

# 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

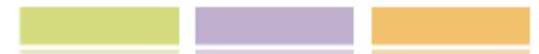
Fylkesmenn: ( bindeledd mellom prosjekt og skole )

- 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:

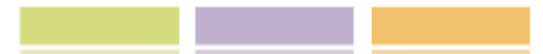
- Fysisk miljø: skoleanlegg ( inne og ute), helsesøster, skoletannpleie osv.
- Psykososialt miljø: sosial kompetanse, mobbing, trivsel
- Verdier, demokrati og medvirkning: helse som verdi, lek og idrett demokratibyggende, stor grad av elevmedvirkning i planlegging og gjennomføring

*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

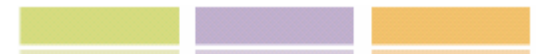
2005-2006: ca. 300  
prosjektskoler i grunnskolen,  
18 videregående skoler



# Mål for prosjektet

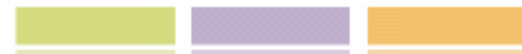
## Økt fysisk aktivitet og måltider i skolen

- 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

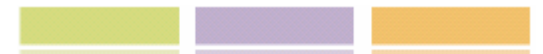
- Fysisk aktivitet og måltider er forankret i skolens helhetlige plan for læringsmiljøet
- Det tilrettelegges for at alle elever skal ha minst en times fysisk aktivitet hver dag
- Sosial- og helsedirektoratets anbefalte retningslinjer for skolemåltid følges
- Elevene involveres på en aktiv måte
- Foreldre/foresatte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

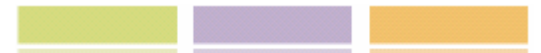
- Involvere foresatte og elever
- Samarbeide med lokale aktører
- Etablere varige rutiner og inkludere prosjektet i skolens planer, samarbeide med andre prosjekt
- Erfaringsspredning gjennom regionale samlinger/ partnerskapskoler/skolenes hjemmesider
- Erfaringsspredning gjennom egne og prosjektets nettsider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

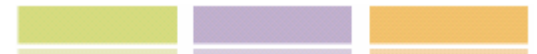
## FYSISK AKTIVITET

- 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