



20 nye skoler får Styr på Sundheden

Det ambitiøse projekt Styr på Sundheden blev lanceret i pilotudgave for snart to år siden. Erfaringerne tegner konturerne til en ny udgave af projektet, der skal etableres på 20 skoler fra næste skoleår og kører fire år frem.





Når elever på 20 danske skoler vender tilbage efter sommerferien, er det til en helt ny hverdag med sundhed og bevægelse på skoleskemaet. De er nemlig med i Dansk Skoleidræt og TrygFondens projekt Styr på Sundheden og skal frem til og med skoleåret 2016/17 arbejde målrettet med sundhed. Projektet arbejder ud fra præmissen om, at sundhed ikke skal dikteres med en løftet pegefinger - den skal tværtimod erfares med egen krop. Eleverne skal således både have viden om OG erfaringer med sundhed - og herved udvikle handlekompetencer, som kan gøre dem i stand til at træffe sunde valg i livet. Projektet tager udgangspunkt i et pilotprojekt, der har fungeret på seks skoler gennem snart to skoleår og afsluttes lige inden sommerferien. Det er alle de gode erfaringer her fra, der tegner konturerne til det nye ambitiøse projekt.

- De første to år med Styr på Sundheden har vist overbevisende resultater. De involverede elever har fået en større viden om sundhed og har formået at omsætte denne viden til handling. Det ses fx helt konkret ved, at nogle af eleverne har forbedret deres kondital i projektperioden, fortæller projektleder Kenneth Regner Christensen og understreger, at det netop er elevernes evne til at omsætte teori til praksis, der skal udvikles gennem projektet.

- Man kommer jo ikke i bedre form af at læse om de sundhedsgevinster, der er ved at være fysisk aktiv. Det kræver også en aktiv handling, siger projektlederen.

Sundhedsundervisning og daglig bevægelse i øjenhøjde

Formålet med Styr på Sundheden er, dels at gøre det let for skolerne at opfylde de brede sundhedsfaglige formål i Faghæfte 21 for det obligatoriske fag Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab, dels at indføre daglig bevægelse i skolen. Styr på Sundheden igangsættes i 0.-3. klasse på de udvalgte skoler og løber over fire år, hvor 0. klasser løbende vil blive rullet ind i projektet. Projektskolerne får materialer, kurser og sparring fra projektledere i Dansk Skoleidræt, som kan lette organiseringen af både sundhedsundervisningen og den daglige bevægelse:

- De materialer, vi præsenterer lærerne for, tager udgangspunkt i, at eleverne skal involveres aktivt i sundhedsundervisningen og dermed udvikle handlekompetence. Helt i tråd med faghæftets intention, fortæller Kenneth Regner Christensen. Dansk Skoleidræt leverer også det bevægelseskoncept, der udgør den anden grundsten i Styr på Sundheden. Bevægelseskonceptets grundtanke er, at eleverne skal være aktive dagligt og følge Sundhedsstyrelsens anbefalinger om en times motion hver dag. Bevægelseskonceptet giver skolerne mulighed for at variere de fysiske aktiviteter i både intensitet og længde og kan også implementeres i den daglige undervisning - enten som aktiv undervisning eller som små brainbreaks.

Modelskolekoncept skal sikre erfaringsformidling

Fem ud af de seks skoler, der har været med i det snart afsluttede pilotprojekt, skal desuden være med til at teste et modelskolekoncept, der også er en del af det nye Styr på Sundheden. Modelskolekonceptet går ud på at udvikle en praksis, der sikrer formidling af de gode erfaringer med Styr på Sundheden til forskellige netværk. De fem skoler har underskrevet en kontrakt, der løber frem til og med skoleåret 2014/15. Fx er det tanken, at projektets eneste specialskole - Svalderup Skole - skal formidle erfaringer med Styr på Sundheden til fx ADHD-foreningen, Landsforeningen for Autisme og specialskoleledernetværket.

- Vi har indtil videre haft meget stor glæde af at være med i Styr på Sundheden. Det har rykket helt fantastisk både i forhold til personale og forældre, der er blevet samlet om et fælles projekt, og vigtigst af alt i forhold til vores elever, der ganske enkelt er mere læringsparate og trives bedre. Derfor er vi stolte over at kunne være med til at udbrede vores gode erfaringer. I vores medvirken i projektet er det nemlig blevet meget tydeligt, at det giver god mening at have fokus på det brede sundhedsbegreb, når man arbejder med børn med særlige behov, siger viceskoleleder på Svallerup Skole Thomas Wulff.

Tekst: Maja Bach Løvstrup: mbl@skoleidrtaet.dk

Derfor er vi med!

Grønnemose Skole i Gladsaxe er en af de 20 skoler, der er med i Styr på Sundheden over de næste fire år. Skolen er en idrætsprofil-skole og ligger i en kommune med en ambitiøs sundhedspolitik. Skoleleder Henrik Reumert giver følgende grunde til, at skolen valgte at lægge billet ind på Styr på Sundheden:

- Vi kan være med til at lægge kimet til sunde liv!

Vi er drevet af en grundlæggende tro på, at vi med den rigtige indsats kan skabe sunder livsbaner for alle vores elever. Vi har børn med vidt forskellige forudsætninger og ressourcer - derfor er det vigtigt for os at præsentere dem for en kvalificeret sundhedsundervisning og muligheder for fysisk aktivitet i skolen. Både fordi det vil være med til at udjævne den sociale ulighed i sundheden, men også fordi sunde børn bare trives og lærer bedre - uanset social status.

- Udsigten til samarbejde med seriøse og ambitiøse partnere!

Sundhed har i forvejen høj prioritet både på Grønnemose Skole og i Gladsaxe Kommune som helhed, så da vi valgte at satse på lige netop Dansk Skoleidræt og TrygFondens projekt Styr på Sundheden, var det, fordi vi havde og har et indtryk af, at projektet matcher vores ambitiøse tilgang til sundhedsundervisning og fysisk aktivitet i skolen. Og naturligvis fordi vi tror, at vi kan lære noget af de erfaringer, der allerede er gjort i det toårige pilotprojekt.