

IDRÆT

Sports identitet

SPORTSIDENTITET OG KØN



Velkommen til School To Go og dagens undervisning!

Dette er et forløb i faget "Idræt" om "Sports-identitet" i tre episoder, med de tre temaer "Krop og Identitet i Sport", "Sportsidentitet og Køn" samt "Sports Fanatisme og Identitet". Der vil både være lytte-tekster og øvelser i episoderne.

Introduktion

Forestil jer sport som et stort landskab, hvor vi alle kan finde vores egen plads – uanset hvem vi er, eller hvordan vi ser ud. Men hvad sker der, når vi opdager, at nogle steder i dette landskab er blevet formet af gamle regler og forventninger om, hvad drenge og piger "bør" gøre? I dag skal vi dykke ned i et emne, der handler om sportsidentitet og køn – hvordan vi opfatter os selv og hinanden som sportsudøvere, og hvordan køn spiller en rolle i det.

Hvorfor forventes det ofte, at drenge spiller fodbold, mens piger vælger gymnastik? Og hvorfor bliver nogle sportsgrene stadig betragtet som mere "mandige" eller "feminine"? Det er spørgsmål, vi vil udforske sammen. Vi vil også kigge på inspirerende historier om atleter, der har brudt normerne og vist, at passion og viljestyrke ikke har noget køn.

Men det handler ikke kun om stereotyper – det handler også om, hvordan vi kan skabe en sportsverden, hvor alle føler sig velkomne til at deltage på deres egne præmisser. Hvordan kan vi udfordre gamle forventninger og finde glæde i de sportsgrene, der virkelig taler til os? Og hvordan kan vi lære at se hinandens styrker på tværs af kønsgrænser?

Så lad os begynde vores rejse ind i denne spændende samtale om sport, køn og identitet. Måske opdager vi noget nyt om os selv og hinanden undervejs – og finder ud af, hvordan vi sammen kan gøre sporten til et sted for alle.

Lad os først høre læringsmålene for episoden:

Mål for undervisningen:

1. Jeg får kendskab til sportsidentitet og Køn
2. Jeg får viden om inspirerende sportsfolk der har udfordret kønsstereotyper i sport
3. Jeg får færdigheder til at analysere normer og værdier inden for idrætskulturer
4. Jeg får færdigheder inden for emnet krop og identitet, normer og værdier

Lad os nu gå i gang med emnet.

Sportsidentitet og Køn

Som vi alle ved, er sport en universel aktivitet, der forener folk på tværs af kulturer, nationer og køn. Men hvordan påvirker køn egentlig vores opfattelse af os selv som sportsudøvere? Og hvordan har kønsbaserede forventninger formet sportsverdenen?

I denne episode vil vi dykke ned i spørgsmålet om, hvordan køn spiller en rolle i, hvordan vi ser os selv i sportsverdenen. Vi vil udforske nogle af de gængse kønsstereotyper, der findes inden for forskellige idrætsgrene. For eksempel: Hvorfor forventes det ofte, at drenge spiller fodbold og piger laver gymnastik? Hvor stammer disse forventninger fra, og er de stadig gældende i dag?

Men vi stopper ikke her. Vi vil også se på inspirerende sportsfolk, der har udfordret disse stereotyper og har skabt deres egen vej i sportens verden. Disse atleter viser os, at med lidenskab, vilje og hårdt arbejde kan man overvinde samfundets forventninger og skabe sin egen sportsidentitet.

Så lad os sammen udforske dette fascinerende område, stille spørgsmål og udfordre de normer, vi tager for givet. Vi starter rejsen mod en dybere forståelse af, hvordan køn og sportsidentitet spiller sammen i den moderne sportsverden.

Hvad menes der med køn?

Når vi taler om "binært køn", mener vi grundlæggende to køns kategorier: mand og kvinde. Det er lidt ligesom at tænke på en tænd/sluk-knap: Enten er den tændt eller slukket. Så i vores diskussion om sportsidentitet og køn, når vi siger "binært køn", fokuserer vi primært på de to kategorier, mand og kvinde.

Det er dog vigtigt at huske, at køn kan være meget mere komplekst, og nogle mennesker identificerer sig ikke kun som mand eller kvinde. Men for denne specifikke diskussion vil vi koncentrere os om de traditionelle opfattelser af mand og kvinde.

Hvordan påvirker køn egentlig vores opfattelse af os selv som sportsudøvere?

Forestil dig sport som en stor skolegård. I nogle hjørner af skolegården ser du måske drenge spille fodbold, mens pigerne måske hopper i tov eller leger med hoppebolde i et andet hjørne. Nu tænk over, hvorfor det er sådan. Er drenge født til kun at spille fodbold? Og er piger kun skabt til at hoppe i tov? Nej, selvfølgelig ikke! Men nogle gange får vi ideer fra vores omgivelser, fra vores familier, TV-shows eller venner om, hvad drenge "burde" gøre og hvad piger "burde" gøre.

Så når vi taler om køn og sport, taler vi om de ideer og forventninger, som samfundet har sat op. Nogle drenge måske føler, at de "burde" spille en sport, fordi det er "maskulint" eller "tough", mens nogle piger kan føle sig pressede til at dyrke sportsgrene, der er set som mere "feminine" eller "elegante".

Men her er det sjove ved det: Disse ideer ændrer sig! I dag ser vi mange piger spille fodbold, og drenge, der er fantastiske til gymnastik eller dans. Mange sportsfolk har udfordret de traditionelle ideer om, hvad det betyder at være en mandlig eller kvindelig atlet.

Så i bund og grund, selvom køn kan påvirke, hvordan vi ser os selv som sportsudøvere, kan vi altid vælge at udfordre disse ideer og finde den sport, der gør os lykkelige og passer til os.

Hvordan har kønsbaserede forventninger formet sportsverdenen?

Kønsbaserede forventninger har gennem tiden haft en markant indflydelse på sportsverdenen. Historisk set var der perioder, hvor kvinder blev frarådet eller direkte forbudt at deltage i bestemte sportsgrene, især dem, der blev betragtet som

"mandlige" eller alt for fysisk krævende. Denne restriktive tilgang var dybt forankret i gamle holdninger, som, selvom de har ændret sig betydeligt, stadig klinger med i nogle kulturer og samfund.

Medier har også spillet en rolle i formningen af vores opfattelse af sportsudøvere baseret på køn. Mens mandlige atleter ofte blev fremstillet som stærke og modige, blev kvindelige atleter i mange tilfælde vurderet og portrætteret ud fra deres udseende fremfor deres evner. Dette har skabt en skævvridning i, hvordan unge drenge og piger ser sig selv i relation til sport.

Derudover har udstyr og faciliteter afspejlet disse forventninger. Historisk set fokuserede kvinders træningscentre på "toning" og "slankning", mens mænds centre havde tungt vægtløftningsudstyr og fremhævede muskelopbygning. Sportsgrene blev også kategoriseret baseret på køn. Ballet og rytmisk gymnastik blev ofte anset som kvindelige sportsgrene, mens rugby og boksning blev set som sport for mænd.

På det professionelle niveau har mænds sportsgrene længe nydt større mediedækning, finansiel støtte og højere præmiepuljer sammenlignet med kvinder. Selvom der sker positive ændringer i denne henseende, findes uligheden stadig mange steder.

Men det mest udfordrende aspekt af alle kan være de kulturelle normer. I nogle kulturer er kvinder begrænset eller forhindret i at deltage i sport på grund af traditionelle opfattelser af, hvad der er "passende" for deres køn.

På trods af disse udfordringer er der altid været individer og grupper, der har udfordret normerne. Modige atleter, dedikerede trænere og passionerede fans har arbejdet utrætteligt for at gøre sportsverdenen mere inkluderende og accepterende for alle, uanset køn.

Hvorfor forventes det ofte, at drenge spiller fodbold og piger laver gymnastik?

Kønsstereotyper i sport stammer fra dybt rodfæstede kulturelle og samfundsmæssige normer, der har udviklet sig over tid. Disse stereotyper er blevet så forankrede i vores bevidsthed, at mange ikke engang stiller spørgsmål ved dem.

Men ved at udforske og diskutere dem kan vi bedre forstå deres oprindelse og, vigtigst af alt, udfordre dem.

Fodbold og Dreng:

Fodbold er blevet opfattet som en 'mandesport' i mange kulturer på grund af sportens aggressive, konkurrenceprægede og fysiske natur. Historisk set har samfundsmæssige normer dikteret, at drenge og mænd skulle være fysiske, aggressive og konkurrencedygtige – træk der blev anset som "maskuline". På denne måde blev sportsgrene, der udtrykte disse kvaliteter, naturligt knyttet til mænd.

Gymnastik og Piger:

På den anden side er gymnastik blevet set som en mere "feminin" sport, delvis fordi den fremhæver smidighed, elegance og grace. Disse kvaliteter blev traditionelt set som kvindelige egenskaber. Gymnastik, med dens fokus på æstetik og præsentation, blev således set som mere passende for piger og kvinder, der fra en tidlig alder blev opfordret til at værdsætte og udtrykke disse træk.

Basketball:

Selvom basketball er populært blandt både mænd og kvinder, er der en generel opfattelse af, at mænds basketball er mere aggressivt og konkurrencepræget, mens kvinders basketball ofte bliver betragtet som mindre fysisk.

Dans og Ballet:

Dans, især ballet, har længe været betragtet som en kvindelig disciplin. Selvom mandlige dansere ofte er højt værdsatte for deres styrke og teknik, kan de også blive udsat for stereotyper og fordomme, fordi de beskæftiger sig med en kunstform, der traditionelt set er blevet betragtet som feminin.

Vægtløftning:

Mange ser vægtløftning som en mandesport på grund af dens fokus på råstyrke. Kvindelige vægtløftere kan ofte støde på fordomme eller blive mødt med overraskelse, fordi de udfordrer den gængse opfattelse af, hvad det betyder at være "kvindelig".

Årsagen til disse stereotyper er kompleks og rodfæstet i historiske, kulturelle og samfundsmæssige normer. Mens nogle af disse forventninger stadig eksisterer, er det vigtigt at bemærke, at mange atleter, trænere og organisationer arbejder hårdt for at bryde disse normer og fremme en mere inklusiv og divers sportsverden. Det vigtigste er at huske, at valg af sport ikke bør dikteres af køn, men af individets passion, interesse og evner.

Hvor stammer disse forventninger fra, og er de stadig gældende i dag?

Kønsstereotyper i sportsgrene er ikke kun et produkt af moderne tid, men er rodfæstede i århundreders kulturelle og samfundsmæssige forventninger. Disse stereotyper stammer fra bredere opfattelser af maskulinitet og femininitet, som derefter er blevet overført til sportsverdenen.

Fodbold og Dreng:

Fodbold har traditionelt været anset som en 'mandesport' i mange kulturer. Denne opfattelse kan spore sine rødder tilbage til antikken, hvor fysiske spil og konkurrencer var forbeholdt mænd. Med industrialiseringen og urbaniseringen i det 19. århundrede blev fodbold en populær sport for arbejdende mænd i Europa. Selvom kvinder også spillede fodbold, blev deres deltagelse ofte marginaliseret eller direkte undertrykt. I dag er kvindelig fodbold voksende i popularitet, men der er stadig uligheder i mediedækning, lønninger og investeringer sammenlignet med mænds fodbold.

Gymnastik og Piger:

Gymnastik har rødder i antikken, men den moderne opfattelse af gymnastik som en "feminin" sport opstod i det 20. århundrede. Gymnastik blev anset for at fremhæve smidighed, elegance og grace, hvilket blev opfattet som kvindelige kvaliteter. Selvom mænd også deltager i gymnastik, er det kvindelige gymnastik, der ofte får mest opmærksomhed, især under begivenheder som de Olympiske Lege.

Boksning og Mænd:

Boksning er en anden sport, der ofte er blevet betragtet som maskulin på grund af dens aggressive natur og fokus på fysisk styrke. Historisk set blev kvinder udelukket fra eller frarådet at deltage i boksning. I dag, selvom flere kvinder bokser, står de over for fordomme og udfordringer, som ikke er fælles for deres mandlige kolleger.

Netball og Kvinder:

Netball, en sport der stammer fra basketball, blev specifikt udviklet for kvinder og blev betragtet som mere "passende" for dem end basketball. Dette skyldtes opfattelsen af, at kvinder skulle deltage i mindre fysiske og aggressive sportsgrene.

Disse stereotyper opstod fra dybt rodfæstede kulturelle normer om køn. Mange af dem er stadig gældende i dag, selvom de bliver udfordret. Flere og flere atleter bryder med traditionelle opfattelser og går imod strømmen for at dyrke de sportsgrene, de er passionerede for, uanset deres køn.

Desuden er der sket en stigning i bevidstheden omkring og kritik af disse stereotyper, hvilket har ført til større inklusivitet i mange sportsgrene. For eksempel har kvinders fodbold og boksning vundet større anerkendelse og støtte i løbet af de sidste par årtier. Men mens nogle af disse forventninger og stereotyper er blevet svækket eller udfordret, eksisterer mange stadig, hvilket påvirker både individuelle sportsudøvere og sportskulturen som helhed.

Inspirerende sportsfolk, der har udfordret disse stereotyper og har skabt deres egen vej i sportens verden

Simone Christensen: Udfordring af Stereotyper i BMX

BMX, som står for Bicycle Motocross, er kendt for sine rødder i drengestreger, vildskab og konkurrence. Historisk set har BMX været en mandsdomineret sport, hvor mange af dens atleter og ikoner er mænd. Men Simone Christensen fra

Danmark har udfordret disse kønsbaserede stereotyper og skabt bølger på den internationale BMX-scene.

Simone startede med at cykle i en ung alder og blev hurtigt forelsket i hastighed, luft og adrenalinen ved at hoppe fra ramper og konkurrere mod andre. På trods af at være i mindretal som kvinde i en sport fuld af mænd, lod hun sig ikke skræmme. I stedet tog hun det som en udfordring og stræbte efter at bevise, at kvinder kunne konkurrere på samme niveau som mænd.

Gennem hårdt arbejde, beslutsomhed og et brændende ønske om at bryde barrierer, har Simone Christensen etableret sig som en toptalende inden for BMX. Hun har vundet adskillige nationale og internationale titler og har repræsenteret Danmark på verdensscenen, hvilket inspirerer den næste generation af kvindelige BMX-ryttere.

Simones succes i en mandedomineret sport sender et stærkt budskab: Talent, passion og hårdt arbejde kender ikke til køn. Hendes rejse er et levende eksempel på, at med den rigtige indstilling og beslutsomhed kan man udfordre og ændre forældede stereotyper og bane vej for andre, der ønsker at følge i deres fodspor.

Hun er et forbillede ikke kun for kvindelige BMX-ryttere, men for alle unge atleter, uanset køn, der stræber efter at gøre sig gældende i en sport eller disciplin, hvor de måske føler sig i mindretal. Simone Christensens historie inspirerer os til at tro på os selv, uanset de odds eller forventninger, vi måtte stå over for.

Brian Boitano: Udfordring af Stereotyper i Kunstskøjteløb

Kunstskøjteløb er ofte blevet opfattet som en feminin sport på grund af dens æstetiske appel, grace og elegance på isen. Selvom mænd altid har deltaget i disciplinen, har de ofte været udsat for stereotyper og fordomme, især hvis deres præstationer havde en mere kunstnerisk og mindre atletisk tilgang. En skøjter, der virkelig udfordrede disse forventninger og blev en sand inspiration for mange, var Brian Boitano.

Brian Boitano fra USA blev professionel skøjteløber i 1980'erne og skilte sig hurtigt ud, ikke kun på grund af sin tekniske dygtighed men også hans kunstneriske udtryk på isen. Han kombinerede atletik med kunst i en disciplin, der ofte var delt mellem de to. Hans præstationer, især hans ikoniske "Tano Triple Lutz" - en vanskelig spring med en arm ophøjet - blev hurtigt kendt i skøjteverdenen.

På trods af at han var en mand i en disciplin, hvor feminin elegance ofte blev fremhævet, lod Boitano sin skøjteløbetale tale for sig selv. Han vandt verdensmesterskabet i kunstskøjteløb flere gange og blev olympisk guldmedaljevinder i 1988. Hans dedikation og evne til at blande styrke og kunst på isen gjorde ham til et ikon inden for sporten.

For mange unge mandlige skøjtere blev Brian Boitano et forbillede. Han viste, at man ikke behøvede at undertrykke sin kunstneriske side for at opnå succes i sporten.

Gennem hans karriere udfordrede og ændrede han de fordomme og stereotyper, der var knyttet til mænd i kunstskejtøbet.

I dag er hans indflydelse stadig mærkbar, da flere mandlige skøjtere føler sig beføjede til at udtrykke sig frit på isen, uanset om deres præstationer er kraftfulde, elegante eller en blanding af begge. Boitanos arv er en påmindelse om, at talent og passion transcenderer kønsstereotyper i enhver sport.

Danica Patrick: Brydning af barrierer i motorsport

Når man tænker på motorsport, især inden for discipliner som NASCAR og IndyCar, er billedet ofte domineret af mænd både på og udenfor banen. Dog har nogle kvinder udfordret dette billede og gjort signifikante fremskridt i sporten. En af de mest bemærkelsesværdige er Danica Patrick.

Danica Patrick, født i USA, skrev historie ved at blive den første kvinde til at vinde et IndyCar Series-løb i 2008. Hendes sejr ved Indy Japan 300 var ikke kun et personligt triumfmoment men også et vendepunkt for kvinders deltagelse i motorsport.

I en verden, der ofte blev set som hård, grænseoverskridende og mandedomineret, blev Patrick ofte mødt med skeptiske øjne og undertiden med fordomme. Dog lod hun sig ikke skræmme. Med sin dygtighed bag rattet og hendes vilje til konstant at forbedre sig, blev hun hurtigt en kraft, man skulle regne med på banen.

Efter hendes succes i IndyCar, flyttede Patrick sin fokus til NASCAR, hvor hun også opnåede betydelige resultater og blev en af de få kvinder, der har konkurreret regelmæssigt på sportens højeste niveauer. Hendes præstationer i motorsport har ikke kun tjent til at udfordre traditionelle kønsstereotyper, men også til at inspirere en ny generation af kvindelige kørere.

Danica Patricks historie i motorsport er et vidnesbyrd om, at med den rette kombination af talent, viljestyrke og beslutsomhed kan man overvinde alle odds, uanset hvor udfordrende omgivelserne måtte være. Hendes bidrag til sporten har skubbet til grænserne for, hvad der traditionelt blev forventet af kvinder, og har åbnet døren for flere kvindelige talenter i fremtiden.

Lad os høre en historie : Sportsgrenenes byttedag

Tom havde altid været en stolt rugby-spiller, mens Dorte havde dedikeret det meste af sin tid til ballet. Begge var de stolte af deres sportsgrene, men de var også nysgerrige efter at udforske verden uden for deres komfortzoner. En dag besluttede de sig for at bytte sportsgren for en dag, simpelthen for sjov og for at få en ny oplevelse.

Da Tom trådte ind i balletsalen, følte han sig straks som en fisk på tør land. Han var vant til den hårde tackling og mudder på rugbybanen, men her var der spejle, træningsstænger og bløde balletsko. Dorte havde forberedt et simpelt balletprogram

for ham. I starten følte Tom sig akavet, og han kunne mærke nogle af pigerne hviske og fnise. "Drenge danser ikke ballet," havde han ofte hørt, og nu følte han presset fra denne stereotype tankegang.

Dorte, på den anden side, blev kastet ind i rugbys verden. Med en hjelm og skulderbeskyttere følte hun sig klodset og ubekvem. Spillet var rå, og hun blev hurtigt træt. Nogle af spillerne sendte hende undrende blikke, som om de tænkte: "Hvad laver en pige her?" Selvom Dorte var atletisk, følte hun sig uden for sin dybde i den aggressive verden af rugby.

Efter deres byttedag mødtes Tom og Dorte for at dele deres oplevelser. Tom indrømmede, at ballet krævede en utrolig styrke og smidighed, noget han ikke havde forventet. "Det var sværere, end jeg troede," sagde han med et grin. "Og de blikke jeg fik! Som om en fyr ikke kan danse ballet."

Dorte nikkede. "Rugby var også en øjenåbner for mig," svarede hun. "Jeg havde aldrig troet, jeg skulle prøve det, men jeg lærte, at sport ikke burde være begrænset af køn."

Begge grinede, indseende at de havde brudt nogle af sportens kønsstereotyper. Selvom de vendte tilbage til deres foretrukne sportsgrene den næste dag, havde byttedagen givet dem begge en ny forståelse og respekt for, hvad det betyder at gå imod forventningerne.

Nu er det tid til at lave et par opgaver og tænke over hvad vi lige har lært.

Arbejdsopgaver

1. Analyse af Normer og Køn i Sport
 - Lav en collage ved hjælp af billeder fra magasiner eller printede fotos, der viser mænd og kvinder i forskellige sportsgrene. Diskuter, hvordan køn repræsenteres i disse billeder. Hvilke normer og stereotyper lægger I mærke til?
2. Inspirerende Sportsfolk

- Research en sportsudøver, der har brudt kønsnormerne i deres valgte sport. For eksempel Danica Patrick i motorsport eller Andreas Helgstrand i dressur. Forbered en kort præsentation til klassen om denne person og deres præstationer. Hvordan har de udfordret forventningerne til køn i sport?
3. Refleksion over Køn og Sport
- Skriv en kort refleksion: Hvis du kunne vælge en sportsgren uden at bekymre dig om, hvad andre tænkte, hvilken ville det være, og hvorfor?
 - Drøft med en klassekammerat: Hvordan kan vi som klasse arbejde på at bryde kønsstereotyper i idræt og skabe et mere inkluderende miljø?

Fysisk Øvelse: "Solopgang til Solnedgang"

Denne øvelse kombinerer stræk- og styrkeøvelser, der aktiverer forskellige muskelgrupper. Øvelsen følger solens bevægelse fra morgen til aften og kræver kun en lille plads og et blødt underlag, som en yogamåtte eller et tæppe.

1. Solopgang (Mountain Pose)
 - Stå oprejst med fødderne samlet og armene løst langs siden.
 - Tag en dyb indånding, og løft dine arme op, indtil håndfladerne mødes over hovedet.
 - Stræk dig mod himlen, som om du når solens første stråler.
2. Opstrakt Træ (Tree Pose)
 - Overfør din vægt til dit højre ben, og placer venstre fod mod højre lår.
 - Løft armene over hovedet som trægrene, og hold balancen i 5-10 sekunder. Skift ben.
3. Bølge (Wave Squat)
 - Stå med fødderne skulderbredde fra hinanden.
 - Løft armene sidelæns på en udånding, og sænk dig i en squat.
 - Gentag 5 gange, mens du forestiller dig en bølge, der ruller.
4. Solstråler (Alternating Lunges)
 - Tag et skridt frem med højre ben, og bøj begge knæ i en lunge.
 - Stræk armene til siderne som solstråler. Gentag med venstre ben, og skift i alt 5 gange pr. ben.
5. Solnedgang (Child's Pose)
 - Knæl ned og sid på dine hæle.
 - Stræk armene fremad, og læg din pande på gulvet.
 - Træk vejret dybt, og hold positionen i 30 sekunder til et minut.

Afslut øvelsen med et øjeblikstilhed, hvor du mærker energien i kroppen og reflekterer over øvelsen.

Når I har besvaret disse spørgsmål, er episoden slut.

Her starter ideerne til lærerne.

Ideer til læreren

1. Diskussion & Brainstorm
 - Start med spørgsmål som: "Hvad tænker I på, når I hører ordet 'sportsidentitet'?"
 - Få eleverne til at nævne tre sportsgrene, de mener er typiske "drengesportsgrene" og tre "pige-sportsgrene". Diskuter, hvorfor de tror, folk har disse opfattelser.
2. Kønsstereotyper i Sport
 - Vis en kort video om historien bag forskellige sportsgrene. Diskuter, hvilke der traditionelt blev betragtet som mandlige eller kvindelige.
 - Lad eleverne arbejde i grupper og dele deres egne oplevelser med stereotyper i idræt eller fritidsaktiviteter.
3. Praktisk Øvelse: Sport Byttedag
 - Lad eleverne prøve en sportsgren, de aldrig har prøvet før, især én, som de tidligere har tænkt ikke passede til deres køn.
 - Afslut med en refleksion: Hvordan var oplevelsen? Hvad lærte de om sig selv og om kønsnormer i sport?