

12. Desember 2005

Grete Haug

Rådgiver i Utdanningsdirektoratet

Prosjektleder "Fysisk aktivitet og måltider i skolen"

- Prosjektet "Fysisk aktivitet og måltider i skolen"
- Fysisk aktivitet i Strategi for kompetanseutvikling

Fysisk aktivitet og måltider i skolen

2004 - 2006

Eiere:

- Utdannings- og forskningsdepartementet
- Helse- og omsorgsdepartementet

Arbeidsgruppe:

- Utdanningsdirektoratet (prosjektleder)
- Sosial- og helsedirektoratet

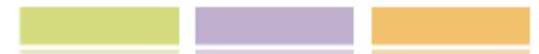
Fylkesmenn: (bindeledd mellom prosjekt og skole)

- avdeling utdanning
- avdeling helse
 - avdeling kultur
 - avdeling landbruk

Forankring i nasjonale dokumenter

- **St. meld. Nr 16 (2002-2003)** *Resept for et sunnere Norge*
Begrunner nødvendigheten av å fremme fysisk aktivitet og et godt kosthold med blant annet skolen som arena
- **St.meld. Nr 30 (2003-2004)** *Kultur for læring*
Tilbud om fysisk aktivitet i skoletiden de dagene det ikke er kroppsøving og at skolene skal sørge for gode rammer for måltider
- **Handlingsplan for fysisk aktivitet (2005-2009)** *Sammen for fysisk aktivitet (9 departement) 1 time fysisk aktivitet pr dag*
- **Opplæringsloven kap 9 a** *Lovfester elevens rett til et godt og trygt læringsmiljø*
- **Læringsplakaten** punkt 9: *Skolen skal sikre at det fysiske og psykososiale arbeids- og læringsmiljøet fremmer helse, trivsel og læring*
- **Forskrift for miljørettet helsevern i barnehager og skoler**
Oppfordrer til samarbeid på tvers av sektorer og fagmiljø

•Fysisk aktivitet og måltider i skolen



Læringsmiljø

Prosjektet forankret i Udirs arbeid med læringsmiljøet

Prosjektet forankret i skolens planer for et godt læringsmiljø

Helhet og sammenheng:

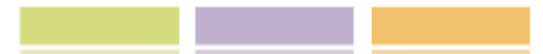
- Fysisk miljø: skoleanlegg (inne og ute), helsesøster, skoletannpleie osv.
- Psykososialt miljø: sosial kompetanse, mobbing, trivsel
- Verdier, demokrati og medvirkning: helse som verdi, lek og idrett demokratibyggende, stor grad av elevmedvirkning i planlegging og gjennomføring

En sunn elev er en glad elev er en lærevillig elev

”Alt henger sammen med alt”

2004-2005: ca. 250 grunnskoler
i alle fylker, hele kommuner,
Nordland fylke

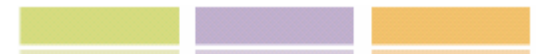
2005-2006: ca. 300
prosjektskoler i grunnskolen,
18 videregående skoler



Mål for prosjektet

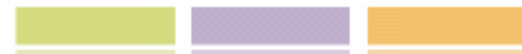
Økt fysisk aktivitet og måltider i skolen

- Kartlegge kunnskap og erfaringer om eksisterende arbeid og spre disse underveis i prosjektet
- Bidra til utvikling av modeller for organisering av skolehverdagen som ivaretar fysisk aktivitet og måltider som en integrert del av skoledagen
- Gi råd og veiledning til skoleeier og skoler om hensiktsmessige modeller som har vist gode resultater



Kriterier for deltagelse

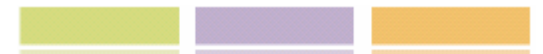
- Fysisk aktivitet og måltider er forankret i skolens helhetlige plan for læringsmiljøet
- Det tilrettelegges for at alle elever skal ha minst en times fysisk aktivitet hver dag
- Sosial- og helsedirektoratets anbefalte retningslinjer for skolemåltid følges
- Elevene involveres på en aktiv måte
- Foreldre/foresatte involveres
- Skolen deltar i vurderingsarbeidet av tiltaket og er representert på nettverkssamlinger



Utvalg og tildeling

- 3 millioner fra hvert departement, hvert år
- Ulike modeller/ ulike tildelinger/
- Skoler som er i gang og skoler som ønsker å starte opp
- Geografisk spredning
- Søknad via kommunen til Fylkesmannen som gjør en innstilling
- Prosjektgruppe og fagjury velger ut
- Gode modeller plukkes ut i samarbeid med Hemilsenteret
- Midlene skal utløse aktivitet i skolen og ikke dekke faste lønnsutgifter eller generelle driftsutgifter

•Fysisk aktivitet og måltider i skolen



Prosjektskolenes oppgaver

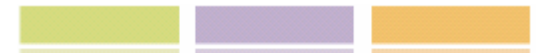
- Involvere foresatte og elever
- Samarbeide med lokale aktører
- Etablere varige rutiner og inkludere prosjektet i skolens planer, samarbeide med andre prosjekt
- Erfaringsspredning gjennom regionale samlinger/ partnerskapskoler/skolenes hjemmesider
- Erfaringsspredning gjennom egne og prosjektets nettsider
- Rapportere til Fylkesmannen
- Delta i kartlegging før og etter prosjektstart

•Fysisk aktivitet og måltider i skolen



Kunnskapsbase

- <http://Skolenettet.no/lom>
- Oversikt over prosjektskoler
- Nettadresser-lenker
- Eksempelsamling/modeller
- Fagstoff, informasjon og nyheter
- Kartleggings skjema
- Møteplass



Ulike modeller

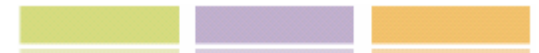
FYSISK AKTIVITET

- Egen tid midt på dagen med aktivitet for alle/lavterskeltilbud omorganisere skoledagen
- 5 min. ”stjeles” fra hver time, samles i midttime positive lærere og foreldre
- Ulike tilbud umiddelbart etter skoletid i skolens regi
- Gå til skolen/stopp bussen før
- Inkludere fysisk aktivitet i fag (matematikk, naturfag osv)
- Uteskole- en eller flere dager i uken /helst daglig 1 time

MAT

- Frukt i sammenheng med fysisk aktivitet (jfr. Gol)
- Kantiner drevet av elever eller andre, f. eks ” matmor”
- Skolefrokost en til flere ganger i uken/måneden
- Gratis måltid jfr. Sverige/Finland/Eidskog
- Matpakker/vanndispenser/vannflasker/

•Fysisk aktivitet og måltider i skolen



Erfaringer

- God erfaring med en ansvarlig prosjektleder
- God erfaring med stor grad av elevmedvirkning i alle ledd, også at eldre elever veileder yngre
- Benytter kroppsøvingslærere, andre lærere, elever, SFO-personell, foreldre, frivillige, idrettsorganisasjoner osv.
- Må være forankret i ledelsen som ansvarlig for organisering av skolehverdagen
- Forankringen i hele personellet og i skolens planer er en forutsetning for et godt kvalitativt produkt
- Må motivere og inkludere foreldre
- Nyttig å samarbeide med skolens helsepersonell

Fysisk aktivitet

- Fysisk aktivitet et satsingsområde for ”Strategi for kompetanseutvikling”
- Daglig fysisk aktivitet utenom kroppsøvingstimene, i sammenheng med et helhetlig helseperspektiv i et godt læringsmiljø

Hva gjør Utdanningsdirektoratet

- Nettverk for kompetanseutvikling for fysisk aktivitet
- Informasjon: nettsted, brosjyre
regionale samlinger for relevante parter
i regi av relevante prosjekt

Hva betyr det for skolen?

- Fysisk aktivitet for alle, hver dag og innenfor skolens rammer
- Lavterskeltilbud, inkluderende og tilpasset
- Fysisk aktivitet som en del av skolens langsiktige og helhetlige plan for læringsmiljøet
- Sammenheng og helhet: Samarbeid med andre prosjekt, mobbing, ernæring, psykisk helse, entrepenørskap osv.
- Godt grunnlag for god læring

Gevinster i skolen

- Bedre skolemiljø
- Friskere elever
- Tryggere elever
- Mindre mobbing
- Bedre læringsresultater
- Mindre rus- og tobakk

Utfordringer på ulike nivå

- Begrepsavklaring og forankring i reformen
- Motivasjon (lærere, foreldre, elever)
- Elever i risikosoner, helse og miljø
- Jenter
- Ungdomstrinnet
- Universell utforming

Behov i skolen

- Etterutdanning av personell som kan tilrettelegge for lavterskeltilbud
- Oppgradering av skoleanlegg, inne og ute
- Innkjøp av enkelt utstyr
- Forståelse og aksept i hele skolen og blant foreldre

Nettverk for fysisk aktivitet

- Utdanningsdirektoratets nettverk for kompetanseheving
- Samarbeide med praksisfeltet
- Trekke inn relevante miljøer (SHdir, LFF osv)
- Utvikle kompetansehevingstilbud
- Informasjonsspredning

Kompetansehevingstilbud

- Tilbudet bør gi:
- kunnskap om barn/unges helse og betydningen av fysisk aktivitet, inklusive forskning på området
- kunnskap om læringsmiljø og læringsstrategier, inkl elevatferd og holdningsendring
- kunnskap om skoleanlegg og utearealer mht utvikling og tilrettelegging for økt fysisk aktivitet
- kunnskap om praktiske løsninger for organisering av skoledagen mht fysisk aktivitet
- kunnskap om universell utforming, lovverk og kulturforskjeller knyttet til fysisk aktivitet
- kunnskap om samarbeidsparter og lokal tilpassing
- eksempler på ulike metoder for å knytte fysisk aktivitet til fag
- eksempler på praktiske øvelser og ulike fysiske aktiviteter for alle

.

Fremdrift og økonomi

- Ferdig tilbud innen skolestart 2006
- Lokale tilpassinger og justeringer underveis
- Rapportering til direktoratet pr. 01.06.06 og 01.01.07.
- Kroner 300 000 i 2005 og 200 000 senest 01.09. 06