palle Kjærbye Larsen, Holsted. Svend Hugo Madsen, Aalborg. Kaj Sakstrup Nielsen, Hjørring. Ove Kristian Nielsen, Aalborg. Leif Nolling, Albertslund. Knud Nørgaard, Aalborg. Niels Lynggaard Pedersen, Præstø. Paul Elmo Pedersen, Vejle. Kjeld Silkjær, Hurup. Daniel Skifte, Bagsværd. Børge Sørensen, Egebjerg, Falster. Flemming Seirberg, Padborg. Kaj Henning Sørensen, Rødby. Magne Uldall-Jessen, Århus N. Viggo Østergaard, Højbjerg, Århus.



Svømmehallen

B. + C. 2-ÅRIGT KURSUS FOR STUD. MAG.ER OG SCIENT.ER

1. Undervisningen

Kursus er obligatorisk for studenter indtegnet ved Københavns Universitet med legemsøvelser som fag.

Undervisningen påbegyndtes for 1. års studerende den 3. september 1965 og for 2. års studerende den 16. august 1965 med følgende antal elever:

	K.	M.
1. års studerende	46	47
2. års studerende	24	23

Fag- og timefordelingen fremgår af skemaet side 5.

Kursusindhold

Gymnastik. 1. Kvindelige elever. I *rytmisk gymnastik* arbejdedes der det første år med stof, som dels tjente til at bringe eleverne personlige færdigheder, og dels var anvendeligt som undervisningsstof i gymnasiet, især arbejdedes meget med småredskaber, både bolde, køller, sjippetove og tøndebånd. Gymnastikmetodikkens almindelige problemer, øvelsernes metodiske opbygning samt tilrettelæggelse af øvelsesstof passende for gymnasieskolen blev gennemgået. Skolegymnastikmærket for piger blev gennemgået, ligesom der undervistes i arbejdsstillinger samt i løfte- og bæreteknik. Endvidere blev der introduceret forskellige gymnastiksystemer, hvoraf 1 blev prøvet i praksis i form af et kursus. Undervisningen i *redskabsgymnastik* omfattede en meto- disk gennemgang af redskabs- og behændighedsøvelser, samt indførelse i bedømmelsen af de til gymnastikmærkerne hørende redskabsøvelser. En gymnasieklasse fra Nørre Gymnasium var stillet til rådighed ved undervisningsøvelser, og yderligere underviste eleverne hinanden i selvkomponerede øvelser. Der anvendtes et kompendium af Betty Koch: Undervisning i pige-gymnastik, samt Sonja Nielson: Behændighedsøvelser. I *musikkundskab* modtog de 1. års studerende elementær gennemgang af musikkens grundbegreber. Rytmøvelser med bankning, klap og rytmeinstrument. Gennemgang af taktarter i forbindelse med forskellige musikformer og -karakterer med henblik på deres anvendelse som gymnastikmusik samt optræning i ved forespillede musikseksempler at

kunne fastslå bevægelsestal, karakter og taktart. Som grundlag benyttedes Dagmar Borup: Rytmske øvelser, samt Else Petersen og N. P. Selander: Skematisk oversigt over gymnastikmusik.

2. *Mandlige elever.* Det første år blev de elementære øvelser i de almindeligste skoleredskaber praktisk-metodisk gennemgået, ligesom der – i samarbejde med N. P. Selander – blev arbejdet med musik til gymnastik. Eleverne blev prøvet i deres praktiske færdigheder ved 4 standpunktsprøver i årets løb. Det andet år blev idrætsgymnastikkens videregående øvelser gennemgået praktisk-metodisk. Med båndoptager som hjælpemiddel arbejdedes meget med musik til gymnastik. Forskellige former for styrke-træning såvel som principperne for bære-løfteteknik blev gennemprøvet. Der afholdtes 4 standpunktsprøver i idrætsgymnastik og 1 i selvkomponeret fri serie på gulv med musikledsagelse. Eleverne blev uddannet til dommere i skolegymnastikmærket. En gymnasieklasse fra Østre Borgerdyd var stillet til rådighed for undervisningsøvelser. Undervisningen har støttet sig til duplikeret materiale, men yderligere anvendtes følgende bøger: Kaija-Lena Bergerus: *Ton och Motion*, 1963. Klas Thoresson: *Mattövningar*, 1957. Tapio Hirsikangas og Unto Merta: *888 øvelser i turn*, 1950. *Schriftenreihe zur Praxis der Leibeserziehung*: Band 1, 2, 6, 8 og 10. Helmut Bantz & Adalbert Dickhut: *Turnmethodik* 1959. Hermod Andersen og Rikard Frederiksen: *Redskabsgymnastik I-III*.

Atletik. 1. Kvindelige elever. I praktisk atletik opøvedes den personlige færdighed inden for kvinde-atletikkens discipliner. En børneklasse var stillet til rådighed ved undervisningsøvelser, og eleverne havde desuden indbyrdes undervisning i faget. Metodik omfattede vejledning i den pædagogiske tilrettelæggelse af øvelsesstoffet, undervisningens teknik, træningslære og tilrettelæggelse af idrætsstævner, endvidere uddannelse til idrætsmærkedommere og atletikdommere.

2. *Mandlige elever.* Teoretisk, metodisk og praktisk blev de øvelser, der anvendes i gymnasieskolen, foruden 10-kampens øvelser (hækkeløb, stangspring, 400 m og 1500 m løb) gennemgået. Eleverne havde indbyrdes undervisning i faget. Elevernes praktiske færdigheder bedømtes efter en af lærerne ved DHL udarbejdet karakterskala. Kursus afsluttedes med en 10-kamp, der afholdtes dels på højskolens egne baner, dels på Østerbro Stadion.

Som vejledende litteratur anvendtes: Toni Nett: Das Übungs- und Trainingsbuch der Leichtathletik, bind 1–6, 1960–65. August Kirsch: Jugend Athletik. Berno Wischmann: Methodik der Leichtathletik, 1960. Günther Bernard: Leichtathletik der Jugend 1–2, 1960. Kalervo av Ursin: Fri idrott, I, 1962. Bengt Saltin: Grunden för effektiv träning, 1964. Stein Johnson: Styrketrening for idrett, arbeid, mosjon, dagliglov, 1963. Aksel Bjerregaard: Atletik, teknik og metodik, 1960. »Jeg dyrker atletik«, udg. af Politikens forlag 1965 og D.A.F.'s atletikreglement, 1963.

Boldspil. 1. Kvindelige elever. Det første år blev langboldspillet og forskellige »små« indendørs boldspil færdigbehandlet. Yderligere blev de elementære spilleregler og grundlæggende øvelser for håndbold, basketball og volleyball gennemgået. Det andet år afsluttedes undervisningen i de tre nævnte spil såvel som i M-bold og baseball. En gymnasieklasse fra Nørre Gymnasium var stillet til rådighed for undervisningen ud over den tid, hvor eleverne var ude til praktik på skolerne. Hver elev underviste et par gange. I. G. fik derved lært begyndelsesgrundene i volleyball, håndbold og basketball, og i diskussionerne efter lektionerne deltog hele holdet.

Langboldlovene blev gennemgået, inden eleverne medvirkede ved et langboldstævne, der var arrangeret af gymnasieskolerne i Gentofte-regionen. I håndbold, basketball og volleyball blev de internationale love gennemgået, og de skriftlige prøver havde her en sværhedsgrad som ved de egentlige dommerprøver. Endelig blev undervisningsteknik og specialøvelser teoretisk gennemgået på grundlag af de pågældende afsnit i Johansson: Skoleidræt.

2. Mandlige elever. Det første år omfattede øvelsesstoffet: grundlæggende tekniske øvelser samt spil for noget øvede i fodbold, håndbold og basketball. Undervisning i metodik og undervisningsfærdighed blev flettet ind i det løbende program og praktiseret under indbyrdes undervisning. Lovgennemgang og lovforklaring af fodbold- og håndboldlovene. Det andet år omfattede øvelsesstoffet tekniske øvelser for viderekomne af stor sværhedsgrad, med særligt henblik på træning under pres. Spillene fra 1. år blev videreført, men med stigende vanskelighedsgrad. Desuden tekniske øvelser samt spil for noget øvede i volleyball. Megen vægt blev lagt på den taktiske indsigt og færdighed. Lovgennemgang og fortolkning af basketball- og volleyball-lovene. – Vej-

ledning i metodik og undervisningsfærdighed blev knyttet til den praktiske, daglige undervisning. Der anvendtes følgende bøger: Erik Hagensen: Håndbog i fodboldtræning. Walter Winterbottom: Fodbold. Knud Lundberg: Angrebsspillet. Forsvarsspillet. Carl Madsen: Håndbold. Aksel Pedersen og Holm Pedersen: Håndbold. Erik Madsen og T. Starup Hansen: Basketball. Lovsæt til hver disciplin.

Svømning. 1. **Kvindelige elever.** I løbet af de to år trænede i praktisk svømning mod aflæggelse af de på DHL krævede prøver for bestået svømmelærereksamen. Metodik og undervisningsøvelser omfattede alle anvendte svømmearter, undt. butterfly. For 2. års-eleverne lå hovedvægten på det metodisk-teoretiske stof. Alt undervisningsstoffet i svømning og livredning blev gennemprøvet og anvendt i praksis, dels ved indbyrdes undervisning og dels ved undervisning af børn fra nærliggende skoler. I teoritimerne benyttedes »Svømning« af Johansson og Schüssler samt duplikeret materiale. Der afleveredes i årets løb to større samt flere mindre skriftlige opgaver.

2. **Mandlige elever.** I løbet af de to kursusår har eleverne i praktisk svømning gennemgået undervisning og træning i alle svømmearter. Undervisningen har været tilrettelagt på en sådan måde, at alle øvelser har kunnet anvendes i forbindelse med indbyrdes undervisning i løbet af det første kursusår og børneundervisning i det sidste. Træningen i praktisk svømning har haft til formål at give eleverne en god form i alle svømmearter og at bringe dem i så god kondition, at de uden besvær har kunnet aflægge de i forbindelse med kurset obligatoriske prøver. I andet kursusår har eleverne fået gennemgået den metodiske indøvelse af svømmearterne med særligt henblik på børneundervisning. Elever fra Østre Borgerdydskole var stillet til rådighed for undervisningen i det sidste kursusår.

Terræn- og orienteringsøvelser afholdtes det første kursusår. Formålet var at give deltagerne de grundlæggende kundskaber i kort- og kompaslære samt at sætte dem i stand til at tilrettelægge orienteringsløb i lettere form. Kursus omfattede 5 indledende teoritimer på DHL efterfulgt af et 2-dages ophold på Den Nordiske Lejrskole, Hillerød, hvor der blev afholdt to løb i terrænet, lagt af eleverne, samt en kompasøvelse og et points-

orienteringsløb, der udgjorde den praktiske kursusprøve. Som hjælpelærere fungerede to 2. års studerende samt stud. scient. Ole Ryttersgaard Jensen.

P r a k t i k. I to perioder har de 2. års studerende været udsendt til storkøbenhavnske gymnasier på praktik. I tiden 16. august til 11. september havde den ene halvdel af eleverne boldspil – den anden atletik-praktik; de to halvdele byttede skoler indbyrdes efter 14 dages forløb. Fra 11.–29. januar var eleverne på gymnastikpraktik. I hver udsendelsesperiode var eleverne ude i hold på 2 eller 3, som fulgte 15 ugentlige timer, almindeligvis fordelt på 5 klasser á 3 timer. De benyttede praktikskoler var: Aurehøj Gymnasium, Christianshavns Gymnasium, Efterslægtsselskabets skole, Frederiksberg Gymnasium, Gl. Hellerup Gymnasium, Gladsaxe Gymnasium, Holte Gymnasium, Kildegaards Gymnasium, Nørre Gymnasium, Ordrup Gymnasium, Rysensteens Gymnasium, Rødovre Statsskole, Vestre Borgerdydskole, Virum Statsskole, Øregaard Gymnasium, Østre Borgerdydskole.

Eleverne havde stort udbytte af praktiktiden, og DHL skylder de pågældende skolars rektorer og gymnastiklærere og -lærerinder megen tak.

2. Afslutningen på det obligatoriske kursus

Ved afgørelsen af, om det obligatoriske kursus for studerende er gennemgået på tilfredsstillende måde, tager lærerrådet i hvert enkelt tilfælde hensyn til såvel mødeprocenten som standpunktet i gymnastik, atletik, boldspil og svømning, både hvad angår elevernes praktiske færdighed og deres kundskaber i metodik. I løbet af kursus afholdes en række kursusprøver, der alle skal bestås med et tilfredsstillende resultat. På afgangsbeviset påføres standpunktskarakterer i henholdsvis praktisk færdighed og metodik for hver af de fire discipliner.

Følgende 18 kvindelige og 23 mandlige studenter afsluttede det obligatoriske kursus med tilfredsstillende resultat:

Alice Beck Adamsen, København. Janne Christiansen, København. Bente Frewald, København. Ellen Galatius-Jensen, Tarm. Dorte Hammelev, København. Ulla Johansen, København. Merethe Haagen Larsen, København. Mette Behrendt Larsen, København. Ulla Michelsen, København. Helle Jon Norbøll, Helsingør.*) Bente Norsker, København. Karen Margrethe Olsen, København. Tine Ottesen, København.

*) Har ikke aflagt de til autorisation som svømmelærer krævede prøver.

Grethe Alice Rasmussen, København. Lisbeth Schelde, København. Gertie Slot, Vordingborg. Pia Sørensen, København. Inger Thorsen, København. 3 nåede ikke at fuldføre de krævede prøver. Finn Andersen, Bistrup. Henning Asmussen, København. Palle Bach, Roskilde. Jens Ulrik Bencke, Roskilde. Tom Bendix, Lyngby. Bent Brandtoft, Århus. Rud Uhrenholdt Christensen, København. Bjarne Glenstrup, København. Poul Storm Iversen, København. Anders Kohl, Lyngby. Allan Lyhne, København. Kaj Nielsen, København. Holger Nørby, København. Arne Jens Olsen, København. Jens Olsen, København. Erik Benny Pedersen, København. Per-Göran Persson, København. Jørgen Schacht Petersen, Virum. Lars-Peter Sterling, Hillerød. Steen Schou Sørensen, København. Klaes Techau, København. Otto Paulli Thomsen, København. Jørn Tolshave, Toftlund.



Pejsestuen

AF HØJSKOLENS DAGBOG. AUGUST 1965 - JUNI 1966

16. august–11. september: Praktikudsendelse for B-holdene.
8. og 22. september: Årskursisterne medvirkede ved afviklingen af skoleidrætsdagen i hhv. København og Gentofte.
- 13., 16. og 17. september: De ældste studerende (B-holdene) medvirkede ved afviklingen af regionsstævner inden for gymnasieskolernes landsatletikstævner.
20. september: De kvindelige årskursister fungerede som dommere ved finalestævnet for folkeskolens atletikstævner i Sønderborg.
27. september–28. oktober: Inden for den nævnte periode afholdtes 2 dages lejrskoleophold for henholdsvis A- og C-hold med afvikling af praktiske orienteringsøvelser.
6. oktober: Lærer- elevfest med volleyball-turnering om eftermiddagen og spisning samt dans om aftenen.
- 19.–24. oktober: Et gymnastikhold på 12 mand gav under inspektør Berg-Sørensens ledelse opvisning i Amsterdam i anledning af 40-års jubilæet for Academie voor Leichamelijke Opvoeding. I samme tidsrum var et udvalgt kvindeligt atletikhold i Prag under lærerinde Karen Inge Halkiers ledelse.
20. december: Julefest for elever, lærere og personale i idrætshallen.
- 10.–15. januar: Praktikudsendelse for C-holdene (Gymnastik).
- 11.–29. januar: Praktikudsendelse for B-holdene (Gymnastik).
- 12.–22. januar: Praktikudsendelse for A-holdene (Gymnastik).
4. februar: Årskursisterne på besøg på Gerlev Idrætshøjskole.
17. februar: Besøg af svenske gymnastiklærere fra Hallands og Jönköping len.
11. marts: Mandlige årskursister på besøg på Ollerup Gymnastikhøjskole under ledelse af lærer Ole Rasch.
1. april: Forårsopvisning i OM-hallen under medvirken af alle DHL's elever.
- 2.–7. april: Et hold kvindelige og mandlige 2. års studerende deltog under inspektør Berg-Sørensens ledelse i en international kongres i Groningen med deltagere fra England, Belgien og Holland.
14. juni: Svømmestævne med konkurrencer mellem samtlige elevhold.
16. juni: Afvikling af DHL-mesterskab i orientering i St. Hareskov.

