

OPTUR UNITED

LIVET ER
EN HOLDSPORT

Slutrapport for partnerskabsprojektet
I Form til Fremtiden



Partnerskabsprojekt I Form til Fremtiden

Partnerskabsprojektet "I Form til Fremtiden" med indsatsrammens navn "Optur United" blev gennemført i perioden fra 2014 til og med 2017 som en helhedsorienteret indsats for elever og lærer på landets erhvervs-, produktions- samt social- og sundhedsskoler.

Partnerskabet har været et bredt samarbejde mellem Dansk Firmaidrætsforbund, PenSam, Psykiatrifonden, FOA, Syddansk Universitet (RICH), Elevernes Erhvervsskoleorganisation (EEO), Produktionsskoleforeningen (PSF) og Schools On The Run (SOTR).

Partnerskabsprojektet I Form til Fremtiden er gennemført med tilskud fra Sundheds- og Ældreministeriet.

Slutrapporten er gennemført af projektleder, Michael Filtenborg, fra Dansk Firmaidrætsforbund, og rapporten tager udgangspunkt i – og uddrag fra – partnerskabets evalueringer, som er udarbejdet undervejs. Midtvejsevalueringen blev udarbejdet af partnerskabet i fællesskab og slutevalueringen udarbejdet af RICH (Bilag.1).

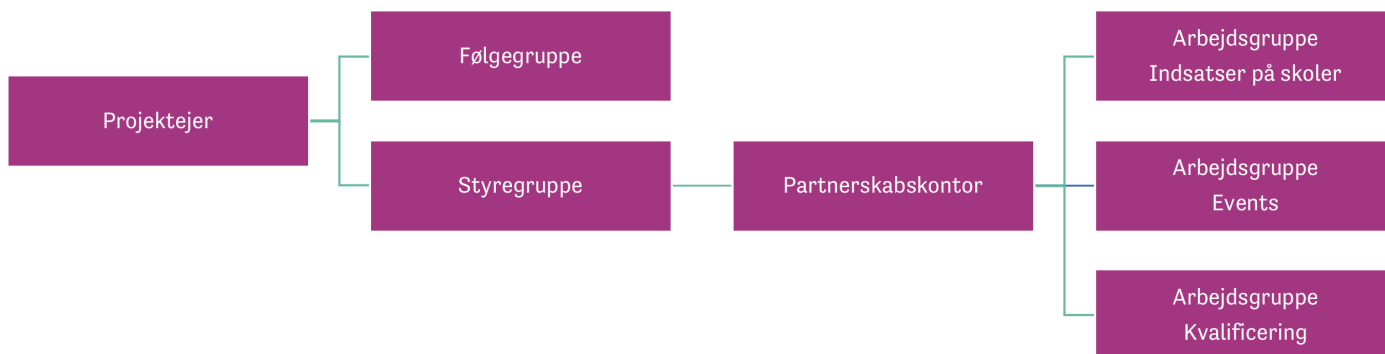
Formålet med Optur United er, at skabe en håndgribelig og overkommelig indsats, som understøtter erhvervs- og produktionsuddannelsernes arbejde med at fremme bevægelse og trivsel samt at fremme elevernes sundhedskompetencer på skolerne. I nærværende rapport undersøges det, hvordan indsatsen er blevet modtaget af elever og lærere samt hvilken betydning det har haft for elever og lærere.

Indholdsfortegnelse

I Form til Fremtiden	3
Partnerskabets organisering	3
Styregruppens rolle	4
Partnerskabet	4
Formål og mål	5
Beskrivelse af projektforsløbet	6
Rekruttering	6
Deltagende skoler	7
Projektindsatser	8
Gennemførte projektindsatser	9
Evalueringdesign og -metode	10
Resultater	11
Midtvejsevalueringens resultater	12
Partnerskaberfaringer og tilpasning af indsatser	17
Tilføjelse af indsatser - forankringspakken	18
Slutevalueringens resultater	18
Skolen som ramme for Optur United - lederens perspektiv	18
Fysisk aktivitet	19
Udvikling af værktøjer til at implementere 45 min. motion i undervisningen	20
Lærernes perspektiv på Optur United	21
Elevernes aktivitetsniveau	24
Bevægelsens indflydelse for eleverne - lærernes perspektiv	24
Elevernes fysiske aktivitet - elevernes perspektiv	25
Trivsel	32
Elevernes trivsel	32
Individuel trivsel	32
Social trivsel	33
Trivselsrelateret handlegenerence	34
Fællesskabets betydning for elevernes trivsel	35
Trivsel - lærernes perspektiv	36
Sundhedskompetencer	39
Elevernes sundhedskompetencer ud fra lærernes perspektiv	41
Sundhedskompetencer - elevernes perspektiv	42
Feedback på forankringspakken	43
Konklusion	44
Læringsperspektiver	45
Bilag 1. Slutevaluering (findes som eksternt bilag)	-
Bilag 2. Spørgeskemaundersøgelse trivsel workshops	47
Bilag 3. Sundhedsorganisering Tjekliste	48
Bilag 4. Sundhedsorganisering Årshjul	49
Bilag 5. Forankringspakken	50

I Form til Fremtiden

Partnerskabets organisering



Figur 1. Organisationsdiagram.

Styregruppen

Dette er projektets ledende organ.

Styregruppen mødes fire gange årligt og træffer de overordnede beslutninger, som har betydning for projektets gennemførelse – herunder overholdelse af budget og tidsplan.

Styregruppen består af én repræsentant fra hver af følgende partnere: Dansk Firmaidræts forbund, PenSam, SOTR, RICH, Psykiatrifonden og Produktionsskoleforeningen.

Følgegruppen

I følgegruppen er alle partnere repræsenteret. Følgegruppen tegner indholdet i projektet og bidrager til projektets udbredelse og bredere formidling. Følgegruppen er specielt aktiv under projektets udvikling og sammentænkning af partnernes aktiviteter, men følgegruppen deltager også løbende i projektet i forhold til kvalificering af indholdet. Følgegruppen mødes minimum to gange årligt. Med i følgegruppen sidder repræsentanter fra alle deltagende partnere suppleret med andre relevante

interessenter: Psykiatrifonden, FOA, PenSam, Dansk Firmaidrætsforbund, SOTR, EEO, RICH, PSF samt SOSU- & PAU-elever.

Støtteorganisationer:

Danske Erhvervsskoler -Lederne, SOSU-Lederforeningen, Dansk Firmaidrætsforbunds foreninger og Undervisningsministeriet.

Partnerskabskontor

Partnerskabskontoret er et projektkontor, der har til opgave at planlægge, styre og koordinere projektet og partnerskabet på daglig basis. Kontoret er partnerskabets omdrejningspunkt og har ansvaret for koordinering af aktiviteter, interessenter samt formidling af resultater og erfaringer fra projektet. Kontoret består af en heltidsansat projektleder, en halvtidsansat kommunikationsansvarlig, en projektmedarbejder og en evalueringsansvarlig konsulent, der er blevet inddraget periodevis.

Arbejdsgrupperne

Arbejdsgrupperne består af de personer, som har ansvaret for udførelsen af projektets aktiviteter – herunder evaluering samt indsatser på skoler og events. Arbejdsgrupperne følger de retningslinjer, der bliver udstukket fra Følgegruppen og Styregruppen, og den kommer ligeledes med forslag til Følgegruppen om optimeringer af aktiviteter.

Styregruppen rolle

Partnerskabet bidrog hver med ét medlem til projektets styregruppe, som så vidt muligt fulgte projektet fra start til slut. Styregruppens sammensætning bidrog til, at udviklingen af indsatsen tilgodeså de tre skoleformers forskellige interesser. Der afholdtes styregruppemøde hvert kvartal, såfremt dagsordenen indeholdt beslutningspunkter for denne gruppe – og ellers blev der udsendt orienterende punkter til styregruppemedlemmerne.

Styregruppens diversitet har haft den styrke, at der kunne trækkes på stor erfaring i designet af indsatsen. Både projektudviklingskompetencer, en bred kontaktflade på skolerne samt erfaringer med at udføre aktiviteter og workshops på erhvervsskoler, har bidraget til projektets udvikling.

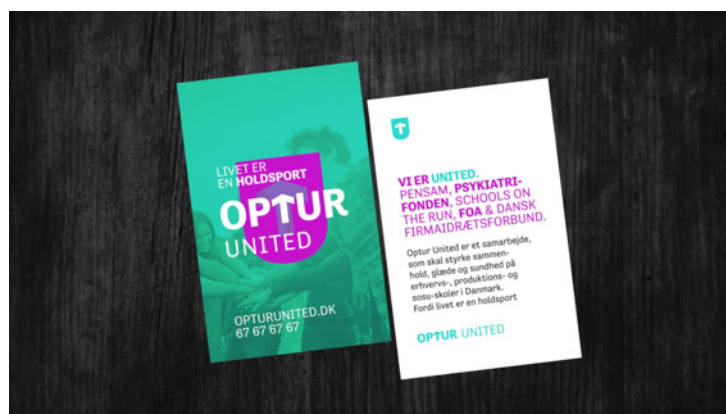
Målgruppens diversitet betød, at styregruppen manglede elevernes perspektiv på indsatsselementerne. For at imødekomme dette, blev et brugerpanel bestående af elever fra de forskellige skoletyper bl.a. inddraget. Dette bidrog til at kvalificere indsatsselementerne.

Partnerskabet repræsenterede tre forskellige skoletyper: erhvervsskoler, SOSU-skoler og produktionsskoler. For at sikre, at samtlige skoletyper blev inddraget i et omfang, der repræsenterede både interesser i styregruppen og fordelingen af skoler i Danmark, blev styregruppen enige om at invitere skoler ud fra en foruddefineret fordelingsnøgle på 40 % erhvervsskoler, 40 % SOSU-skoler og 20 % produktionsskoler.

Ligeledes skulle der tilgodeses en geografisk spredt repræsentation af skoler. I første indsatsfase skulle minimum to regioner være involveret, hvor mindst tre regioner skulle indgå i den anden indsatsfase.

Partnerskabet

Partnerskabet bag indsatsen, Optur United, bestod af en række organisationer, der både varetager skolernes interesser og har erfaring med at arbejde sundheds- og trivselsfremmende med disse skoletyper. Organisationerne præsenteres herunder.



Dansk Firmaidrætsforbund (DFIF) varetog projektlederfunktionen i projektet og var en af de udførende partnere i projektet. DFIF har erfaring med implementering af sundhedsindsatser på erhvervsuddannelser.

Psykiatrifonden var en af de udførende partnere i projektet. Psykiatrifonden har i mange år arbejdet med indsatser, der har haft til formål at støtte psykisk sårbare unge i uddannelse. De har erfaringer med psykologtilbud, workshops, kurser for undervisere og studievejledere. Erhvervsskolernes Elevorganisation (EEO) varetager interesser for både SOSU-skolerne, EUD, HTX og produktionsskolernes elever.

Produktionsskoleforeningen (PSF) er en landsdækkende organisation for landets produktionsskoler og har tæt kontakt til produktionsskolerne. PSF har desuden viden om produktionsskolernes rammer og muligheder, og PSF har erfaring fra arbejdet med denne målgruppe.

PenSam & FOA Pensionsselskabet, PenSam, samt fagforbundet, FOA, har tæt kontakt til SOSU-skolerne og har mange års erfaring med at gennemføre kampagner og konkurrencer med et sundhedsfagligt sigte.

Schools On The Run (SOTR) er en virksomhed, der udvikler events, hvor sjov og bevægelse er i fokus.

Center for Research in Childhood Health (RICH) er et forskningscenter, som forsker i børn og unges sundhed med særligt fokus på fysisk aktivitet, motorik og kognition. Udover at evaluere projektet har RICH bidraget til udvikling af indsatsrammen.

Formål og mål

Det overordnede formål med I Form til Fremtiden er igennem en helhedsorienteret indsats at 1) øge deltagelse i, lysten til og kvaliteten af fysisk aktivitet, 2) fremme trivsel og 3) styrke sundhedskompetencerne blandt elever på erhvervs-, produktions- og social- og sundhedsskolerne. For at opfylde ovenstående formål blev der opstillet følgende fire projektmål med tilhørende operationelle delmål under sig.

1. Partnerskabsprojektet skal udarbejde værktøjer for implementeringen af 45 minutters motion.
 - Der skal udvikles en række konkrete effektive værktøjer, som appellerer både til undervisere og elever, og som har til formål at implementere 45 minutters fysisk aktivitet i dagligdagen på skolerne.
 - Mindst 50 % af underviserne benytter værktøjerne til at opretholde 45 minutters aktivitet regelmæssigt
2. Partnerskabsprojektet skal øge antallet af aktive elever.
 - Andelen af elever, der (flere gange ugentligt) er moderat til hårdt fysisk aktive, skal stige med 1/3.
 - Elevernes daglige aktivitetsniveau på skolerne skal øges signifikant.
3. Partnerskabsprojektet skal implementere metoder for udvikling af mental sundhed.
 - Andelen af elever, der mistrives, skal reduceret med 10 %.
 - 80 % af skolernes pædagogiske nøglepersoner skal føle sig bedre klædt på til at håndtere psykisk sårbare elever.
4. Partnerskabsprojektet skal styrke elevernes sundhedskompetencer.
 - Elevernes gennemsnitlige sundhedskompetencer skal øges.
 - 2/3 af eleverne skal være i stand til at forstå og anvende information om sundhed og livsstil.

Beskrivelse af projektføreløbet

Projektet blev udviklet i løbet af 2014, og rekrutteringen af skoler til projektets pilotfase blev påbegyndt i samme år. I 2015 indgik fem skoler i pilotfasen, som forløb fra 2015-2016. Efter pilotfasen blev projektet justeret til ud fra de erfaringer projektgruppen havde gjort sig. I løbet af 2016 blev der rekrutteret 5 skoler til udrulningsfasen, som blev påbegyndt i efteråret 2016. I løbet af foråret 2017 udviklede styregruppen desuden et forankringsforløb, som skolerne fik mulighed for at tilvælge i forlængelse af projektets kerneindsatser.

Som det fremgår af forløbet, så var aktivitetsperioden opdelt i to faser med optag af skoler, en pilotfase med 5 skoler og en udrulningsfase som havde en målsætning om 10 skoler, men endte med 5 deltagende skoler hvilket skyldtes rekrutteringsvanskeligheder. Disse vanskeligheder blev påpeget i den godkendte statusrapport fra d. 1. marts 2017 af Sundheds- og Ældreministeriet. Pilotfasen forløb fra august 2015 – maj 2016. Udrulningsfasen forløb fra september 2016 – juni 2017. Dog blev indsatsrammen her forlænget, da en række skoler udtrykte et vitalt ønske om at fremrykke igangsættelsen af aktiviteterne til januar 2017, modsat slutningen af efteråret 2016, hvilket ellers var planlagt, grundet travlhed og nødvendige prioriteringer af andre arbejdsopgaver. Dette ønske blev tilgodeset og godkendt af Sundheds- og Ældreministeriet jævnfør den fremsendte statusrapport den 1. marts 2017. Dette forlængede indsatsrammen indtil efteråret 2017.

Nedenstående tidsplan var rettesnor for partnerskabet i projektperioden.

	Aktiviteter 2014-2017
Fase 1	(Efterår 2014 – forår 2015) Samle relevante partnere. Etablering af projektorganisation. Følgegruppe, styregruppe og projektkontor.
Fase 2	Udvikling og kvalificering af indsatser. På baggrund af tidligere erfaringer, ny viden fra forskningen og brugernes ønsker udvikles indsatser målrettet de forskellige problemstillinger i projektet med udgangspunkt i de erfaringer og aktiviteter, som partnerne har gennemført.
	Efterår 2015
Fase 3	Aktivitetsperiode. De nye indsatser tilbydes til 5 interesserede skoler fra og med skolestart august 2015. Indsatserne afvikles herefter i perioden efterår 2015 til med forår 2016.
Fase 4	Indsatsrammen tilpasses på baggrund af interventionerne på de 5 skoler
Fase 5	De tilpassede indsatser tilbydes til 10 interesserede skoler fra og med skolestart august, og afvikles i perioden efter 2016 til og med forår 2017
	Efterår 2017
Fase 6	Evalueringsperiode. Projektet kvalificeres løbende igennem aktivitetsperioden, og slutevalueringen finder sted i efteråret 2017.
Fase 7	Implementering og forankring. Implementering sker via overgang til drift for udvalgte aktiviteter samt opretholdelse af netværk og erfaringsgrupper. Derudover vil flere værktøjer forblive på skolerne til brug for undervisere og ledelse.

Figur 2. Tidsplan for projektperioden

Rekruttering

Selve rekrutteringsprocessen foregik ved, at alle skoler som udgangspunkt havde mulighed for at ansøge om at deltage i projektet. Det blev af partnerskabet besluttet, at rammen skulle overholde den førnævnte skoletypefordeling, den geografiske spredning samt skolens engagement og motivation for indsatsen. Prioriteringen af skolerne foregik ud fra nævnte vurderingskriterier samt partnerskabets adgang til nøglepersoner og ledelseslag i deres respektive netværk. Interpersonel kommunikation via indledende telefonmøder blev efterfølgende fulgt op af personlige dialogmøder til præsentation af partnerskabsprojektet.

Deltagende skoler

I pilotfasen deltog SOSU Sjælland Næstved, SOSU Sjælland Køge, EUC Sjælland Næstved, TEC og Glostrup Albertslund Produktionsskole.

I udrulningsfasen deltog skolerne SOSU Herning, afdeling Holstebro, Erhvervsuddannelsescenter Nordvestsjælland Holbæk, Ringsted Produktionshøjskole, ZBC Selandia Slagelse og SOSU Herning, Herning. SOSU Herning, Herning var indledende med i projektrammen, men meldte sig undervejs ud af de resterende indsatser grundet travlhed og andre omstændigheder.

Gældende for begge faser var, at på erhvervsskolerne deltog alle grundforløbselever og på produktionsskolerne fik alle elever mulighed for at deltage, da skolens struktur ikke indeles i grundforløb og hovedforløb. Inden opstart blev der afholdt et introduktionsmøde med ledelsen og udvalgte lærere for at præsentere projektet. På hver deltager-skole blev der udpeget en tovholder, som skulle stå for den praktiske koordinering i forbindelse med projektet og som varetog den generelle tovholdrolle overfor partnerskabet.

Deltagerne i projektet har været fra en heterogen elevtype, eftersom det har involveret både erhvervs-, produktions- samt social- og sundhedsskolerne. Heri forefindes store forskelle såsom uddannelsestempo, interpersonelle og prioriteringsmæssige forskelle.

Følgende tabeller skitserer deltagerantallet fordelt på skolerne i pilot- og udrulningsfasen.

	Projekt-deltagelse af elever og lærere					I alt
	Ringsted produktions- højskole	SOSU Køge	SOSU Næstved	EUC Vestsjælland Næstved	TEC	
Antal elever i projektet	95	190	205	215	120	825
Antal lærere i projektet	16	19	18	21	12	86

Tabel 1. Deltagerantallet fordelt på de fem skoler i pilotfasen.

	Projekt og evalueringsdeltagelse				I alt
	Ringsted produktions- højskole	SOSU i Holstebro	EUC Nordvest- sjælland	Selandia	
Antal elever i projektet	75	160	125	220	630
Antal elever som blev interviewet	9	10	13	13	45
Antal besvarelser på elev-spørgeskemaer	30*	42*	126*	184	382
Antal lærere i projektet	12	15	10	18	70
Antal lærere som blev interviewet	5	5	2	3	15
Antal besvarelser på lærer-spørgeskemaer	7	8	9	12	23

Tabel 2. Deltagerantallet fordelt på de fire skoler i udrulningsfasen. Parenteserne angiver deltagere i hhv. runde 1 + 2.

* Tallet er behæftet med usikkerhed da første runde af spørgeskema-besvarelserne var slået sammen på RPHS, SOSU Holstebro og EUC NVS.

Projektindsatser

Partnerskabets indsatsramme overfor skolerne benævnes Optur United, og kerneelementerne bestod af nedenstående indsatser. Deltagerskolerne i anden udrulningsfase fik desuden mulighed for at tilvælge yderligere indsatser som omhandlede forankring og aktionslæring.

Indsatserne præsenteres herunder med en kort beskrivelse.

Introduktionsmøde

Deltagerskolerne modtog et introduktionsmøde, hvor projektledelsen i samarbejde med skoleledelsen og lærere afdækkede skolens behov. Skolen blev yderligere præsenteret i detaljer om projektets indsatser. Mødet blev yderligere brugt til den praktiske koordinering af projektførelsen.

Workshop om trivsel x 2

De to workshops omhandlede trivsel generelt på skolerne samt hvordan lærerne i deres dagligdag kunne håndtere mistrivsel blandt de unge. Målgruppen for workshoppen var alle grundforløbslærere, som deltog som én samlet gruppe. Workshoppen var bygget op om nyeste viden på området samt en praktisk afprøvning af de øvelser og redskaber, som lærerne blev præsenteret for.

Workshop om fysisk aktivitet

Workshoppen omhandlede, hvordan lærerne kunne integrere bevægelse i undervisningen. Workshoppen bestod både af teoretiske oplæg vedrørende den evidens, der foreligger på området samt en praktisk udførelse af aktiviteter som de blev introduceret til. Aktiviteterne tog udgangspunkt i de redskaber, som skolerne fik adgang til via Aktiviteket, QR-kodeløbet og Bevægelsesbanko fremadrettet. Aktiviteket er et skabssæt, der indeholder beskrivelser af bevægelsesaktiviteter med tilhørende rekvisitter, der egner sig til at bruges i undervisningsammenhænge. QR-kodeløbet består af QR-koder, der placeres permanent på skolens areal. Lærerne kan selv indsætte opgaver og spørgsmål til QR-koderne, hvorefter eleverne går eller løber rundt og besvarer opgaverne med deres smartphones. Bevægelsesbanko er et spil, hvor deltagerne skal udføre konkrete bevægelser, såfremt deres nummer bliver trukket på deres udleverede bankoplade.

Sundhedscafé x 2

Sundhedscaféen blev afholdt af DFIF og bestod af en eventdag, hvor eleverne kunne få deres sundhedstilstand testet på forskellige stationer placeret i et lokale. Testene bestod af måling af lungekapacitet, vægt, fedtprocent, kondition, blodtryk og blodsukker. Ved hver test stod en fagperson, der kunne forklare resultaterne og give relaterede sundhedsråd til eleverne. Desuden var der opstillet et sundhedseksperimentarium, hvor eleverne induktivt kunne tilegne sig viden inden for kost, rygning, alkohol og motion.

Aktivitetsdag

Aktivitetsdagen var en dag, hvor eleverne skulle være fysisk aktive sammen på tværs af alle grundforløbs elever. På aktivitetsdagen var der fokus på, at eleverne skulle samarbejde for at løse en række øvelser samtidig med, at de fik nogle gode oplevelser sammen.

SOTR-event

Schools On The Run-eventen var en eventdag, hvor deltagerne via geochatching, bevægelse og happenings gennemførte et løb med udfordringer, som skulle løses undervejs. Aktivitetsdagen og Schools On The Run blev undervejs en fælles event for skolerne at deltage i.

Digital platform

OpturUnited.dk var et virtuelt univers med sundhedstjek, opgaver og øvelser for eleverne. Ved at løse ugentlige opgaver, kunne eleverne score point, og der kunne konkurreres internt i klasserne, på hele skolen samt mellem alle projektskoler om, hvem der scorede flest point. Foruden var der en lærertilgang til platformen, hvor lærerne kunne bruge platformen i undervisningen som redskab til at sætte fokus på fysisk aktivitet, trivsel eller sundhedsfremme viden.

Statuspræsentation og sundhedsorganisering

var møder med ledere og lærere, hvor projektledelsen gennemgik de indsatser, skolen havde modtaget.

Møderne gav desuden skolerne muligheden for at give udtryk for yderligere behov, som de var blevet opmærksomme på efter indsatsperiodens afslutning. Såfremt nogen fra partnerskabet, kunne imødekomme skolens behov, blev der lavet aftaler om en fremadrettet dialog. Forløbet dannede rammen om skolens generelle sundhedsindsats og grundlag for forankring. Optur United-indsatsen startede med en samtale blandt ledelse, lærere og elever, hvor der i fællesskab skolens fokusområder i sundhedsarbejdet blev identificeret, som blev struktureret i et årshjul med aktiviteter og en handleplan i form af en statusrapport.

Workshop om forankring og aktionslæring

Forankringsforløbet bestod af to workshops, som tog udgangspunkt i teorien bag aktionslæring¹. På første workshop skulle lærerne udvælge et indsatsområde fra deres praksis, som de ville arbejde med i undervisningen indtil anden workshop omhandlende bevægelse og trivsel. Ved anden workshop blev der erfaringsudvekslet blandt lærerne, og det mundede ud i konkrete ideer til, hvordan de kunne arbejde anderledes fremadrettet. Forankringspakken bestod desuden af et videomateriale, som kunne understøtte lærernes fortsatte implementering af de redskaber, metoder og aktiviteter, som de har arbejdet med i løbet af indsatsen.

Gennemførte projektindsatser

Projektet har gennemført følgende aktiviteter i aktivitetsperioden, som det fremgår af følgende tabeller. Foruden har der foregået egenhændige aktiviteter som tovholderne på skolerne i ledtog med konsulenterne fået etableret ude på skolerne på baggrund af sundhedsafdækningen i sundhedsorganiseringsforløbet.

Skole/Aktivitet	Leverancer modtaget på skoler				
	Glostrup Albertslund Produktions- skole	SOSU Køge	EUC Sjælland Næstved	SOSU Næstved	TEC
<u>Intramøde</u>	✓	✓	✓	✓	✓
<u>Organiseringsmøder</u>	✓	✓	✓	✓	✓
<u>Sundhedscafé 1</u>	✓	✓	✓	✓	✓
<u>Digital platform</u>	✓	✓	✓	✓	✓
<u>Workshop 1 - Mental sundhed</u>	✓	✓	✓	✓	✓
<u>Workshop 2 - Mental sundhed</u>	✓	✓	✓	✓	✓
<u>Workshop 1 - Fysisk aktivitet lærere</u>	✓	✓	✓	✓	✓
<u>Sundhedscafé 2</u>	✓	✓	✓	✓	✓
<u>Interview af elever, lærere, ledelse angående fremtidig indsats</u>	✓	✓	✓	✓	✓
<u>Statuspræsentation 6 forslag til fremtidige indsatser</u>	✓	✓	✓	✓	✓
<u>SOTR</u>	✓	✓	✓	✓	✓

Tabel 3. Gennemførte indsatser i pilotfasen.

¹ Aktionslæring tager udgangspunkt i konkrete situationer fra praksis, som man ønsker at forbedre. Ved systematisk at fokusere på og eksperimentere med aktioner, observere og reflektere over dem, kan der frembringes ny viden. Denne nye viden skal de ansatte dele med hinanden, så de sammen kan inspirere hinanden til at skabe et mere trivselsfremmende undervisningsmiljø og flere fysiske aktiviteter.

Skole/Aktivitet	Leverancer modtaget på skoler				
	Ringsted produktions-højskole	SOSU i Holstebro	EUC Nordvest-Sjælland	Selandia	SOSU i Herning (Udgik)
Intromøde	✓	✓	✓	✓	✓
Sundhedscafé 1	✓	✓	✓	✓	✓
Workshop 1 - Mental sundhed	✓	✓	✓	Ikke modtaget - skolen havde lige haft kursus om emnet	✓
Workshop 2 - Mental sundhed	✓	✓	✓	Ikke modtaget - skolen havde lige haft kursus om emnet	Nej
Workshop - Fysisk aktivitet lærere	✓	✓	✓	✓	Nej
Sundhedscafé 2	✓	✓	✓	✓	Nej
Interviewaflever, lærere, ledelse angående fremtidig indsats	✓	✓	✓	✓	Nej
Statuspræsentation og sundhedsorganisering samt forslag til fremtidige indsatser	✓	✓	✓	✓	Nej
Fællesaktivitet (SOTR + DFIF)	✓	✓	✓	✓	✓
Digital platform	✓	Nej	Nej	Nej	✓

Tabel 4. Gennemførte indsatser i udrulningsfasen.

SOSU Herning fik ikke alle indsatser gennemført, da skolen undervejs i perioden måtte udgå grundet manglende tidsmæssige ressourcer og prioritering. SOSU Herning præsenteres derfor kun her i tabellen og indgår ikke i rapportens analyseafsnit, da de ikke som helhed har modtaget indsatsrammen.

Evalueringdesign og -metode

Midtvejsevalueringens formål var, at afdække hvordan Optur United-pakkens indhold blev modtaget og vurderet af eleverne, undervisere samt skolen som helhed, samt at tjene som rettesnor for den videre udvikling af indholdet. Hvad angår målet om at afdække oplevelsesgraden af de første interventioner, var fokus på at afdække særligt, hvad modtagerne syntes om de forskellige aktiviteter. Dette står i ledtog med den processuelle iterative tilgang, projektet besad, at der skulle læres og derefter tilpasses indholdsrammen. Metodisk var der dermed særligt fokus på kvalitativ empiri med enkelte kvantitative undersøgelser. Partnerskabet oplevede i denne forbindelse udprægede udfordringer ved elevernes spørgeskemabesvarelser. En del var fejlbesvaret samt, der var en meget lav svarprocent, som ikke var repræsentativ-visende. Herved fremgår det kvalitative datasæt som førende strukturer i resultatfremførelsen.

Slutevalueringens formål blev justeret på baggrund af midtvejsevalueringens vanskeligheder, som planmæssigt var baseret dels på spørgeskemaer fra elever, lærere og skoleledere, dels data fra sundhedscaféer og dels data fra projektets tilhørende hjemmeside. Undervejs i forløbet viste det sig, at evalueringen måtte justeres grundet en lavere besvarelsesprocent på spørgeskemaerne, lav benyttelse af hjemmesiden, samt generelt færre deltagende skoler end forventet. Evalueringen blev efter anbefaling fra RICH derfor ændret til en kombineret kvantitativ og kvalitativ deltagerevaluering med fokus på projektets implementering, indflydelse og processer.

²På Sundhedscaféerne blev der indsamlet kvantitative data omhandlende elevernes testresultater fra caféens fysiologiske tests. Grundet datakvaliteten og af hensyn til dataets personfølsomme karakter, var det ikke muligt at inddrage datasættet i analysen. Det primære formål med testene var desuden at bruge testene som didaktisk virkemiddel til elevernes indsigt og forståelse af deres egen sundhed.

Evalueringen har til formål at undersøge, hvordan skolerne har arbejdet med fokusområderne samt i hvilket omfang projektet har haft betydning for elevernes hverdag. Hertil fokuseres på at komme med ud på skolerne for at være i stand til at 1) observere implementeringen af indsatserne, 2) interviewe lærere – herunder især nøglepersonerne/kontaktpersonerne, 3) interviewe elever og 4) interviewe skoleledere. Dette for at supplere spørgeskemaerne til evaluering af leverancerne, samt for yderligere at uddybe spørgsmålet om, hvorfor indsatsen virker eller ikke virker.

Analysestrukturen i slutevalueringen begynder med at undersøge indsatsens rækkevidde. Her undersøges det, hvor mange elever, lærere og ledere, der har været involveret i projektet. Indsatsens rækkevidde bliver også omtalt som projektets deltagende målgruppe. Sammen med indsatsens rækkevidde er det relevant at undersøge, hvilken indflydelse projektet har haft på målgruppen, dvs. for elever og lærere. Skoleledere anskues som en mere perifer, men essentiel, aktør, som med deres legitimering sørger for, at rammerne tillader indsatsens eksistens på skolen. Som en del af evalueringen vurderes også projektets implementering. Med implementering menes i hvilken grad, at projektets indsatser rulles ud, så eleverne eksponeres som intentioneret. Endeligt bidrager analysestrukturen med at rette blikket mod projektets forankring på skolerne. Her undersøges i hvilken grad, der er forekommet varige ændringer på skolerne – både på individuelt og organisatorisk niveau.

Evalueringen er baseret på en kombination af spørgeskemaer, observationer og semi-strukturerede interviews med ledere, lærere og elever på de deltagende skoler. Dertil er enkelte af projektets styregruppemedlemmer blevet interviewet. Tovholderen på skolen og RICH planlagde tidspunkter for interviews på skolerne, hvorefter tovholderen koordinerede med de lærere og de elever, som havde lyst og mulighed for at deltage i et interview med interviewer fra RICH.

Spørgeskemabesvarelsenerne anvendes til at evaluere projektets tre hovedformål, som var at 1) fremme niveauet af fysisk aktivitet, 2) øge sundhedskompetencer, og 3) fremme den mentale trivsel. Observationer og interviews anvendes til at skabe indsigt i projektdeltagernes oplevelse af indsatsen på skolen. Der vil løbende i indeværende rapport blive inddraget udsagn fra interviewdeltagerne. Disse udsagn skal anskues som meningsbærende enheder, hvilket vil sige, at udsagnene ikke skal anskues som enkelttilfælde, men som udtryk for oplevelser, der bliver bakket op af flere personers udsagn.

Først præsenteres elementer af oplevelsesgraden af midtvejsevalueringen efterfulgt af slutevalueringens resultater og vurderinger.

Resultater

Udgangspunktet for resultatfremførelsen bliver med hovedvægt på slutevalueringens effektevaluering, der blev udarbejdet i forbindelse med afslutningen af udrulningsfasen. Midtvejsevalueringens procesmæssige resultater for pilotfasen præsenteres som indikatorer, og inddrages til at belyse, hvordan partnerskabets gennemførelse af aktiviteter blev modtaget, samt hvordan partnerskabet anvendte de oplevede erfaringer og tilpassede indholdsrammen ud fra feedbacken.

Partnerskabet oplevede i denne forbindelse udfordringer ved elevernes spørgeskemabesvarelsener. En del var fejlbesvaret samt, og der var en meget lav svarprocent, hvilket betød, at de ikke var repræsentative og dækkende. Herved præsenteres de mere kvalitative empiriindhentninger som førende strukturer i resultatfremførelsen.

Midtvejsevalueringens resultater

Workshop - trivsel

Samlet blev de to workshops modtaget meget positivt af lærerne, hvilket dokumenteres af en spørgeskemaundersøgelse blandt lærerne. Her påvises det, at tilfredshedsgraden af lærernes generelle helhedsindtryk med workshopsne var på henholdsvis 63,3 % af lærerne, som fandt workshop 1 særligt god, og 89,4 % af lærerne, som fandt workshop 2 særligt god. Anskues det faglige indhold vises det, at hhv. 57,8 % og 92,8 % fandt det faglige indhold særdeles relevant. Anvendeligheden i forhold til det daglige arbejde vurderes til, at hhv. 50,0 % og 86,2 % fandt det særdeles godt (bilag 2).

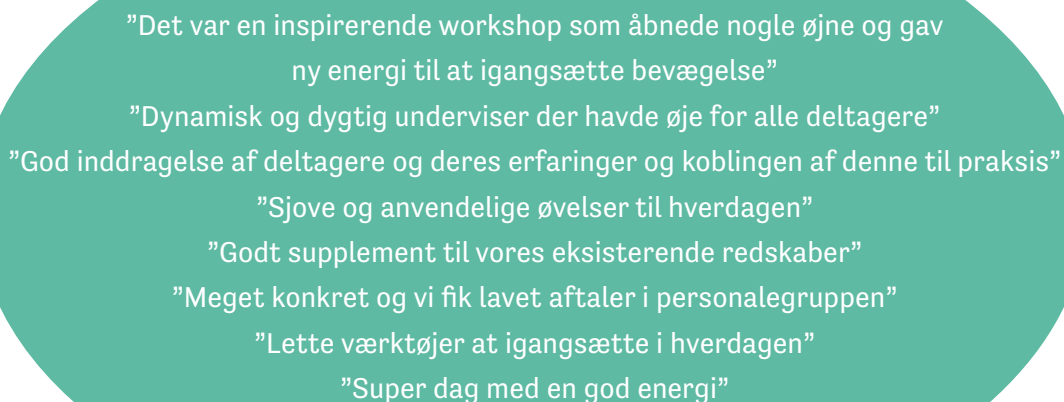
At der i nogen grad var større tilfredshed med workshop 2 bunder i, at workshop 1 var bundet op om mere indledende teori, som i forvejen var kendt af en række af lærerne. Det antydes dog, at lærerne i høj grad har modtaget redskaber til at håndtere sårbare psykiske elever, og at de modtaget faglig relevant anvendeligt viden. Dette underbygges af nedenstående kvalitative feedback som er repræsentativt gældende for den samlede feedback.



Figur 3. Lærernes udsagn i forbindelse med workshop.

Workshop – fysisk aktivitet

Undervisernes oplevelser af workshoppen omkring fysisk aktivitet, blev hovedsageligt positivt modtaget. Efter endt workshop foregik der mundtlige tilbagemeldinger, hvortil følgende udsagn var gennemgåede oplevelser:



"Det var en inspirerende workshop som åbnede nogle øjne og gav ny energi til at igangsætte bevægelse"

"Dynamisk og dygtig underviser der havde øje for alle deltagere"

"God inddragelse af deltagere og deres erfaringer og koblingen af denne til praksis"

"Sjove og anvendelige øvelser til hverdagen"

"Godt supplement til vores eksisterende redskaber"

"Meget konkret og vi fik lavet aftaler i personalegruppen"

"Lette værktøjer at igangsætte i hverdagen"

"Super dag med en god energi"

Figur 4. Lærernes udsagn i forbindelse med workshop.

Samlet må det vurderes, at indholdet i workshoppen og de værktøjer, underviserne fik i den forbindelse, har positiv effekt i forhold til at implementere bevægelse i undervisningen.

Sundhedscaféer

I alt har 90 % af eleverne deltaget i de respektive to sundhedscaféer, hvor lærerne også deltog som facilitatorer. Elevernes sundhedsdata, som fremkom ved deltagelsen i eventdagene, var individuelle og personlige datasæt, de selvstændigt kunne arbejde med i perioden mellem sundhedscafé 1 og sundhedscafé 2.

Mundtlige evalueringer i forbindelse med eventdagene udtrykker, at eleverne har opnået stor faglig indsigt ved at deltage i arrangementerne. Følgende citater er repræsentative og udtryk for den feedback, der blev modtaget:

"Jeg vidste ikke, at kroppen fungerede på den måde, og jeg har lært, hvad det betyder for kroppen, at jeg ryger, og hvor meget mit mad egentligt påvirker mig." "Det var fedt at kunne prøve så mange forskellige målinger og få tal mig." "Det gode var, at det blev meget visuelt for mig at se, hvor mange sukkerknalder der var i Cola, og at jeg skulle hoppe så mange minutter i trampolinen, før at jeg havde forbrændt den vingummibamse!". "Sjov måde at lære sundhed på". Underviserne oplevede deslige dagene som mærkedage de videre kunne bruge som afsæt i deres egen undervisningsforløb senere hen. En lærer udtrykte følgende: "det har været rigtigt og et tilpasset fagligt indhold, som jeg vil kunne bruge til at formidle videre på". En anden udtrykker sig positivt om sundhedscaféernes indhold: " det var rigtig godt, at så mange områder inden for sundheder var samlet på dagen og at eleverne kunne give sig i kast med netop de områder, de fandt spændende."

Til dagene var alle lærere deltagende, og de fik de samme muligheder, som eleverne for at få syn for sundheden.

Der forelå dog en større udfordring i, at det ikke var de samme elever på alle uddannelsessteder, som deltog i begge cafeer, eftersom eleverne var i praktik, gået ud eller påbegyndt grundforløb 2.

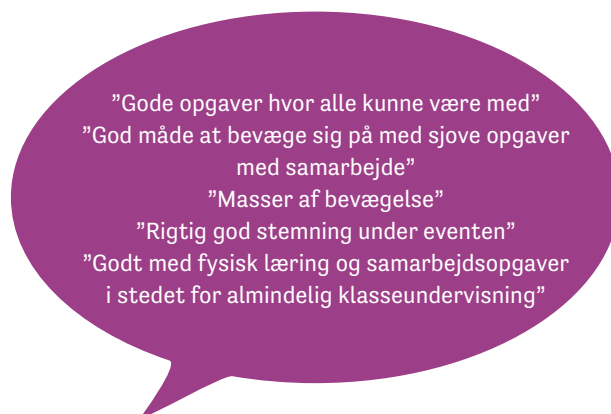
Samlet må det vurderes, at sundhedscafeerne har bidraget til at udvide elevernes sundhedskompetencer bredt set, og oplevede eventdagene som positive fyrtårne i Optur United-pakkens indsatsramme.

Schools On The Run

Alle skoler deltog i Schools On The Run-eventen, hvor de deltagende elever og lærer udtrykte nedenstående i en foretaget spørgeskemaundersøgelse i forbindelse med eventen:



Figur 5. Elevernes oplevelser.

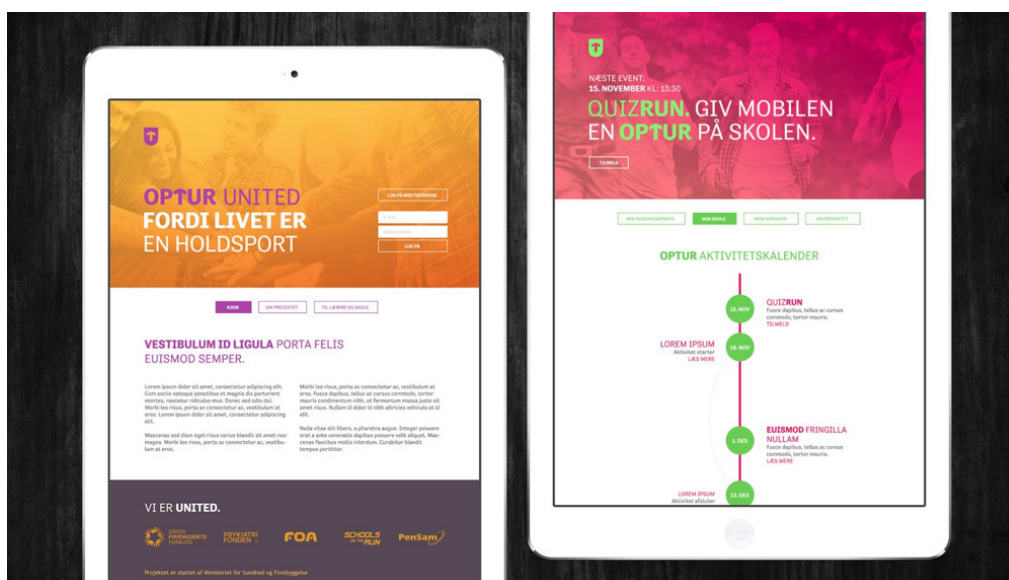


Figur 6. Lærernes oplevelser.

Samlet oplevede mere end 50 % af eleverne eventen som værende overvejende positiv. Aktivitetseventen må samlet vurderes til, at have fremmende påvirkninger på særligt elevernes fællesskabsfølelse og styrkelse af den sociale trivsel samtidigt med, at deres aktivitetsniveau blev påvirket positivt. Én af skolerne var endvidere en integreret part i opbygningsfasen af eventet, som bidrog til at de i en endnu højere grad oplevede et tilhørsforhold til aktivitetseventen.

Digitale platform

I alt oprettede 74 personer sig gennem pilotfasen på den digitale platform, Opturuned.dk. Ud af de 74 personer var de 12 ikke elever, men lærere. Kun én person tog testen to gange, hvilket var intentionen. Eleverne udtrykte, at indholdet var relevant, men at det var omstændigt at oprette sig, og at de glemte at bruge den efterfølgende. I et fokusgruppinterview med tre elever udtrykte den ene: "Jeg fik oprettet mig i timen, som min lærer sagde, at jeg skulle. Men sidenhen har jeg ikke brugt den. Den passede ikke lige til mig synes jeg". En anden sagde i samme forbindelse: "jeg har mest lavet de små udfordringer som eksempelvis 'giv en klassekammerat et kram'. De opgaver, synes jeg, var de sjoveste."



På billedet vises enkelte dele af den digitale platforms indhold. På venstre side er startsiden for elever og lærere, som de skulle oprette sig på. På højre side vises Optur Uniteds aktivitetskalender, hvor quizzer, udfordringer og eventdage illustreres på en tidslinje.

Det blev således en udtalt udfordring, at det var vanskeligt at få eleverne til at anvende den digitale platform – og at anvende den som det var intenderet. Dette, på trods af der blev igangsat konkurrencer, boost og interne dystre for at øge brugerantallet. En række udfordringer – særligt oprettelsesprocessen – med cpr.nr. viste sig at være udfordrende elementer for platformens tilmeldingssucces. En ændring i diskurs blev foretaget undervejs på baggrund af dette, hvortil der valgtes en mere lærerbaseret strategi, hvortil lærerne skulle være igangsættere af de ugentlige udfordringer. Dette ændrede dog ikke på deltagerantallet, og ved samtaler med flere lærer blev det fortalt, at de ikke havde haft den nødvendige tid til igangsætningen, ligesom der stadig var udtalte udfordringer i forhold til at få eleverne at tilmelde sig på platformen.

Sundhedsorganisering

Alle skolerne har gennemgået et sundhedsorganiseringsforløb, der afdækkede skolens nærværende sundhedstilstand baseret på interviews med ledelsen, undervisere, elever og konsulentinspektioner. I samråd med tovholderne blev en række indsatsområder belyst, som de efter eget ønske arbejdede videre med, hvor de modtog en tjekliste de kunne navigere efter (bilag 3).

Hertil viste det, at skolerne alle havde politikker for rygning, alkohol og stoffer. Tillige havde alle skoler i mere eller mindre grad eksisterende trivselsplaner og beredskabsplaner. Inden for fysisk aktivitet og kost var der dog ingen konkrete, kendte politikker – og der var få værktøjer til rådighed.

En SOSU-skole valgte at arbejde med at skabe aktivitetsskabende miljøer, hvor der i samarbejde med projektkontoret blev trykt klistermærker, som blev påført matriklens trapper, som eleverne kunne gå på for at fremme aktivitetsniveauet ved at 'nudge' eleverne til at gå mere/tage trapperne.

Derudover blev der hvert sted skabt et konkret årshjul med skolens eksisterende aktiviteter sammenholdt med Optur United-pakkens indhold samt potentielle indsatsområder (bilag 4). Afslutningsvis fik hver skole præsenteret en statusrapport der skitserede skolens sundhedsarbejde med eksisterende tiltag og fremtidige indsatsområder der med fordel kunne styrkes.

Interview med tovholdere

Der blev, i forbindelse de afsluttende statuspræsentationer, afholdt kvalitative interviews af tovholderne om deres oplevelser af Optur United. Nedenstående kommentarer er sammen-skrevne holdninger og som var repræsentative på tværs af tovholderne.

- Workshops om trivsel og fysisk aktivitet: meget positiv omkring formidlerne inden for begge områder. Indholdet og redskaber til brug efter var meget brugbare. Der kunne med fordel kunne etableres fælles kursusdage og tidsbesparelsen i at sammenlægge dagene.
- Sundhedscafe: relevante for eleverne, ny viden, sjovt med de visuelle sundhedsting, mange positive tilbagemeldinger fra eleverne
- Opturuned.dk: godt værktøj til at tematisere sundhedsarbejdet, skal faciliteres mere, ikke brugt det, omstændeligt.
- Sundhedsorganisering: stor hjælp i skolens afdækning af sundhedsarbejdet. Konsulentbistand særlig konstruktivt for arbejdet.

Samlet vurderes til, at indholdet i Optur United-pakken generelt blev taget positivt imod. Der var nogle strukturelle udfordringer i forbindelse med sundhedscafeerne og elevernes svarafgivelser, samt elevernes brug af den digitale platform, hvortil indsatserne ellers blev skaleret meget positivt.

På baggrund af partnerskabserfaringerne med pilotfasen blev indsatsrammen justeret og tilpasset.

Partnerskabserfaringer og tilpasning af indsats

I en konsensusstagen mellem partnerskabet blev der foretaget en række justeringer på Optur Uniteds indsatsramme på baggrund af erfaringerne med gennemførelsen af pilotfasen. Dette var for at imødekomme skolernes og elevernes hverdag – og for at optimere og kvalificere indsatsrammens kvalitet og relevans.

Justeringer i indsatsrammen:

- Sundhedscafe: indsat quiz for at øge elevernes engagement. Der blev ændret procedure med sundhedsskemaerne, hvor eleverne skulle aflevere skemaerne som krav på dagen, for at sikre at deres data blev gemt.
- Opturunited.dk: Obligatorisk at eleverne skal oprette sig. Der skulle udarbejdes nye opgaver til sitet for at motivere eleverne.
- Workshops om trivsel og fysisk aktivitet: før var det tre kursusdage, efterfølgende blev det slået sammen til samlet set to dage og en kombination med trivsel og fysisk aktivitet.
- Sundhedsorganisering: minimering af mødefrekvensen og antallet af møder.
- SOTR: Der blev erfaret, at ikke alle skoler havde mulighed for at deltage i SOTR i udrulningsfasen, hvortil eventen SOTR light blev udviklet, jævnfør statusrapport fremsendt d. 1. marts 2017. Dette sikrede, at alle skolerne havde muligheden for at deltage i eventen foregående på deres egen matrikel. SOTR light var et fusionskoncept mellem SOTR og Aktivitetsdage som indeholdte elementer fra begge koncepter.

De nye ændringer angående den digitale platform blev anvendt i udrulningsfasen med de nye skoler, men undervejs i processen stod det klart, at resultatet omhandlende den digitale platform var det samme. Disse udfordringer forårsagede, at partnerskabet, ved enighed, valgte at nedlægge sitets elektroniske adgang, men hvor eleverne stadig kunne blive modtager af de udviklede konkurrencer, udfordringer og quizzer. Ydermere blev de ændrede persondatakrav jf. persondataforordningsloven en større hæmsko, hvorom hele systemet var i risiko for at komme i uføre med de skærpede lovkrav, der lå for døre. Konkurrencerne, udfordringerne og quizzerne, som eksisterede på den digitale platform, blev i stedet tilbudt uafhængigt af platformen, som et lærerredskab til at tematisere undervisningen med. Herved blev det et nemmere værktøj for lærerne at anvende i praksis, og det stod som et yderligere supplement til de andre værktøjer, de havde erfaret sig i indsatsrammen.

Det blev yderligere åbenlyst for partnerskabet efter første fase – og i forbindelse med udrulningsfasen – at der var et særligt behov for at styrke og sikre en større forankringsgrad i indholdsrammen. På baggrund af de resultater, der fremgik, udviklede partnerskabet en forankringspakke, som skulle løfte de igangværende indsats i endnu højere grad på de igangværende skoler. Denne ændring af nye tiltag i indsatsrammens blev godkendt af Sundheds- og Ældreministeriet, jævnfør godkendte ændringer d. 29.06.17. Anmodningen og indholdsbeskrivelse fremgår af (bilag 5).

Tilføjelse af indsatser – forankringspakken

I en konsensustagen mellem partnerskabet blev der foretaget en række justeringer på Optur Hensigten med forankringsforløbet var at understøtte skolerne i at implementere og forankre deres arbejde med projektets tre målsætninger i deres dagligdag.

Forankringsforløbet bestod af to workshops, som tog udgangspunkt i teorien bag aktionslæring. På første workshop skulle lærerne udvælge et indsatsområde fra deres praksis, som de ville arbejde struktureret med i undervisningen i perioden frem til anden workshop. Fokusområderne skulle være inden for fysisk aktivitet og trivsel. Ved anden workshop blev der faciliteret en struktureret erfaringsudveksling blandt lærerne. Der blev arbejdet med – og reflekteret over – lærernes erfaringer med at bruge aktionslæring som et redskab til at optimere et fokusområde i undervisningen. Igangværende fokusområder blev videreudviklet til fortsat brug, og nye fokusområder blev etableret til fremadrettet brug.

Udover at afholde workshops indeholdte forankringspakken videomateriale, som var udviklet af Psykiatrifonden. Videomaterialet skulle understøtte lærernes fortsatte implementering af de redskaber, metoder og aktiviteter, de har arbejdet med i hele projektet. Videomaterialet indeholdt faciliteringsredskaber – såsom aktionslæringsmetoden samt konkrete værktøjer til at arbejde med fremme af elevernes trivsel. Materialet er tilgængeligt på www.psykiatrifonden.dk. Derudover blev skolerne tilbudt rekvisitter såsom hockeyudstyr og andre fysiske rekvisitter til at fremme den fysiske aktivitet i løbet af skoledagen samt sundhedsfremmende redskaber. SOSU-Holstebro samt Selandia ønskede at tage del i forankringsforløbet.

Slutevalueringens resultater

Resultatfremførelsen tager udgangspunkt i resultaterne fra slutevalueringen, og den præsenterer de erfarede resultater inden for de tre overordnede formålsområder og sætter dem i forbindelse med de tilhørende mål – herunder de operationelle delmål. Først følger ledernes overordnede perspektiv på Optur United efterfulgt af elevernes og lærernes oplevelser af projektet. Resultatfremførelsen anvender uddrag og udsnit fra slutevalueringen som analysegenstande i de følgende afsnit.

Skolen som ramme for Optur United – ledernes perspektiv

Efter projektperiodens afslutning besvarede lederne, fra de fire deltagerskoler, et spørgeskema omhandlende skolens fokus på sundhed samt deres oplevelse af Optur United. Lederne besvarelser skal bidrage til at forstå implementeringen af projektet på et organisatorisk niveau.

Lederne fortæller generelt, at der er fokus på at arbejde med sundhed i hverdagen på skolen. Lederne oplever desuden, at de er kommet et godt stykke i forhold til at imødekomme reformens krav om 45 minutters bevægelse om dagen. På erhvervsskolen i Holbæk er man nogenlunde på vej, men er ikke helt i mål med at imødekomme reformkravene. Lederne oplever, at lærerne har fået nogle relevante redskaber fra projektet til at understøtte integrering af bevægelse i undervisningen. Redskabernes anvendelse er, ifølge lederne, meget afhængig af lærernes initiativ og deres oplevelse af ansvar for sundheden på skolen.

Lederne har generelt haft en høj tilfredshed med projektet i forhold til deres grundforløbselever og oplever desuden, at projektet har været med til at understøtte skolernes sundhedsprofil.



Aktive elever spiller en hockeyvariant på gangene på deres skole.

Fysisk aktivitet

- Formål: at øge deltagelsen i, lysten til og kvaliteten af fysisk aktivitet.

For at afdække, hvorledes der er udviklet værktøjer til at implementere 45 minutters motion og hvorledes antallet af aktive elever er øget, fremføres resultatfremførelsen herefter. Der er snitflader i resultaterne inden for de to felter, som påvirker hinanden gensidigt. Resultatafsnittet afdækker både lærernes perspektiv på fysisk aktivitet, elevernes perspektiv samt der forsøges at afdække effekten på elevernes aktivitetsniveau. Indledningsvist præsenteres lærernes holdninger og perspektiver – efterfulgt af elevernes perspektiver.

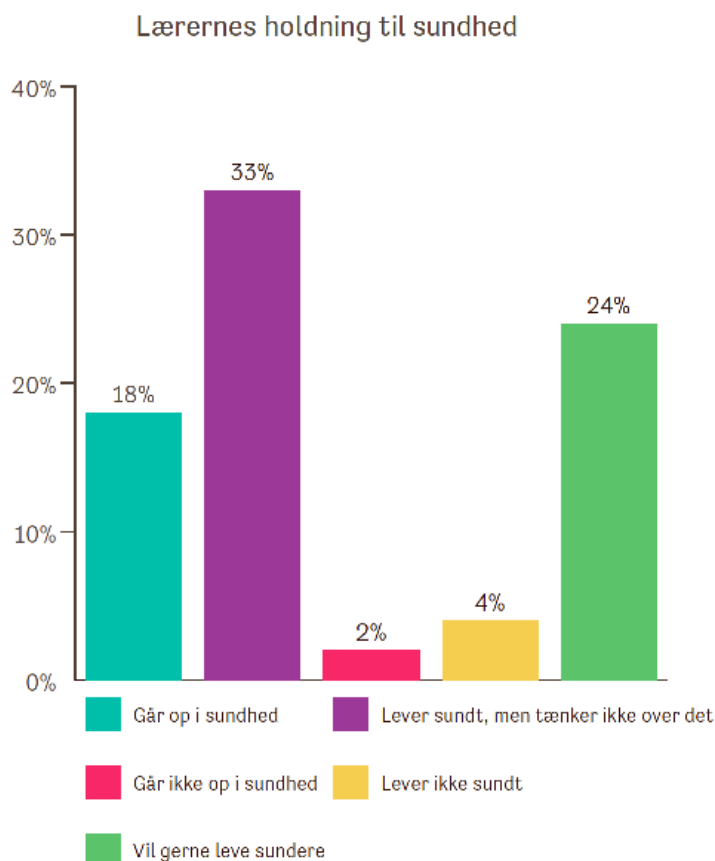
Fysisk aktivitet er

alle aktiviteter, hvor anvendelse af skeletmuskulaturen øger energiomsætningen og dermed forårsager et øget energiforbrug. Motion bruges både i forbindelse med ustruktureret og mere struktureret målrettet træning med sundhed eller forbedring af fysisk formåen for øje. Begrebet bevægelse omfatter alle former for fysisk aktivitet (Klarlund Pedersen, 2016).

Udvikling af værktøjer til at implementere 45 minutters motion i undervisningen

Lærernes spørgeskemabesvarelser

Lærerne blev i begyndelsen af projektindsatsen bedt om at udfylde et spørgeskema, som kan bruges til at understøtte de senere gennemførte interviews. Resultatet af lærernes spørgeskemabesvarelser med hensyn til at afdække deres holdning til sundhed, ses i diagrammet herunder. Resultaterne viser, at lidt over hver anden lærer går op i sundhed og lever sundt. Hver fjerde lærer ønsker at have mere fokus på sundhed. Kun 2 % af lærerne går ikke op i sundhed, og 4 % af lærerne mener, at de ikke lever sundt.



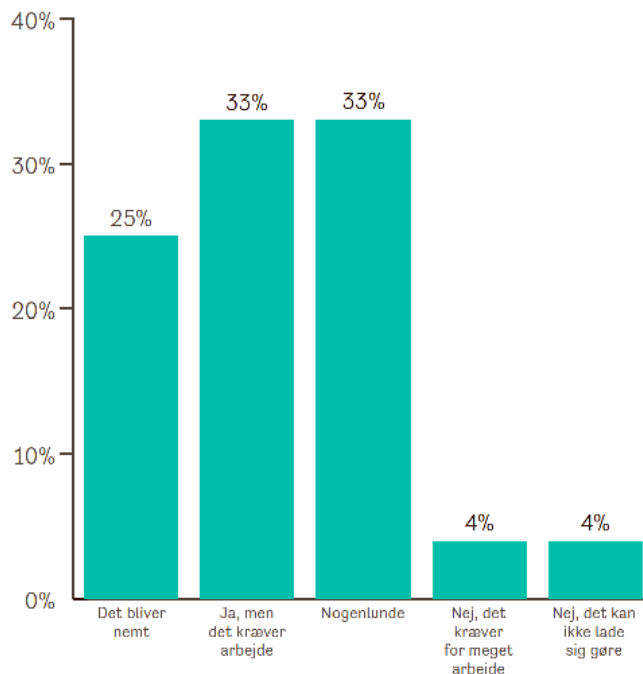
Tabel 5. Lærernes holdning til sundhed.

Resultaterne viser, at temaet 'sundhed' er en del af mange af læreres bevidsthed. Denne bevidsthed og interesse kan være medvirkende til, at lærerne, med de rette redskaber, også lykkes med at integrere sundhedsfremmende tiltag i undervisningen. På den anden side kan det for de lærere, for hvem sundhed ikke er en prioritet, betyde, at de ikke tager det nødvendige ejerskab for hverken reformkravet eller Optur United som indsats.

I spørgeskemaet blev lærerne også spurgt til, om de følte sig klar til at inkludere fysisk aktivitet i undervisningen. Én ud af fire svarer, at de kan integrere – eller at de allerede integrerer – fysisk aktivitet i undervisningen. Hver tredje lærer føler sig klar, men siger, at det kræver en arbejdsindsats for, at det lykkes. Yderligere 33 % føler sig nogenlunde klar til at integrere bevægelse i undervisningen. Kun 8 % synes, at det kræver for meget arbejde eller tror ikke, at det kan lade sig gøre at integrere bevægelse i deres undervisning.

I alt svarer mere end 9 ud af 10 lærere, at de i større eller mindre grad tror, at det er muligt at integrere fysisk aktivitet i undervisningen og dermed imødekomme reformens krav om 45 minutters bevægelse om dagen for grundforløbs eleverne.

Føler du dig klar til at inkludere fysisk aktivitet i undervisningen?



Tabel 6. Lærernes holdning til at inkludere fysisk aktivitet i undervisningen.

Lærernes spørgeskemabesvarelser understøtter deres svar i interviewene, som vil blive behandlet i det kommende afsnit. Ligesom det fremgår af ovenstående resultater, oplever en overvejende del af lærerne ifølge interviewene, at bevægelse kan inkluderes i undervisningen. De adspurgte lærere er meget bevidste om, at det ikke blot er noget, der sker uden en seriøs indsats. Det kræver, at nogen tager ansvar for, at emnet bliver en del af dialogen på skolen. For eksempel ved at have det på dagsordener til møder, hvor lærerne får mulighed for at blive fortrolige med de redskaber, som kan understøtte integrationen af bevægelse i undervisningen.

Lærernes perspektiv på Optur United

Flere af lærerne nævnte i interviewene, at de fandt det relevant at anvende QR-kodeløbet i undervisningen. Her eksemplificeret af en lærer fra RPHS:

“Jeg har brugt QR-kodeløbet en del. Vi bruger det flittigt. Vi har brugt det til at repetere fagligt stof. QR-løbet får eleverne udenfor.” (Lærer 11)

En anden lærer Selandia siger:

“Nu bruger jeg QR-kodeløbet, hvis jeg synes, at eleverne har brug for lidt luft. Inden projektet ville de ikke være kommet ud. Så QR-løbet har en positiv effekt på, at eleverne bevæger sig mere. QR-løbet er blevet en del af vores hverdag herude på skolen.” (Lærer 12)

Ud over de positive oplevelser med QR-kodeløbet var der også positive erfaringer ved at anvende Aktiviteket. SOSU-Holstebro og EUC NVS havde begge modtaget skabet ved interviewtidspunktet.

En af lærerne fra EUC NVS siger følgende:

“Aktiviteket fungerer rigtig godt og kommer helt sikkert til at være en del af min undervisning fremadrettet. Det er let at gå til og simpelt at finjustere til den aktuelle elevgruppe.” (Lærer 15)

En anden siger om Aktiviteket:

“Det er simpelt at bruge, hvis man tænker, at eleverne lige er ved at gå kolde. Man kan bare tage en pose, og så fungerer det. Det er genialt.” (Lærer 4)

En anden lærer bakker op om Lærer 4’s oplevelse og siger følgende:

“Aktiviteterne er simple at bruge, og du kan sætte dig ind i det på ingen tid. Det er virkelig overskueligt.” (Lærer 6)

Lærer 6’s kollega har ikke brugt Aktiviteket endnu, men nævner Aktiviteket som det første, da hun bliver spurgt ind til, hvad hun har behov for, for at integrere bevægelse i sin undervisning:

“Ja, jeg ved det ikke. Jeg må se, hvad jeg kan finde i det der skab. Og så se hvordan jeg får mit fagstof integreret i aktiviteterne. Jeg har hørt fra en anden lærer (Lærer 6, red.), at det er meget let at gå til. Og jeg har også selv deltaget i de dage, hvor DFIF var her. Men jeg har ikke haft tid til at gå i skabet og se, hvad der var i det. Det er min målsætning, at det skal jeg, da jeg tror, at det er let at gå til og noget eleverne har lyst til.” (Lærer 5)

En underviser fra EUC NVS siger:

“Jeg har endnu ikke brugt skabet, men jeg tror, at jeg kommer til at bruge det. Min oplevelse er også, at de andre lærere heller ikke bruger Aktiviteket endnu. Det kræver lang tid at ændre en kultur. Så de lærere, som ikke er vant til at inddrage bevægelse i undervisningen, går ikke blot ned og henter en aktivitetspose, da det stadig er noget ukendt og utrygt for dem. Vi ved dog godt, at eleverne har brug for at bevæge sig mere i undervisningen.

Fremadrettet vil jeg lade mig inspirere af aktiviteterne fra Optur. Det handler bare om at tage hul på det.” (Lærer 14)

Lærerne har generelt en positiv indstilling til at integrere bevægelse i undervisningen, selvom det ikke er alle, der var begyndt at anvende aktiviteterne endnu. Dette kan der være flere årsager til. Undervisningskulturen og tidsmæssige ressourcer er ofte barrierer i hverdagen på skolen. På trods af tidsmæssige og kulturelle barrierer er det tydeligt for lærerne, at eleverne har behov for at få integreret bevægelse i løbet af dagen. En af lærerne siger:

“Jamen, seks lektioner slår næsten eleverne ihjel. Så for at holde dem i live.” (Lærer 5)

Elevernes læringsparathed har stor betydning for lærerne. Derfor er elevernes læringsparathed en stærk motivation til at blive bedre til at få bevægelse integreret i undervisningen. Flere af lærerne har selv god erfaring med, at små afbræk har en positiv betydning for elever. Lærerne oplever desuden, at eleverne gerne deltager i bevægelsesaktiviteter. En lærer siger:

“Eleverne kommer gerne med ud og bevæger sig, når vi som lærere tager initiativ til det.” (Lærer 4)

Lærernes udsagn viser, at flere af dem er bevidste om, at stillesiddende undervisning modarbejder det gode læringsmiljø, som de ønsker at etablere. Elevgruppen på de deltagende erhvervsskoler er ifølge flere lærere kendetegnet ved at have begrænset koncentrationskapacitet. De har desuden ofte dårlige oplevelser med stillesiddende teoretisk undervisning i tidligere skolesystemer. For at imødekomme elevernes udfordringer anskues bevægelse af flere lærere som et anvendeligt didaktisk værktøj til at fremme læringsudbyttet.

Lærernes udsagn illustrerer yderligere en mulig barriere for at integrere den, for mange, nye disciplin – bevægelse – ind i en undervisningskultur, hvor bevægelse ikke har været et nærliggende didaktisk værktøj.

Til trods for, at der er udfordringer ved at integrere bevægelse i en ny praksis, er der mange positive tilkendegivelser til at anvende bevægelse som en del af undervisningen fremadrettet. De metodiske redskaber, som skolerne har modtaget, kan være meget afgørende for, om det lykkes at få bevægelse som en del af undervisningen. En lærer siger følgende om Aktiviteket:

“Jeg synes godt om skabet. Det at det ligger fysisk klar på skolen, hvor jeg blot tager en pose og så er vi i gang med en aktivitet. Jeg har sat mig ind i, hvad poserne indeholder, og det gør, at jeg ved, hvilke poser der fungerer godt.” (Lærer 4)

Aktiviteket kan være en metode til at hjælpe lærerne med at integrere bevægelse i undervisningen. Lærerne omtaler Aktiviteket meget positivt. Særligt skabets fysiske tilgængelighed mener de er med til at fremme bevægelse i undervisningen.

Optur United har givet lærerne nogle meningsfulde værktøjer til at integrere aktiviteter på en simpel måde. Det anses desuden af flere lærere som positivt, at de ikke selv skal være kreative og selv udvikle relevante aktiviteter. En anden oplever følgende:

“Det har ikke påvirket min undervisning konkret endnu. Men jo mere man arbejder med det, så vil det rykke noget. Jeg synes, at vi allerede er gode til det her, så det er ikke fordi, det har rykket så meget.” (Lærer 7)

Læreren blev herefter spurgt, om hun dermed oplevede projektindsatserne som irrelevante, hvortil hun svarede:

“Nej, bestemt ikke. Underviseren fra DFIF var god til at gøre opmærksom på den teoretiske baggrund, han havde for det, han snakkede om. Han formåede at vise det, han snakkede om, og vi afprøvede det, og det synes jeg var særligt godt. Så undervisningen blev levende for os.” (Lærer 7).

Ovenstående udsagn illustrerer, at nogle lærere synes, at deres bevægelsesniveau er, som det skal være og dermed ikke har et behov for at integrere yderligere i undervisningen. Indsatsen har til trods for dette bekræftet lærernes eksisterende arbejde med bevægelse og styrket det teoretiske grundlag for at integrere bevægelse i undervisningen, hvilket anskues positivt og relevant.

Andre lærere har ligeledes en positiv og praksisrelevant oplevelse af de redskaber og den undervisning, de har modtaget. Også selvom de endnu ikke har fået det integreret i deres undervisning. De tror, at de vil få mere bevægelse ind i undervisningen, når det synes relevant, såsom perioder med meget stillesiddende teoretisk undervisning. En læres udsagn illustrerer denne oplevelse;

“Jeg tror, at jeg vil bruge dem fremadrettet, når jeg har flere teoretiske timer. Aktiviteket er jo nemt at gå til, så det virker rigtigt godt. Og hvis man kan integrere bevægelse med det faglige, så vil det være rigtigt godt, men det tager jo lidt tid at integrere det.” (Lærer 8).

Lærernes udsagn om Aktiviteket og QR-kodeløbet viser, at de generelt har mange positive oplevelser med læringsredskaberne. Samtlige adspurgte lærere giver udtryk for, at det enten er noget, de allerede integrerer i undervisningen, eller noget, har en ambition om at integrere fremadrettet. Der ligger dermed et potentiale, hvor bevægelse kan blive en del af erhvervsskolernes undervisning. Lærernes positive udsagn skal ses i lyset af, at nyhedsværdien af læringsredskaberne kan risikere at forsvinde over tid, hvilket er et væsentligt forbehold at tage, da lærerne kun har brugt redskaberne få gange i en kort periode i løbet af projektperioden.

I henhold til at udvikle effektive værktøjer til at implementere 45 minutters bevægelse i undervisningen, der appellerer til både elever og undervisere, vurderes målet til at opfyldt. Det kan konkluderes, at der er blevet udviklet redskaber til underviserne, som de i deres daglige virke kan implementere for at igangsætte 45 minutters bevægelse/motion om dagen. Det vurderes, at der er udarbejdet alsidige og konkrete værktøjer for implementeringen af 45 minutters motion, som appellere både til undervisere og elever. Eftersom at de forskelligartede værktøjer (Aktiviteket, QR-kodeløb og Bevægelsebanko) netop er meget forskellige i deres udtryk og indhold og derved kan appellere til enten den ene eller den anden målgruppe. Det vurderes, at diversiteten i redskaberne har været med til at sikre at en bredere appellerbarhed overfor lærergruppen, samt at eleverne motiveres af de forskellige typer af aktivitetsindsatser, som udtrykkes i resultaterne.

Lærernes udtalelser om, at QR-kodeløbet anvendes flittigt, og at det er blevet en fast del af dagligdagen, udtrykker, at det er effektive værktøjer, de kan anvende i dagligdagen. Udsagn fra lærerne om, at Aktiviteket giver mening og at de ønsker at anvende værktøjerne – og generelt er meget positive for værktøjet – forstærker dette.

I en yderligere anskuelse kan de deltagende observationer – og en konsulentindsigt i skolers eksisterende værktøjer inde for området – påvise, at der på 9 ud af 10 af skolerne ikke fandtes konkrete værktøjer for underviserne til at løfte opgaven forinden Optur United. Før blev opgaven generelt løftet ved, at lærerne igangsatte boldspil, gåture eller ingenting. Hertil kan det vurderes, at de udviklede værktøjer har været givtige og konkrete værktøjer, som supplerer undervisernes redskabsbank til at løfte opgaven om at implementere 45 minutters bevægelse om dagen i undervisningen, og værktøjerne synes at have afhjulpet dette behov.

I vurderingen af, hvorvidt 50 % af underviserne regelmæssigt efter endt projektperiode anvender værktøjerne til at opretholde 45 minutters aktivitet dagligt, er der ikke tilstrækkelig data til at konstatere entydigt, hvorvidt dette (del)mål er opfyldt. Dog må følgende resultater tages i betragtning. Resultaterne fra tabel 6, hvor mere end 9 ud af 10 undervisere efterfølgende rapporterer, at de i større eller mindre grad tror, at det er muligt at inkludere fysisk aktivitet i undervisningen, vidner om, at de er handlingsparate. Dog synes der at have manglet kvalificerende kurser inde for fagområdet, som fortæller ”hvordan” det gøres og med ”hvad”. Ingen af de deltagende lærere har inden deltagelsen workshoppen i forbindelse med Optur United været på et kvalificerende kursus inden for fagområdet. Udsagn fra en lærer skitserer problematikken: ”Det blev pludselig bare forventet, at jeg skulle bruge min undervisning på at lave motion også. Vi har ikke fået at vide, hvordan vi skal gøre det”. Forinden har der ikke været fokus på at kvalificere og klæde underviserne tilstrækkeligt på med faglige kompetencer og give dem konkrete værktøjer at arbejde med. En del af modstanden og modvilligheden, der er sporet, kan adresseres til, at de ikke tidligere har haft den nødvendige kompetenceviden og tryghed i at igangsætte aktiviteter, samt at de heller ikke har besiddet konkrete redskaber til at igangsætte aktionerne. Den manglende kompetence til at igangsætte bevægelse kan være en hæmmende faktor i anvendelsesgraden af værktøjerne fra antallet af lærere.

Begrænsningerne i vurderingen af delmålet beror endvidere på, at alle ikke på evalueringstidspunktet havde haft den nødvendige tid til at få afprøvet redskaberne. Dog udtrykte flere ønsket om at få det gjort fremadrettet. Dette sammenholdt med det faktum, at majoriteten af de interviewede lærere udtrykker, at de finder værktøjerne anvendelige og funktionelle, kan afspejle en potentielt fremtidig forøgelse af anvendelsesgraden bredt set.

Elevernes aktivitetsniveau

Udover lærerne, så er eleverne også blevet interviewet om projektets indflydelse på deres aktivitetsniveau, hvilket vil blive behandlet i følgende afsnit.

Bevægelsens indflydelse for eleverne – lærernes perspektiv

Meget tyder på, at bevægelse påvirker elevers læringsparathed positivt (Norris et al., 2015). Dette er en af grundene til, at fysisk aktivitet fra starten har været et kerneelement i projektets indsatsramme.

For at kunne komme nærmere indsatsens potentielle indflydelse på elevernes bevægelse, blev der foretaget interviews med udvalgte lærere og elever. Disse er med til at give et billede af lærernes vurdering af indsatsens påvirkning på elevernes bevægelse. Yderligere kan interviewene medvirke til at indkredse lærernes oplevelse af, hvordan indsatsen potentielt kan påvirke den fremtidige praksis på skolen.

Lærerne har forskellige oplevelser af den indflydelse, som projektet har haft for elevernes daglige fysiske aktivitetsniveau ved projektets afslutning. Nogle oplever, at deres elever er blevet mere fysisk aktive, hvor andre ikke oplever, at der er sket nogen forandring. Blandt andet siger én lærer følgende:

“Min oplevelse er, at eleverne har fået en mere fysisk aktiv hverdag her på skolen. Blandt andet har vi en fast, ugentlig motionsdag. Det er min oplevelse, at Optur United har været med til at facilitere det øgede fokus. Vi kan blive bedre endnu, men vi er på rette vej. Derudover har vores nye uddannelsesleders personlige interesse for fysisk aktivitet en positiv indflydelse på vores fokus på den fysiske aktivitet.” (Lærer 15).

En anden siger:

“Jeg synes, at jeg kunne mærke det i idrætsundervisningen. Særligt blandt dem, der plejer at lurepasse lidt. De blev mere aktivt deltagende efter den første sundhedscafé.

Jeg glæder mig også til at få Aktiviteket herud på skolen. Jeg er selv lidt på bar bund. Jeg har ikke fantasien til at finde på aktiviteter. Generelt tror jeg, at vi her på skolen fungerer godt med at få en beskrivelse og nogle værktøjer til en opgave. Så kan vi gå i gang. Det er vi vant til. Jeg er helt sikker på, at jeg får brugt Aktivitekets aktiviteter, og det tror jeg, fordi det giver mening.” (Lærer 1).

Elevernes hverdag varierer meget. Nogle dage er eleverne meget fysisk aktive i kraft af deres uddannelsesretning, og lærerne finder det derfor ikke relevant at inddrage yderligere bevægelse. I andre perioder opleves det som relevant at inddrage fysisk aktivitet. I de perioder oplever mange af lærerne, at de redskaber, de har fået ved at deltage i projektet, er anvendelige i undervisningen.

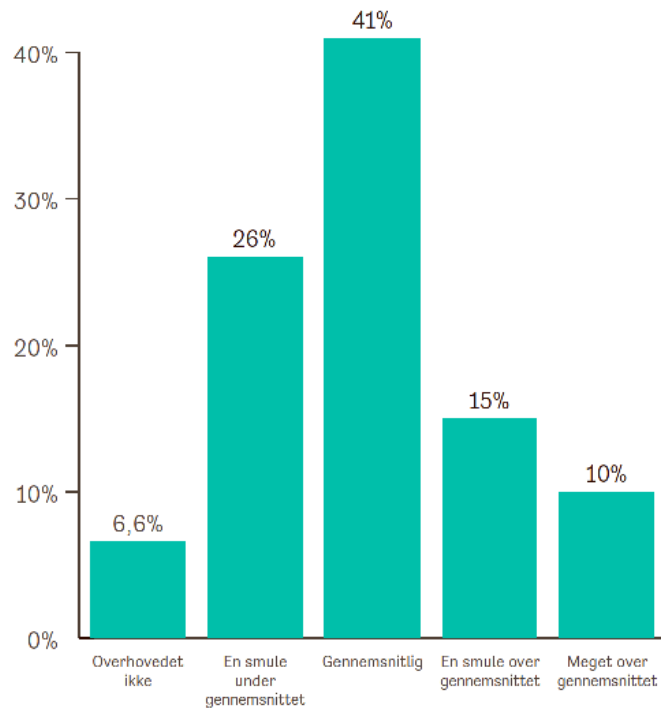
Elevernes fysiske aktivitet – elevernes perspektiv

I forbindelse med evalueringen blev der distribueret to spørgeskemaer til eleverne. Et spørgeskema i begyndelsen af projektet og et efter, at indsatserne var blevet leveret på den enkelte skole. Resultaterne kan ikke anskues som en udvikling, der direkte kan henføres til en effekt af indsatserne, eftersom indsatsen blot er én af en række potentielle kilder til ændring af elevernes adfærd.

I spørgeskemaet blev eleverne blandt andet spurgt ind til deres fysiske aktivitetsniveau – generelt og i fritiden. Ved første undersøgelsesrunde ses det, at lidt over hver tredje elev vurderer, at de er fysisk aktive lidt under gennemsnittet eller mindre – ved anden undersøgelsesrunde er andelen 26 %.

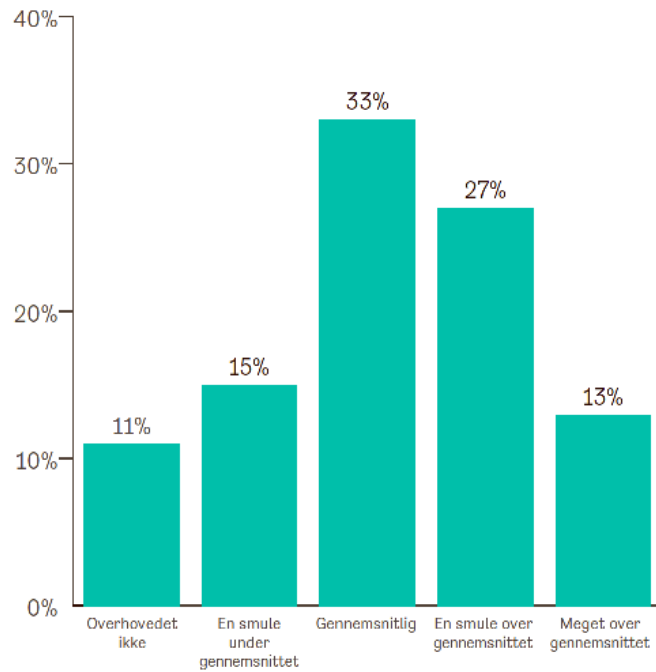
25 % procent (hhv. 15 % og 10 %) af eleverne oplever at have et aktivitetsniveau lidt over eller meget over gennemsnittet ved første undersøgelsesrunde, hvor det er 40 % (hhv. 27 % og 13 %) ved anden undersøgelsesrunde.

Betegner du dig selv generelt som fysisk aktiv?



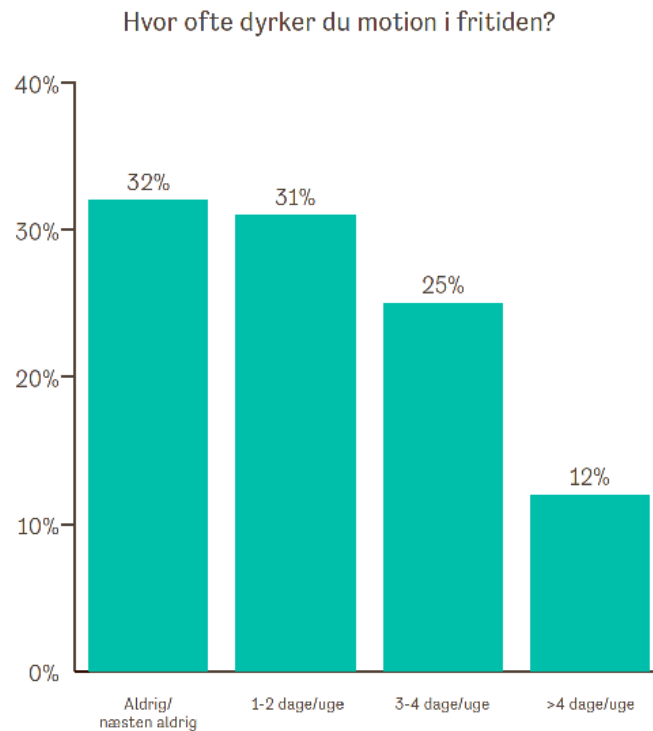
Tabel 7. Første målerunde - ved projektstart.

Betegner du dig selv generelt som fysisk aktiv?



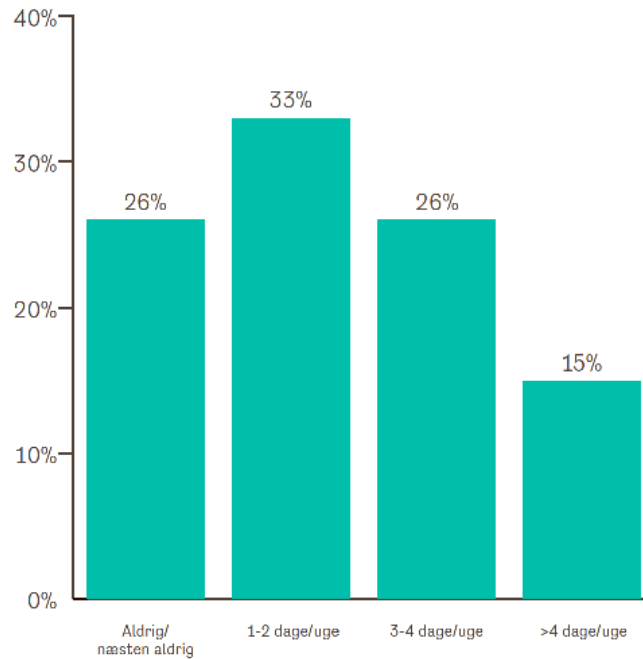
Tabel 8. Anden målerunde - efter projektindsatserne.

Eleverne blev også spurgt ind til deres motion i fritiden. Hyppigt repræsenterede motionsformer for eleverne var aktivitetsformer, hvor pulsen øges, såsom løb, fitness, cykling, fodbold, styrketræning og ridning. Lidt under en tredjedel af eleverne svarede, at de ved første undersøgelsesrunde aldrig eller næsten aldrig dyrkede motion i fritiden. Ved andenrunde var det tal 26 %. 31 % af eleverne dyrkede motion én til to dage om ugen ved første runde – og 33 % ved andenrunde. 37 % af eleverne rapporterede, at de dyrkede motion tre eller flere dage ugentligt ved første runde og 41 % ved anden undersøgelsesrunde.



Tabel 9. Første målerunde - ved projektstart.

Hvor ofte dyrker du motion i fritiden?



Tabel 10. Anden målerunde - efter projektindsats.

For at komme nærmere en konklusion om, hvorvidt projektet kan have haft en indflydelse på elevernes fysiske aktivitetsniveau, blev der foretaget en række kvalitative fokusgruppinterviews med udvalgte elever.

Eleverne har i vid udstrækning haft en positiv oplevelse af de indsatser, de har deltaget i, og nogle oplever desuden, at det har haft en indflydelse på deres sundhedsadfærd. Andre elever oplevede indsatser som Sundhedscaféen som grænseoverskridende – og trak sig enten helt eller delvist fra caféen.

En elev med positive oplevelser siger følgende:

“Jeg synes, at jeg er blevet mere frisk. Jeg gik sent i seng og spiste meget sukker. Jeg er begyndt at køre lidt mere den sunde stil nu. Jeg får flere timers søvn og sukkerindtaget er faldet lidt. Jeg kunne godt lide sodavand og spise kage. Det har jeg trappet lidt ned på. Nu er vi begyndt at spille fodbold i stedet for at gå i kantinen og købe sodavand og kage.

Man sover bedre, hvis man har drukket vand og spist noget salat til aftensmad. Og det fik vi noget viden om på dagen. De var gode til at fortælle os om, hvad vi kunne gøre bedre. Det var punkt for punkt, hvad vi kunne gøre bedre. Det var rigtigt godt.

Det var interessant og noget vigtig viden, man faktisk ikke havde tænkt over.” (Elev 34).

Andre elever havde også en positiv oplevelse af Sundhedscaféen:

“Jeg kan godt lide det. Lige blive tjekket fra top til tå. Jeg har helt klart brugt det til noget. Jeg har skåret ned på min rygning og jeg motionerer mere. Fx cykler jeg med min søn til og fra børnehaven. Det er jeg begyndt på efter sundhedscaféen.” (Elev 28).

En anden fra samme interview siger:

“Jeg er begyndt at lave lidt mere til træning, når vi er nede for at træne i Idræt. Ellers går det som det plejer.” (Elev 29).

Andre elever er på anden vis blevet inspireret til at gøre noget for at forbedre resultaterne fra Sundhedscaféen. De tog derfor initiativ til at påbegynde løb:

“Vi fik jo egentligt oprettet en løbeklub [bestående af to personer] på holdet, fordi vi ville gøre noget ved tallene, men kort tid efter gik jeg fra min kæreste og så gik det i stå. Jeg startede løbeklubben senere igen, men det holdt ikke længe. Løbeklubben er nu stoppet. Så ja indsatsen har gjort lidt for os i den forstand. Vi synes dog ikke, at det har haft den store indflydelse på os ellers.” (Elev 32).

For andre elever havde Sundhedscaféen den betydning, at de tog til lægen efterfølgende.

“Jeg tror tallene sætter sig fast hos en, hvis det boner ud til en negativ side. Jeg fik at vide, at min lungekapacitet var under normalen. Derefter fik jeg at vide, at der var noget, der hed astma. Jeg tog til lægen efter Sundhedscaféen og fandt så ud af, at jeg faktisk havde astma. Og det har hjulpet mig, fordi jeg nu tager astma medicin.” (Elev 8).

En anden fortæller følgende:

“Ja, jeg tog til lægen, fordi jeg havde et højt blodtryk. Så jeg kunne godt bruge det til noget. Jeg fik også svar på, hvorfor jeg var lidt træt. Så det hjalp meget, synes jeg.” (Elev 33).

Sundhedscaféen har haft forskellig indflydelse på elevernes sundhedsadfærd. Som didaktisk redskab til at lære noget om fysiske sundhedsparametre er indsatsen blevet modtaget positivt. Tilgangen, hvor viden kombineres med konkrete tests på egen krop, opleves både af lærere og elever som værende lærerig.

Indsatsen har været tilpasset målgruppen, og den kunne efterfølgende anvendes i undervisningen. Nogle har eksempelvis brugt det som en del af et sundhedsforløb til at referere til caféen og elevernes resultater.

Eleverne er desuden meget positive overfor at få mere bevægelse integreret i undervisningen, såfremt lærerne tager initiativet til det.

For at komme nærmere elevernes oplevelse af, om det fysiske aktivitetsniveau er blevet påvirket i forbindelse med projektet, omhandlede interviewene også Aktiviteket som indsats. På to af skolerne blev Aktiviteket først leveret efter afholdelsen af interviewene, hvorfor det ikke har været muligt at undersøge alle elevers kendskab til aktiviteterne. På SOSU-skolen, hvor de havde modtaget Aktiviteket, fortæller en elev fortæller følgende:

“Én lærer har brugt posen en enkelt gang, hvor vi skulle lave en aktivitet derfra. Vi tror helt sikkert, at det ville fungere, hvis lærerne brugte aktiviteterne. Det behøver ikke nødvendigvis at være fra Aktiviteket. Bare der bliver lavet noget. Jeg synes, at det er for lidt der sker. Det er for meget vi sidder stille i løbet af hverdagen.” (Elev 16).

Andre elever kender ikke til Aktiviteket og siger følgende:

“Aktivitekets aktiviteter kender vi ikke til, og jeg synes slet ikke, at vi bevæger os mere end før projektet startede.” (Elev 4).

Ikke alle elever har oplevet, at der var mere bevægelse i løbet af skoledagen efter projektets afslutning. Eleverne var dog generelt meget positive over at skulle være fysisk aktive. De synes, at det gav et godt afbræk i hverdagens rutiner. Lange perioder, hvor de er stillesiddende, blev betragtet som demotiverende. Så hvis lærerne initierede en bevægelsesaktivitet, ville der være sandsynlighed for, at eleverne ville deltage.

Elevernes udsagn indikerede blandt andet, at de havde en klar forventning om, at lærerne havde ansvaret for at integrere bevægelse i undervisningen. Dette var der både tidmæssige og organisatoriske udfordringer ved. Endvidere var det ud fra elevernes svar tydeligt, at eleverne ønskede, at der blev integreret mere bevægelse.

I forhold til hvorvidt elevernes daglige, generelle aktivitetsniveau er øget, kan en række resultater tages i betragtning. Aktiviteterne i indsatsrammen har besiddet et bredt påvirkningsgrundlag grundet de mange aktiviteter, som Optur United-pakken indeholder. Dette omfatter alt fra værktøjerne, underviserne kan implementere dagligt i undervisningen, eventdagene med SOTR, aktivitetsdage og sundhedscafeer til de egenhændige installationer samt aktiviteter, som skolerne har igangsat.

Elevernes aktivitetsniveau kan anskues ud fra resultaterne fra tabel 7 og tabel 8, hvor de svarer på deres generelle aktivitetsniveau. Her fremgår det, at der fra først undersøgelsesrunde til anden undersøgelsesrunde er sket et fald på 9 % i elever, der er fysiske aktive lidt under gennemsnittet eller mindre. Deslige findes der en stigning af elever på 15 %, som oplever at have et aktivitetsniveau lidt over eller meget over gennemsnittet fra første undersøgelsesrunde til den anden undersøgelsesrunde.

Elevernes aktivitetsniveau i fritiden er også et analyseområde, der kan vidne om, hvorledes der er sket mere adfærdsmæssige ændringer, som kan påvirke det daglige aktivitetsniveau også. Her fremgår det af tabel 9 og 10, at der er sket et fald på 5 % i elever, som aldrig eller næsten aldrig dyrkede motion i fritiden. Det fremgår yderligere, at der sket en stigning på hhv. 2 % og 4 % på antallet af elever, der dyrker motion én til to dage om ugen og antallet af elever, der dyrker motion tre eller fire dage om ugen.

Udsagn fra eleverne definerer, at der er oplevede forskelle i aktivitetsniveauet hos enkelte elever i forhold til tidligere, og at flere elever har påbegyndt forandringer såsom at starte en løbeklub og ændre deres livsstil til en sundere, som har givet dem energi. Opfattelsen underbygges af lærere, som har erfaret, at Optur United har faciliteret det generelle aktivitetsniveau. Det forstærkes af andre undervisere som erfarer, at flere er blevet aktivt deltagende i idrætstimerne, og at de har fået en mere aktiv hverdag på skolen. Dog forefindes der også udsagn, som udtrykker det modsatte om, at der ikke opleves, at de ikke bevæger sig mere i dagligdagen. Dette udtrykker, at nogle oplever en forskel – og andre ikke.

Samlet foreligger der dog indikationer på, at der er sket en stigning i deres generelle aktivitetsniveau, både generelt og i fritiden, hvilket udtrykker adfærdsmæssige ændringer for dele af eleverne.

Hvorledes der forligger en konkret stigning bredt set – eller det hører sig til en mindre gruppe – eller hvorledes stigningen alene skyldes Optur United, kan der ikke entydigt gives et svar på. Dog må det vurderes, at flere elevers aktivitetsniveau er blevet påvirket positivt.

Hvis elevernes daglige aktivitetsniveau skal løftes til et kontinuerligt højt stadie, så vurderes det, at der er behov for yderligere supplerende, tiltag til denne opgave. At overlade ansvaret alene til underviserne er et for sårbart og skrøbeligt fundament. Ansvaret må fordeles på flere skuldre og flader. Aktivitetsskabende miljøer på matriklerne samt installationer integreret i undervisningsrammerne og værkstedernes miljøer, udvider mulighederne for en bæredygtig løsning.

Hvad angår, hvor mange elever der flere gange ugentligt er moderat til hårdt fysisk aktive, er vanskeligt at konstatere. Først og fremmest, så beror indsatsrammen sig primært på, at lærerne skal igangsætte og implementere motion for eleverne. Intensitetsgraden af de igangsatte aktiviteter er delvist uvist, hvor der dog er antydninger fra resultaterne, der indikerer, at forskellige aktiviteter med forskellige intensitetsniveauer udøves. Dog må det vurderes, at der i bevægelsen/motionen i undervisningen oftest er fokus på læring integreret med bevægelse – modsat præstations- eller sundhedsmæssige forbedringer som sigte. Icebreakers, QR-kodeløb, Bevægelsesbanko er alle typer af motion, der bredere sigter en lav/mellem grad af intensitet. Med det sagt, så eksisterer der en række aktiviteter, som påvirker et moderat til hårdt fysisk aktivitetsniveau, men hvorvidt lærerne har selekteret disse modsat andre aktiviteter, er uklart. Endvidere er varigheden ukendt, hvortil de 45 minutters bevægelse eller motion oftest opdeles i fragmenter af aktiviteter og kortere afbræk. Det kan ikke entydigt vurderes, at 1/3 af andelen af elever har været moderat til hårdt fysiske aktive flere gange ugentligt ud fra ovenstående resultater.

Ovenstående resultater omhandlende fysisk aktivitet belyser, at der er indikationer på, at der er skabt indsatser og værktøjer, der evner at øge deltagelsen i, lysten til og kvaliteten af fysisk aktivitet hos eleverne. Synergien af både trivselsfremmende og aktivitetsskabende events – kombineret med dagligdagsaktiviteterne i Optur United – er medvirkende til at fremme dette hos eleverne. Lærere har erfaret, at eleverne efterspørger aktiviteter og at eleverne selv udtrykker deres lyst til at deltage i aktiviteterne. Såvel oplever lærere, at flere elever deltager fysisk aktivt, når der igangsættes aktiviteter, samt at eleverne egenhændigt har skabt løbeklubber og andre aktiviteter.



Højt humør blandt eleverne til en aktivitetsevent.

Trivsel

- At fremme trivsel

For at afdække, hvorledes der er udviklet værktøjer til at implementere 45 minutters motion og for at afdække hvorvidt der er implementeret metoder til udvikling af mental sundhed fremføres resultater om elevernes trivsel efterfulgt af lærernes perspektiv på trivsel i dette afsnit.

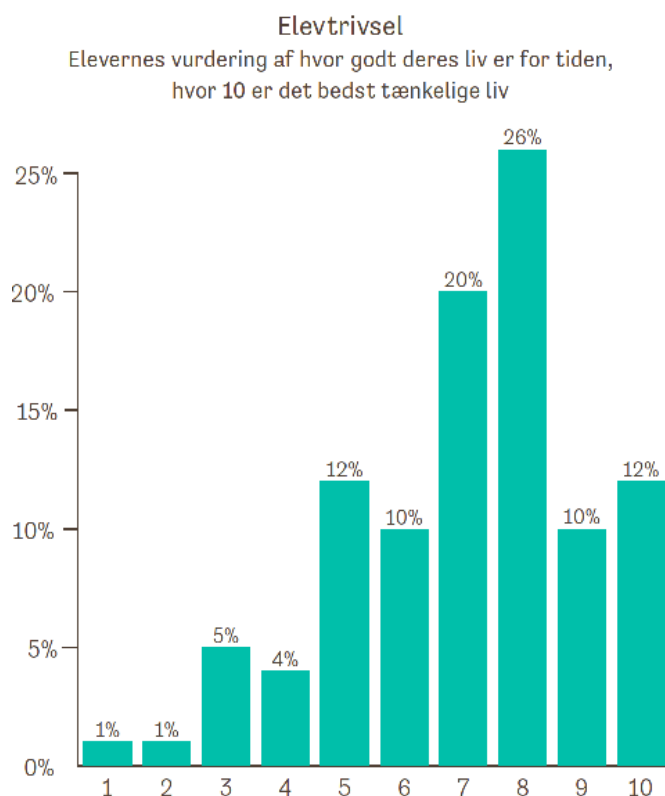
Trivsel – elevernes perspektiv

“Hvad gør dig glad på skolen?” var et af de spørgsmål, som eleverne blev spurgt om i spørgeskemaundersøgelsen omhandlende deres trivsel. Eleverne svarede, at bl.a. fællesskabet med de andre elever, indholdet i undervisningen og maden på skolen havde stor betydning for, om de var glade, når de var på skolen.

For at kvalificere billedet af elevgruppen, blev eleverne spurgt ind til deres selvoplevede trivsel. Dette blev afdækket ved hjælp af 11 spørgsmål. For at overskueliggøre de 11 trivselsparametre er de blevet sammenlagt i tre kategorier, henholdsvis: Individuel trivsel (ét spørgsmål), Social trivsel (seks spørgsmål) og Trivselsrelaterede handlekompetencer (fire spørgsmål).

Individuel trivsel

Til at vurdere elevernes individuelle trivsel blev der anvendt ét spørgsmål, hvor eleverne blev bedt om at vurdere, hvor godt deres liv var på en skala fra 1-10 (10 svarer til, at man oplever at have det bedst tænkelige liv). Her vurderede 48 % af eleverne 7 til 10. Tre procent af eleverne svarede 1 eller 2, og disse elever oplevede således at trives i meget lav grad. Der foreligger en sandsynlighed for, at Optur United, med målet om at målrette projektindsatserne til den brede elevgruppe, ikke kan imødekomme de allermost sårbare elevers udfordringer.



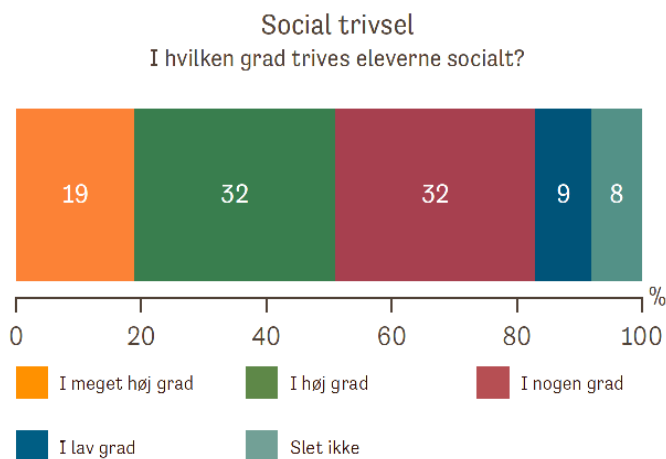
Tabel 11. Elevernes vurdering af hvor godt deres liv var.

Social trivsel

Eleverne blev bedt om at forholde sig til seks spørgsmål, som omhandlede deres sociale trivsel på skolen. Spørgsmålene drejer sig meget om, hvordan eleven vurderede at blive anerkendt og accepteret af klassefæller, samt hvordan den sociale omgangstone var på holdet. Spørgsmålene lød som følger:

1. Er det blandt jer elever almindeligt at tale om, hvordan man har det?
2. Føler du dig som en del af et fællesskab på skolen?
3. Føler du dig anerkendt af lærerne?
4. Føler du dig anerkendt af dine klasse-/holdkammerater?
5. Føler du, at der er plads til forskelligheder på holdet/i klassen?
6. Trives du i undervisningen?

Den aggregerede fordeling kan ses i Figur 8 herunder. Nitten procent af eleverne oplever, at de trives socialt på skolen i meget høj grad og 32 % i høj grad. 8 % af eleverne trives slet ikke socialt på skolen. Yderligere 9 % trives socialt i lav grad og 32 % trives i nogen grad socialt på skolen.



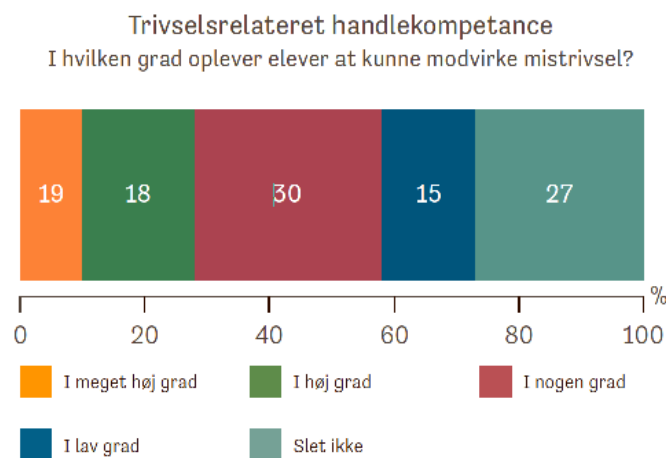
Tabel 12. Tabellen viser i hvilken grad eleverne trives socialt på skolen. For hver kategori vises andelen af totale svar.

Trivselsrelateret handlekompetence

Eleverne blev bedt om at forholde sig til seks spørgsmål, som omhandlede deres sociale trivsel. Eleverne fik også stillet fire spørgsmål, som omhandlede deres trivselsrelaterede handlekompetencer. Trivselsrelaterede handlekompetencer defineres som de handlekompetencer, eleven oplever at besidde til at forebygge og håndtere mistrivsel hos sig selv og andre. Dette omhandler også elevens oplevelse af at kende sig selv og sine styrker. Spørgsmålene lød som følger:

1. Er det blandt jer elever almindeligt at tale om, hvordan man har det?
2. Vil du gerne vide mere om, hvordan du får hjælp, hvis du selv oplever mistrivsel?
3. Vil du gerne vide mere om, hvordan du hjælper andre, hvis du oplever andre der mistrivsel?
4. Føler du, at du har kendskab til egne styrker?

27 % af eleverne rapporterede, at de slet ikke kan modvirke mistrivsel. Yderligere 15 % rapporterede, at de i lav grad kan modvirke mistrivsel. 10 % rapporterede, at de oplever at kunne modvirke mistrivsel i meget høj grad – og 18 % i høj grad. Næsten hver tredje elev oplevede at have trivselsrelaterede handlekompetencer i et omfang, hvor de følte, at det kunne modvirke mistrivsel i nogen grad.



Tabel 13. Tabellen viser i hvilken grad eleverne oplever at kunne modvirke mistrivsel. For hver kategori vises andelen af totale svar.

De ovenstående tre grafer, omhandlende elevernes trivsel, giver et billede af trivslen hos projektets målgruppe. Tallene om elevernes trivsel viser, at der er et potentiale og behov for at have fokus på elevernes trivsel på erhvervsskolerne. Selvom tallene umiddelbart viser, at en stor andel del af eleverne trives, er der en meget væsentlig gruppe af elever, der mistrives i større eller mindre grad. Det er derfor relevant at have fokus på at fremme trivslen blandt eleverne og håndtere mistrivsel. Der er påvist en relation mellem dårlig trivsel og negativ indflydelse på helbredet, hvilket yderligere understøtter relevansen af projektets fokusområder (Bendtsen et al., 2015; Holt-Lunstad, Smith, & Layton, 2010; Uchino, 2006).

Fællesskabets betydning for elevernes trivsel

Ud over trivselsworkshops har der været fokus på trivsel på aktivitetsdagen. Eleverne skulle løse opgaver sammen i grupper på tværs af alle grundforløbs elever. Alle opgaverne indeholdt desuden elementer, hvor eleverne skulle være fysisk aktive.

Både lærere og elever fortæller, at aktivitetsdagen var sjov og bidrog til fællesskabet på tværs af skolens elever. En lærers udsagn illustrerer aktivitetsdagens mulige betydning for fællesskabet. Læreren siger følgende:

“Det der at man griner og har det sjovt sammen. Det er afgørende, når man skal arbejde sammen i grupper, så det har absolut betydning for trivslen.” (Lærer 7).

Eleverne underbygger lærerens oplevelse;

“Det var gode aktiviteter. Særligt at vi fik lov til at udføre aktiviteterne på hold. Det var sjovt med grupper, og det har en betydning, at det var noget vi kunne gøre sammen.” (Elev 19).

En anden siger følgende:

“Det var vildt sjovt. Den måde de havde lavet det på var god. Samarbejdet var sjovt. Vi lavede det på tværs af holdene og det var godt. Øvelserne var også gode, fordi der var fokus på det, du var god til. Det at vi skulle have fokus på opgaven i samarbejdet, det gjorde noget godt.” (Elev 18).

På en anden skole siger en elev følgende:

“Fællesaktiviteterne var fede, fordi skolen er meget splittet alt afhængig af, hvilken linje man er på. Så det var fedt at blive rystet sammen på de blandede hold. Jeg synes, at vi begyndte at tale mere sammen. Det er dog ikke så meget mere. Den første halvanden uge snakkede vi dog rigtig meget sammen, det er bare stilnet af igen. Jeg føler, at jeg kender de andre bedre nu.” (Elev 32). Eleverne har en positiv oplevelse af at lave aktiviteter på tværs af de klasser, som de er inddelt i til dagligt. En elev beskriver, hvordan det gode fællesskab har betydning for lysten til at komme i skole:

“Det betyder, at vi har et bedre fællesskab i pauserne. Det har gjort, at vi nogle gange mødes med andre end dem fra min klasse. Vi siger hej til hinanden, så det gør noget. Det er selvfølgelig rart. Det bliver en mere åben skole. Alle kender hinanden. Og det gør, at man har mere lyst til at komme her. Det er federe at komme i skole.” (Elev 45).

Der er også elever, der ikke oplever, at aktivitetsdagen havde nogen betydning for fællesskabet; “Aktivitetsdagen har ikke haft nogen betydning. Vi siger fx ikke hej til hinanden, når vi møder dem på gangen. Det var mest på dagen, at det var fedt at lave noget sammen.” (Elev 43).

Eleverne har i stor udstrækning haft en positiv oplevelse af aktivitetsdagen. De giver udtryk for, at det er sjovt at lave aktiviteter, hvor alle elever bliver blandet. Mange elever oplever, at det har haft en positiv indflydelse på fællesskabet. De synes, at man lærer hinanden bedre at kende, hvilket har haft betydning for lysten til at være på skolen.

I forhold til elevernes mistrivsel, så er den største gruppe af elever, dem, som trives. Dog eksisterer der en mindre udsat gruppe af elever, som mistrives. At få nedsat denne målgruppes mistrivsel kræver mere dybdegående indsatser, end hvad Optur United-pakken har bidraget med. Indsatsrammerne har meget været møntede på trivselsfremmende aktiviteter, modsat mistrivselsreducerende aktiviteter. Optur United synes at have bidraget yderligere til fællesskabsfølelsen og derved styrket den sociale trivsel eleverne imellem.

Det er ikke muligt at påvise, at andelen af elever, der mistrives, er faldet med 10 %. De elever, som mistrives, er som udgangspunkt også vanskeligere at integrere i projektets indsatsramme, hvortil de må vurderes at skulle håndteres på mere koncentreret vis for at nedsætte mistrivelsen hos denne gruppe.

Trivsel – lærernes perspektiv

Lærerne og eleverne er i forbindelse med evalueringen blevet interviewet om deres oplevelser af de trivselsrelaterede indsatser, der er blevet afholdt på skolerne.

I projektet har der været fokus på elevernes trivsel ved at lave fælles aktiviteter på tværs af skolens grundforløbselever samt ved to trivselsworkshops, som Psykiatrifonden afholdte. Disse trivselsworkshops blev afholdt på hver skole med deltagelse fra alle grundforløbslærere som én samlet gruppe.

Lærerne oplevede disse workshops som værende gode og relevante for deres daglige arbejde med eleverne. Et eksempel på dette er en lærer, der siger følgende:

“Der er helt sikkert et stort behov for at fokusere på mental trivsel. Så det var meget relevant, at det var en del af projektet.” (Lærer 14).

En anden siger følgende:

“Ja, workshoppen var noget, der gav noget. Det åbnede op for en snak, som man ikke naturligt ville snakke om.

Vi får et fælles sprog, at tale om det vi oplever i vores hverdag med eleverne. Og vi får vendt nogle ting på sådan en dag, hvor emnet er trivsel. Det giver noget til teamet. Det er vigtigt at forstå eleverne reaktionsmønstre ud fra det teoretiske.” (Lærer 9).

En anden har brugt nogle af redskaberne, som de fik med sig fra workshoppen. Hun siger følgende:

“Jeg har brugt “En hemmelig ven”³ og jeg har brugt dialogkortene fra Optur United.

“En hemmelig ven” havde en rigtig god effekt på eleverne. Det gav en god stemning. Det påvirkede dagen, fordi man går og lægger mærke til de positive ting hos hinanden. Det var de gode til. Man går derfra og er i godt humør, fordi alle var boosted lidt. Det var de vilde med. Jeg kunne bare mærke det, da de gik hjem. Det blev jeg da også lidt høj af.” (Lærer 6).

Lærerne blev yderligere spurgt om, hvorvidt workshoppen havde ændret noget i deres måde at arbejde med trivsel på, hvortil en af dem svarede:

“Jeg synes, at det har været rigtigt godt. Der har ikke været så meget ny viden for mig. Men det der med at hele personalegruppen får den samme viden. Så er man nødt til at handle på det. Og det der med at man får samme sprog og kan forstå, hvorfor man gør, som man gør. Så man fx ikke tænker; arg nu render de [eleverne] rundt og spiller åndsvage igen. Så der bliver en bedre forståelse for det vi laver. Det fælles sprog det er vigtigt og det er det, der skal til, for at vi lykkes.

Jeg har en oplevelse af, at der er flere lærere, der tør at gå ud og lave nogle aktiviteter, der larmer lidt, fordi vi har fået det fælles sprog nu.” (Lærer 7).

Det positive ved at få et fælles sprog er et gennemgående tema for lærerne i forhold til, hvad det betød for dem at deltage i workshoppen om trivsel. En anden lærer oplevede også, at det fælles sprog gav en større forståelse og et bedre samarbejde om elevernes trivsel. Læreren siger:

“Der var som sådan ikke noget nyt, men det at vi som kollegaer får en fælles platform at stå på. Det gør os stærkere i samarbejdet med eleverne. Vi får en fælles forståelse. Det at vi hører det samme giver et fælles sprog.” (Lærer 5).

³ En hemmelig ven” er en øvelse, hvor eleverne bliver bedt om at lægge mærke til positive handlinger, som en anden elev udfører i gennem en skoledag. Til sidst på dagen skal den, der har observeret fortælle sin hemmelige ven om tre positive handlinger, vedkommende har udført.

Det fælles sprog om trivsel er et vigtigt emne for lærerne og har også påvirket nogle af lærernes måde at samarbejde på. For flere af lærerne har workshoppenes indhold ikke været ny viden. Lærerne oplever på trods af disse workshoppenes som værende relevante. Da mistrivsel er en del af hverdagen på skolerne, er et kontinuerligt fokus på elevtrivsel afgørende for at imødekomme udfordringer med mistrivsel. En lærer siger følgende om workshoppenes:

“Det var ikke sådan, at der var en masse ny viden, men det var rigtigt godt at have fokus på det og det, var rigtigt god undervisning. Det var inspirerende. Det hjælper os til at have fokus på det. Det fylder jo meget i vores hverdag, når der er nogle elever, der ikke trives.” (Lærer 6).

En anden lærer, der også fandt workshoppenes relevante, er i tvivl om, hvorvidt hans elever ville engagere sig i aktiviteterne, som han fik med fra workshoppenes.

“Jeg er i tvivl om, det er noget mine drenge vil åbne op om de spørgsmål, der bliver stillet i dialogkortene. Jeg er bange for, at mine eleverne vil forblive på et overordnet emne og dermed ikke få så meget ud af fx dialogkortene.” (Lærer 12).

Læreren oplever et eksempel på, hvor afgørende det er, at læreren tror på, at de aktiviteter, som skal inddrages i undervisningen, er aktiviteter, som eleverne vil engagere sig i. Læreren oplever er baseret på en formodning om sine elever, da han ikke har afprøvet aktiviteten endnu. Det bør her nævnes, at ud af alle interviewene er dette den eneste lærer, der har givet udtryk for, at der potentielt vil være modstand fra eleverne for at lave aktiviteterne. En anden lærer, der har brugt aktiviteterne med sine elever, har haft en positiv oplevelse ved at bruge aktiviteterne. Kun enkelte elever vælger ikke at engagere sig. Læreren siger følgende: “De fleste elever deltog aktivt og fandt det interessant at arbejde med dialogkortene. Enkelte elever reagerede på opgaven ved at tale om andre emner og deltog ikke. Det er umuligt at undgå, at nogle finder det uinteressant. Det kan eventuelt skyldes, at emnet er for privat og grænseoverskridende at tale om.” (Lærer 15).

Lærernes oplevelse med de trivselsfremmende indsatser er generelt positive. Både workshoppenes indhold og den måde, stoffet blev formidlet på, har været relevant og givende. Desuden havde det stor positiv betydning, at alle grundforløbslærere deltog i fællesskab som en samlet gruppe. Det er både med til at fastholde lærergruppens fokus på trivsel og er medvirkende til en fælles forståelse for hinandens trivselsfremmende arbejde.

I vurderingen af hvorvidt underviserne føler sig bedre rustet til at håndtere sårbare elever, vurderes det, at workshoppenes i høj grad har bidraget til, at der er fundet fælles konsensus og vidensdeling blandt underviserne. Det antydes, at langt de fleste har fået brugbar og ny faglig viden ud af forløbet. Heri er der blevet skabt et særligt fælles sprog, og personalegruppe har stået sammen om de sårbare elever. At de har tillært sig at forstå elevernes handlemønstre på baggrund af det teoretiske har ført til, at de er gået ud og lavet nye aktiviteter – og samlet står stærkere i samarbejdet med elever. Taget i betragtning den næsten udelukkende positive feedback – og at alle lærere som udgangspunkt har deltaget i kurserne – må det vurderes til at have en kvalificerende effekt. Hvorvidt 80 % af underviserne føler dette, er dog uvist at konstatere.

⁴ Dialogkortene er et redskab, som bruges til at tale om trivselsrelaterede emner blandt eleverne. På et kort stilles et spørgsmål, som eleverne skal diskutere i grupper.

Ovenstående resultater indikerer, at der samlet set er igangsat trivselsfremmende indsatser for både lærer og elever. I forhold til hvorvidt, der er implementeret værktøjer til at udvikle mental sundhed, så må dette vurderes. De to workshops har bidraget med elementer, som har gavnet lærere såvel som elever. Lærerne har gennemgået to kvalificerende workshops, hvor der udtrykkes, at de har fået faglige redskaber og kompetencer. Eleverne har været genstandsfelt for trivselselementer, som lærerne har igangsat overfor dem. Samlet må det vurderes, at den samlede indsatsramme med trivselsfremmende aktiviteter for eleverne sammenholdt med faglig opkvalificering af personalet har været medvirkende til at kunne fremme trivslen blandt eleverne.



Elever nærstuderer sundhedsmålinger til en sundhedscafé.

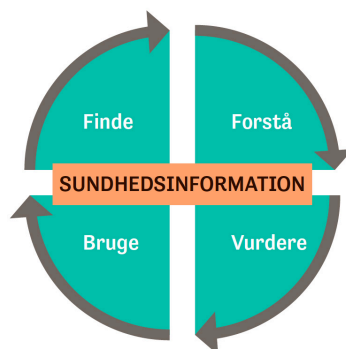
Sundhedskompetencer – fra sundhedsviden til sund adfærd

- At styrke sundhedskompetencerne

Sundhedskompetencer

Da der endnu ikke er konsensus i litteraturen om en dansk definition af begrebet, præsenteres den engelske definition af health literacy her.

"The cognitive and social skills which determine the motivation and ability of individuals to gain access to, understand, and use information in ways which promote and maintain good health. It means more than being able to read pamphlets and make appointments. By improving peoples' access to health information and their capacity to use it effectively, health literacy is critical to empowerment." (Nutbeam, 1986)



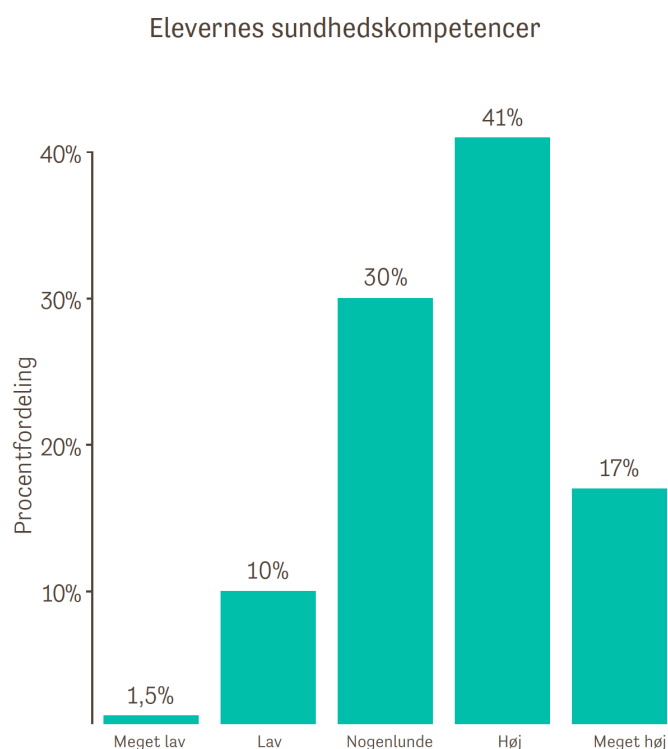
Det andet af projektets tre hovedformål har været at fremme elevernes sundhedskompetencer. For at undersøge emnet blev der inddraget fire spørgsmål i evalueringsspørgeskemaet, som omhandlede elevernes sundhedskompetencer. Derudover blev emnet yderligere behandlet i interviewene.

Sundhedskompetencer er et begreb, der omhandler det at kunne få adgang til, forstå, vurdere og anvende information om sundhed (Sørensen et al., 2012).

For at overskueliggøre resultaterne præsenteres elevernes sundhedskompetencer i ét samlet diagram. Sundhedskompetencerne er baseret på resultater fra spørgsmål, hvor eleverne rapporterer, om det er svært at finde trivselsfremmende aktiviteter generelt, samt at forstå sundhedsråd fra familie og venner samt fra medierne. Det fjerde spørgsmål omhandler elevens oplevelse af at kunne forstå sammenhængen mellem sin adfærd og sin sundhed.

Resultatet af elevernes samlede selvrapporterede sundhedskompetencer kan ses i tabel 14 herunder. Over halvdelen af eleverne oplevede at have høje eller meget høje sundhedskompetencer. Disse elever oplevede i høj grad, at de kunne handle på sundhedsinformation – samt forstå sammenhængen mellem deres adfærd og deres sundhed. Næsten hver tredje elev oplever at have nogenlunde sundhedskompetencer. Denne gruppe kan tænkes i nogen grad at opleve udfordringer ved at forstå og handle aktivt på sundhedsinformation – samt at forstå sammenhængen mellem deres adfærd og deres sundhed. Lidt mere end hver tiende elev oplevede at have meget lave eller lave sundhedskompetencer. For denne gruppe kan det betyde, at de har udfordringer ved at forstå og handle aktivt på information, der kan have en indflydelse på deres sundhed. Det at forstå sammenhængen mellem deres adfærd og deres sundhed kan også være svært for denne gruppe elever.

Det er dog vigtigt at nævne, at disse besvarelser, ud over at være selvrapporterede – hvilket vil forskyde resultatet i en mere optimistisk retning – også kan være svære at forstå for en del af eleverne, da spørgsmålene oprindeligt er udviklet til voksne.



Tabel 14. Fordelingen af elevernes samlede sundhedskompetencer.

Elevernes sundhedskompetencer ud fra lærernes perspektiv

I projektet har det været målet at implementere indsatser, der bl.a. skulle give eleverne viden at handle ud fra, og viden som kunne påvirke elevernes sundhedsadfærd. Sundhedscaféen har været brugt som et didaktisk virkemiddel, hvis mål var at inkludere så mange elever som muligt. Lærerne og elevernes oplevelser af projektets indsats i forhold til at styrke elevernes sundhedskompetencer, vil blive behandlet herunder.

Sundhedscaféens tilgang til at formidle sundhedsinformation har været oplevet relevant og positivt af lærerne og eleverne. I hvilket omfang eleverne har anvendeliggjort den viden, de har opnået igennem sundhedscaféen, er der blandede tilbagemeldinger på. Dette eksemplificeres af lærernes udsagn;

“Vores elever har meget svært ved at omsætte viden om sundhed til faktisk handling. De har brug for konkrete eksempler og gerne med udgangspunkt i dem selv. Fx var det godt, at der blev fulgt op på nogle af elevernes tal direkte på Sundhedscaféerne. Det kunne man gøre endnu mere af og være endnu mere konsekvent omkring, så vil eleverne få mere ud af den viden, de får på sådan en dag.” (Lærer 14).

En anden lærer siger følgende:

“Nogle har kompetencerne til at gøre noget. De vil ikke melde sig ind i en forening, men de kan godt gøre lidt selv ved at gå en tur eller reducere deres slikindtag. Nogle har forældre til at bakke op om deres ønske. Andre har ikke forældrene til det.” (Lærer 10).

En anden fra samme skole siger:

“Eleverne har accepteret [efter Sundhedscaféen], at de måske ikke helt lever så sundt, som de måske selv troede. Så deres tankegang har måske ændret sig. Måske nogle enkelte har ændret det til handling. Det er dog mere min oplevelse, at det er mere i elevernes bevidsthed nu. Vi kan desuden bruge Sundhedscaféen som et afsæt til at snakke om sundhed.” (Lærer 10).

Hos nogle elever vil informationen fra Sundhedscaféen kunne omsættes til handling, mens det er en udfordring for andre. En lærer siger:

“Mange ved hvad der skal til for at fremme ens sundhed, men det er ikke altid, at der handles på det. Det varierer meget blandt vores elever. Ligesom hos alle os andre.” (Lærer 4).

En anden lærer har en oplevelse af, at eleverne mangler noget vejledning til at forstå testresultaterne, hvilket kan have betydning for elevernes adfærd.

“Der var enormt mange tal som forvirrede eleverne. Der kunne man godt have brugt mere energi på at samle op på de emner, som eleverne blev præsenteret for. For mange var det konfronterende og et lille nederlag. Mest fordi de ikke helt forstod sammenhængen mellem tallene. Det er heller ikke sjovt at stå i en stor forsamling og tale om sine tal, som man egentligt er usikker på, om er gode eller dårlige. Så vejlederne blev ikke brugt så meget af de usikre elever.” (Lærer 11).

For nogle elever har der været for mange resultater og tal at forholde sig til, og indsatsen har ikke nødvendigvis været tilpasset de svageste elever. På trods af det har Sundhedscaféens didaktisk formål, ifølge lærerne, ramt mange af målgruppens elever. Sundhedsinformationen er blevet leveret på en hensigtsmæssig måde og er blevet tilpasset de fleste af elevernes kompetenceniveau. De lærere, der har talt med eleverne om resultaterne efterfølgende, har i mange tilfælde haft en oplevelse af, at sundhedsinformationen var noget, eleverne havde forstået. Lærerne oplever i nogen udstrækning, at eleverne kan handle på informationen. Sundhedscaféen ændrer dog ikke elevernes sundhedsadfærd fra den ene dag til den anden. Arrangementet kan være med til at fremme elevernes indsigt i en sund adfærd, hvormed de kan relatere denne viden til deres egen adfærd.

Sundhedskompetencer – elevernes perspektiv

Elevernes udsagn bekræfter desuden nogle af lærernes oplevelser. Eleverne oplever, at Sundhedscaféen har haft en indflydelse på deres forståelse af den sundhedsinformation, der blev arbejdet med på dagen. Eleverne giver også udtryk for at have en forståelse for sammenhængen mellem deres adfærd og deres sundhed. Som et eksempel på dette siger en elev: "Jeg er begyndt at spise mere salat og drikke mere vand efter sundhedscaféen. Man sover bedre, hvis man har drukket vand og spist noget salat til aftensmad. Og det fik vi noget viden om. De var gode til at fortælle os om, hvad vi kunne gøre bedre. Det var punkt for punkt, hvad vi kunne gøre bedre. Det var rigtigt godt." (Elev 33).

En anden elev siger:

"De sagde direkte til mig, at jeg spiste lidt for meget sukker og drak lidt for meget sodavand. De gav nogle eksempler på, hvad man kunne gøre. Men det der hjalp mest for mig var, at de fortalte mig, at jeg indtog for meget usundt." (Elev 34).

Andre har inden Sundhedscaféen allerede haft et ønske om at ændre sundhedsadfærd. Hos dem har Sundhedscaféen været en hjælp, der gjorde, at de ændrede adfærd i en ønsket retning:

"Jeg tror, at det hjalp lidt, at jeg så de der tal og kunne se, at det ikke er godt. Så det har haft en lille betydning for, at jeg er stoppet med at ryge. Også fordi jeg gerne ville før I kom herud".

Andre elever er mere i tvivl om, hvor meget projektet har haft indflydelse på deres sundhedskompetencer:

"Jeg tvivler meget på, at sådan et projekt kunne rykke på vores sundhedsadfærd. Jeg tvivler meget. Jeg tror ikke, man kunne lave noget i fællesskab, som gjorde, at vi ændrer adfærd." (Elev 14).

Andre er også i tvivl om, hvor meget det har påvirket deres forståelse og adfærd på baggrund af sundhedsinformationen:

"Den første uge efter Sundhedscaféen tænkte man mere over, hvad man spiste og blev mere bevidst om det. Derefter kommer man fra det og man glemmer det helt." (Elev 21).

Og en anden siger:

"Første gang tænkte jeg lidt mere over, hvad jeg spiste. Jeg begyndte at spise morgenmad, som jeg ikke har gjort tidligere. Efter den første uge kom jeg fra det igen. Ved anden Sundhedscafé tænkte jeg tilbage på første gang, hvor jeg kom fra det efter en uge, og derfor var det ikke motiverende at forsøge igen." (Elev 22).

Med hensyn til hvorvidt elevernes gennemsnitlige sundhedskompetencer er øget gennem indsatsrammen, må en række forhold behandles og vurderes. Flere af eleverne giver udtryk for, at de godt kan forstå sammenhængen mellem deres adfærd og deres sundhed. Der, hvor mange elever gav udtryk for at være udfordrede, var, hvis en ønsket adfærd skulle ændres og derefter vedholdes på længere sigt. Flere oplever at være mere bevidste om deres sundhed lige efter Sundhedscaféen, men over tid forsvinder denne opmærksomhed. Tidligere erfaringer hvor eleverne er mislykkedes med at ændre sundhedsadfærd, er yderligere en barriere for at gøre endnu et forsøg på at ændre til en ønsket sundhedsadfærd.

Eleverne har gennemført to eventdage med Sundhedscaféer, hvor de forinden dagen og efterfølgende i fællesskab talte sundhed og deres erfaringer. Det må antages, at disse dage har bidraget med viden om sundhed, og den induktive tilgang til sundheden kan have påvirket positivt. Feedback fra elever i forbindelse med en sundhedscafé underbygger opfattelsen: "Det har været rigtig lærerigt. Jeg lærte en masse om min egen sundhed og hvad kroppen påvirkes af". En anden kommentar på dagen forstærker billedet: "Det var fedt at blive testet og se, hvor mange sukkerknalder der var i en Red Bull.

Det giver mig stof til eftertanke". At lærerne har brugt sundhedscaf erne som afs et til at arbejde videre med sundhedsinformationer i deres undervisning, indikerer, at der i højere grad er en øget fokus på sundhed efterfølgende. Samlet findes indikationer for, at elevernes sundhedskompetencer er påvirkede positivt gennem den øgede mængde og nye sundhedsmaterialer, de har oplevet.

Foruden sundhedscaf erne og den, i tilf ælde, øget sundhedsfokusering i undervisningen, har eleverne enkelte steder også modtaget yderligere materialer. I en forstærkning af forankringspakken har to skoler fået tilsendt et målrettet produkt til deres fremtidig arbejde med sundhedsfremme i forhold til at dagsordens tte og supportere den samlede sundhedsfremme indsats. Dette formodes yderligere at styrke elevernes sundhedskompetencer, samt at udvide skolens sundhedsimage bredt set. Dette underbygges af citat fra uddannelseslederen fra SOSU Holstebro: "Mine l rerer har været utrolige glade for at få produktet, og eleverne har synes det var gode og sjove eventindhold. Det har givet dem redskaber til at tematisere området på en faglig og sjov måde". Herved kan det vurderes, at en del af l rererne allerede har anvendt produktet og derved tilføjet yderligere til deres eksisterende sundhedsarbejde. Produktet var tiltænkt ekstra kræfter i at få styrket elevernes generelle sundhedskompetencer.

For at afdække andelen af elever, som er i stand til at forstå og anvende information om sundhed og livsstil, kan resultatet af elevernes samlede selvrapporterede sundhedskompetencer tages i betragtning.

Der blev det påvist, at over halvdelen oplevede at have høje til meget høje sundhedskompetencer, som medvirker til, at de i høj grad kan handle på sundhedsinformation samt forstå sammenhængen mellem deres adfærd og deres sundhed.

Tillægges det med, at næsten hver tredje elev oplever at have nogenlunde sundhedskompetencer, må det samlet vurderes, at flere end 2/3 af eleverne er i stand til at forstå og anvende sundheds- og livsstil information, eftersom de besidder nogenlunde eller højt vurderet sundhedskompetencer.

Feedback på forankringspakken

I forbindelse med den sidste forankringsworkshop gav lærerne mundtligt feedback på forankringsforløbet til underviserne fra DFIF og Psykiatrifonden. Derudover er underviserne blevet interviewet om deres oplevelse af forankringsforløbet, hvilket udgør datagrundlaget for evalueringen af forløbet.

Lærerne gav udtryk for, at det var et givende og relevant forløb. Forløbet bidrog til at opretholde et specifikt fokus på  t indsatsområde, som de selv havde fundet det vigtigt at arbejde med. Lærerne oplevede, at alene det, at et fokusområde blev skrevet ned, medførte, at fokusområdet var mere i deres bevidsthed i undervisning.

For nogle betød aktionslæringsmetoden, at de sammen med eleverne udviklede og afprøvede nogle træningsredskaber til værkstederne. Andre arbejdede med trivsel i undervisningen, hvor der var fokus på den måde eleverne gav elev-til-elev feedback på. Lærerne oplevede, at fokusområderne blev til reelle handlinger, som havde indflydelse på elevernes adfærd. Lærerne oplevede derudover en større forpligtigelse over for sig selv og hinanden, når et fokusområde italesættes og nedskrives. Aktionsl ringsredskabs tilgang, hvor et fokusområde beskrives ud fra et struktureret skema, har desuden bidraget til at gøre opgaven overskuelig og opleves som en hensigtsmæssig måde at håndtere sine fokusområder målrettet på.

Lærerne har ikke haft mulighed for at vurdere videomaterialet, da materialet var under udvikling.

Efter aktionslæringsforløbet har en af skolerne arbejdet videre med tiltagene, der blev skabt på workshoppen, hvor der konkret er blevet igangsat projekter og fået skabt igangværende tiltag. Et eksempel på dette er ved Selandia, hvor en undervisergruppe har bygget og smedet jernribber – og hængt dem op i værkstederne. Efter udsagn fra lærerne, så har netop de konkrete workshops været katalysatoren, der fik dem til at gå fra tegnebrættet til virkeligheden – og handle videre aktivt.

Ovenstående eksempel kvalificerer indholdet og påviser, at der er et behov for at styrke og kontinuerligt supportere forankringsfasen af tilegnede kompetencer, før resultater skabes. At de deltagende lærere alle har igangsat trivsels- og fysisk aktivitetstiltag i undervisningen vil antages at have styrket områderne omkring at fremme trivsel, et øget aktivitetsniveau hos eleverne og medskabende i at implementere yderligere bevægelse i undervisningen.

Konklusion

Partnerskabet I Form til Fremtiden har gennem projektperioden været ude for en række udfordringer som medførte at projektet måtte handle og justere kurs løbende. Rekrutteringsvanskeligheder af skoler, skolernes grad af forpligtigelse og de erfarede udfordringer ved at følge eleverne løbende over indsatsrammen, har alle været influerende faktorer i projektrammens endelige resultatmængde og indhold. På trods af det, så kan det dog konkluderes, at partnerskabet har udvist stor handlekraft og adaptationsevner hvor der undervejs er udøvet nødvendige tilpasninger i indsatsrammen, samtidig med at alle aktiviteterne er leveret til projektrammens interesserede skoler.

Optur United har været et bredspektret og helhedsorienteret partnerskabsprojekt, som har favnet en række forskelligartede indsatser, hvis samlede formål var at øge lysten til, deltagelsen i og kvaliteten af fysiske aktivitet, fremme trivsel og øge elevernes sundhedskompetencer. Langt størstedelen af de deltagende elever og lærere, som har indgået i partnerskabsprojektet, har i et vidt omfang haft positive oplevelser med Optur United og dens leverancer, som har bidraget med faglige, relevante og anvendelige indsatser overfor både elever og lærer i deres dagligdag. Hvorvidt Optur United har haft decideret indflydelse på elevernes fysiske aktivitetsniveau, deres sundhedskompetencer eller deres trivsel, kan rapporten qua evalueringernes design og datamængde, ikke svare entydigt på, dog indeholder resultaterne i partnerskabsprojektet indikationer på, at have påvirket disse områder til en vis grad.

De overordnede projektmål synes at være blevet gennemførte og påvirkede, nogen mere end andre. De operationelle delmål har derimod været svære ensidigt at konkludere på grundet evalueringernes design og de udfordringer, der opstod undervejs. Der kan dog konkluderes følgende om projekt- og delmålene:

I forhold til at udarbejde og udvikle konkrete og effektive værktøjer for implementeringen af 45 minutters motion og bevægelse om dagen, konkluderes dette mål til at være opfyldt. Lærerne har gennem kvalificerende kurser tilegnet sig kompetencer – og fået tre forskelligartede værktøjer, som appellerer bredt overfor både elever og undervisere. Lærernes og elevernes holdninger om, at værktøjerne er anvendelige og brugbare til at implementere bevægelse i undervisningen, underbygger denne konklusion.

I forhold til at mindst 50 % af underviserne anvender værktøjerne efter endt projektperiode, kan der ikke entydigt svares på, eftersom alle lærere ikke havde haft den nødvendige tid til at give sig i kast med værktøjerne på tidspunktet for evalueringen. Dog foreligger de overvejende positive tilkendegivelser og opfattelse af værktøjerne som fremtidige indikatorer for målet.

Det kan ikke entydigt konkluderes, hvorvidt antallet af aktive elever er øget, hvorom der dog foreligger indikationer qua elevernes selvevalueret vurderinger, at der er sket en stigning i deres generelle daglige aktivitetsniveau, både generelt og i fritiden. Der findes divergerende udsagn til hvorvidt det daglige aktivitetsniveau er øget, hvorom dog majoriteten af udsagnene fra lærere og elever indikerer, at indsatsrammen har haft medvirkende effekt på, at elevernes daglige aktivitetsniveau er øget.

Det kan ikke konkluderes, at andelen af elever, der er moderat til hårdt fysiske aktive flere gange ugentligt, er øget med 1/3 af ud fra ovenstående resultater. Lærerne har modtaget værktøjer til at facilitere bevægelse og motion, men lærernes udvælgelse af aktiviteter og intensitetsgraden heri, er uvist. Aktiviteterne i indsatsrammen har primært haft til sigte at aktivere i en bred forstand – og ikke med sigtet om en høj intensitetsgrad som udgangspunkt.

Det kan konkluderes, at der er blevet udarbejdet implementeringsmetoder for udvikling af mental sundhed gennem de kvalificerende workshops som redskaber for lærerne. I forhold til målet om, at 80 % af underviserne føler sig bedre klædt på til at håndtere sårbare elever, så kan det ikke konkluderes entydigt. At samtlige lærere har gennemgået kvalificeringerne – samt deres positive feedback herpå – indikerer, at de har opnået kompetencer og kvalificerende effekter inde for feltet i en større grad.

I henhold til målet om at reducere elevernes mistrivsel med 10 %, kan det ikke entydigt konkluderes ud fra resultaterne. Den mindre gruppe af elever, som mistrives, påkræver mere dybdegående indsatser for at påvirke, som ligger uden for Optur United-pakkens påvirkningsgrader. Dog findes udsagn fra elever om, at indsatsrammen har påvirket positivt til fællesskabsfølelsen eleverne i blandt – og at den dermed har påvirket elevernes sociale trivsel.

I forhold til målet om, at elevernes generelle sundhedskompetencer er blevet styrket, må det vurderes til at være opfyldt i en vis grad. Udsagn fra lærere og elever underbygger, at de gennem indsatserne har tillært sig ny, brugbar viden kombineret med at det såvel anvendes i større grad i undervisningssammenhænge.

Resultaterne viser, at mere end halvdelen af eleverne i høj grad har sundhedskompetencer – og mere end hver tredje elev har nogenlunde sundhedskompetencer – hvorfor det vurderes, at mere end 2/3 af eleverne er i stand til at forstå og anvende information omkring sundhed og livsstil. Dette mål må hermed vurderes til at være opfyldt.

Som det fremgår af konklusionen i den udarbejdede slutevaluering, konstateres det, at Optur United indeholder nogle lovende elementer, hvori der ligger et appellerende potentiale for både elever og lærere. Til fremtidigt arbejde med erhvervsskolerne kan indsatserne fra Optur United medvirke til at inspirere og bygge videre på for at komme nærmere det endegyldige mål: at have erhvervs- og produktionsskoler, hvor elever trives og har en gennemgribende sund adfærd.

Læringsperspektiver

Partnerskabsprojektet har gennem projektperioden erfaret en række særlige læringsperspektiver.

At påvirke og ændre adfærds- og sundhedsvaner for elever på landets erhvervs-, produktions- og social og sundhedsskoler er i høj grad en proces, som kræver vedligeholdelse og kulturændring.

Der er tale om en gennemgående kulturopfattelsesændring og forandringskrav på mange flader, og som ikke har fundet sit ståsted på trods af påvirkninger som reformens lovmæssige krav, politisk interesse og andre strømninger udefra. Der skal en kulturændring – på flere planer – til, før at det bliver en bæredygtig og funktionelt naturlig del af DNA'et på skolen, hvor elever, undervisere og ledelsen indgår som en samhörig treenighed. Partnerskabsprojektet har været medskabende til at supportere og hjælpe på kerneområder og identificere spotområder, der påkræver hjælpende hænder og interessefeltet, men partnerskabsprojektet har i sig selv, ikke egenhændigt været i stand til at sikre en varig adfærd og kulturændring hos den enkelte elev. Det kræver, at der i endnu højere grad fastholdes en mere målrettet og lokalfokuseret indsatsramme over længere tid, før det bundfælder sig, som forankringspakken er en indikator for. Ledelsen og underviserne står med nøglen i hånden til den bæredygtige forankring, og de er fanebærere for elevernes og skolens sundhedskultur som helhed.

Partnerskabet har erfaret, at der været behov for at lave mere individuelle løsninger, som skolerne selv selekterer fra, tilpasser og nuancerer, så det passer ind i deres kultur og behov. Foruden sikre dette også en bredere involveringsgrad og et større ejerskab for aktørerne, at de selv aktivt har været medvirkende i at skabe en selvdesignet projektportofølge. De erfarede store forskelligheder, der eksisterer fra skole til skole, påkræver mere modelérbare indsats-er, så de passer i skolernes tempi, kultur og behov. Qua den heterogene målgruppe, som har deltaget i partnerskabsprojektet, findes et vigtigt læringspunkt i, at det vanskeliggøres at igangsætte en bredspektret, fælles universel indsatsramme, eftersom elevtyperne er så forskellige.

Indsatsindholdet bør være specifikt målgruppebaseret og tilpasset til netop den konkrete målgruppe. Alene inden for uddannelsesstedet er der nødvendighed for at differentiere aktivitetsudbuddet, så den er tilpasset specifikt. Det erfares, at skolerne har et udtrykt behov for at blive supporteret løbende og undervejs for at sikre, at implementering og forankring finder sted.

Bilag 2. Spørgeskemaundersøgelse trivsel workshops

Deltagerne på de to workshops skulle vurdere deres oplevelser på 1 skala fra 1-6, hvor 1 var dårlig og 6 god.

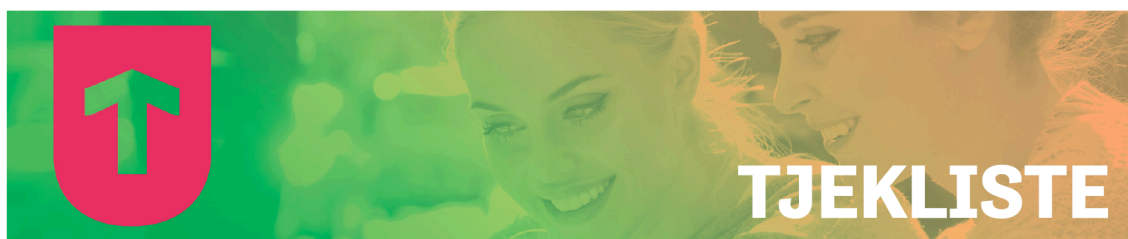
Workshop 1

	<u>Dårlig</u>			<u>God</u>		
Hvilket helhedsindtryk har du af workshoppen? Gns: 4,8	1	2	3	4:7	5: 8	6:4
Hvordan vurderer du det faglige indholds relevans? Gns:4,7	1	2	3:1	4:7	5:7	6:4
Hvordan vurderer du oplægsholderens formidling? Gns: 5,2	1	2	3:1	4:1	5:10	6:7
Hvordan vurderer du anvendeligheden af kurset ifht. dit daglige arbejde? Gns: 4,6	1	2	3:3	4:6	5:5	6:4

Workshop 2

	<u>Dårlig</u>			<u>God</u>		
Hvilket helhedsindtryk har du af workshoppen? Gns: 5,2	1	2	3:1	4:1	5:17	6:10
Hvordan vurderer du det faglige indholds relevans? Gns: 5,3	1	2	3:1	4:1	5:15	6: 11
Hvordan vurderer du oplægsholderens formidling? Gns: 5,6	1	2	3	4:1	5:10	6:17
Hvordan vurderer du anvendeligheden af kurset ifht. dit daglige arbejde? Gns: 5,1	1	2	3	4:4	5:19	6:6

Bilag 3. Sundhedsorganisering Tjekliste




OBLIGATORISKE AKTIVITETER


Indsats	Dato	✓	Kommentar
Organisering			
Tovholder udpeget			
Sundhedsudvalg nedsat			
Dokumentation for sundhedsarbejdet fremsendt			
Opstartsmøde/interviews			
Peptalk/info (undervisere)			
Årshjul planlægningsmøde			
Rådgivningsmøde 1			
Rådgivningsmøde 2			
Rådgivningsmøde 3			
Aktiviteter			
Trivselskursus (undervisere)			
Workshop: aktiv undervisning (undervisere)			
Sundhedsevent 1 (elever)			
Sundhedsevent 2 (elever)			

VALGFRIE AKTIVITETER

Indsats	Dato	✓	Kommentar
Schools on the run (elever)			
Aktivitetsdag (elever)			
ES Cup (elever)			
Beredskabsplan for trivsel (elever)			
Undervisning om trivsel (elever)			
Kursus i kollegial sparring (undervisere)			
Egen valgfri aktivitet (motion/trivsel)			
Egen valgfri aktivitet (motion/trivsel)			
Egen valgfri aktivitet (motion/trivsel)			
Egen valgfri aktivitet (motion/trivsel)			

BRONZE  Alle obligatoriske aktiviteter skal være gennemført inden maj 2016.

SØLV  Minimum 2 valgfrie aktiviteter ud over de obligatoriske. Skal være gennemført inden maj 2016.

GULD  Minimum 4 valgfrie aktiviteter ud over de obligatoriske. Skal være gennemført inden maj 2016.

Tjeklisten udfyldes af konsulenten fra Optur United

OPTUR UNITED

ÅRSHJUL

Sund året rundt – tilpasset jeres ønsker.

TÉC TECHNICAL
EDUCATION
COPENHAGEN



I Form til Fremtiden

Brug af restmidler

Partnerskabet søger Sundheds- og Ældreministeriet om at anvende restmidlerne i partnerskabsprojektet 'I form til fremtiden' til at sætte yderligere fokus på implementering og forankring af de redskaber og aktiviteter, som indsatskolerne er blevet præsenteret for.

For at styrke forankringen og implementeringen af partnerskabsprojektets indhold tilsigtes en tvesidet indsatsramme som supporterer de bagvedliggende rammer via lærerne og ledelsen, kombineret med konkrete aktiviteter for eleverne.

Indsatsrammen er målrettet de 3 overordnede målsætninger for projektet omhandlende fysisk aktivitet, trivsel og sundhedsfremmende kompetencer. Herved vil løsningsforslaget tage udgangspunkt i hvordan de eksisterende projektskoler yderligere kan forstærkes og supporteres i deres kontinuerlige sundhedsarbejde, så der sikres en endnu større forankring af projektets målsætninger.

Partnerskabet ønsker at udvikle og afholde workshops for skolerne, hvor skolerne får præsenteret en metode til at arbejde videre med – og implementere den viden, som de har modtaget i de afholdte workshops. Metoden, som vi ønsker at opkvalificere indsatskolernes ansatte i, er aktionslæring. Vi mener, at vi med aktionslæring kan give skolerne en metode til og nogle rammer for, hvordan de kan arbejde videre med at implementere trivselsfremmende tiltag og styrke de fysiske aktiviteter i undervisningen. Der afholdes to workshops for hver skole.

Aktionslæring tager udgangspunkt i konkrete situationer fra praksis, som man ønsker at forbedre. Ved systematisk at fokusere på og eksperimentere med aktioner, observere og reflektere over dem, kan der frembringes ny viden. Denne nye viden skal de ansatte dele med hinanden, så de sammen kan inspirere hinanden til at skabe et mere trivselsfremmende undervisningsmiljø og flere fysiske aktiviteter.

Udover at afholde workshops om aktionslæring ønsker partnerskabet også at udvikle et videomateriale, som understøtter aktionslæringsforløb. I videomaterialet vil der være særligt fokus på faciliteringsmetoder, som kan støtte skolerne i at arbejde videre med aktionslæring, så metoden bliver forankret efterfølgende. Materialet vil ligge frit tilgængeligt på Psykiatrifondens hjemmeside www.psykiatrifonden.dk.

Partnerskabet ønsker at være medhjælpende til at skolerne egenhændigt planlægger og afholder sundhedsfremmende events. Skolerne har gennem partnerskabsprojektet oplevet flere sundheds-events og kan derfra drage erfaring i forhold til indhold og afviklingsprocedure. Partnerskabet vil løbende bistå med konsulentbistand omkring planlægning, indhold og udlån af måleapparater samt udarbejde sundhedsrelateret materialer

Bilag 5. Forankringspakken (side 2 af 2)

til dagene. Foruden tilbydes rådgivning, planlægning og mulighed for lån af idræts- og sportsudstyr til at etablere team- og idrætslige aktiviteter for skolens elever.

Side 2 af 2

Desuden ønsker partnerskabet at udøve konsulentbistand i skolernes videre sundhedsstrategiske arbejde omkring skabelse af aktivitetsskabende miljøer på skolernes matrikler. Her vil der i fællesskab afdækkes behov og udvikles konkrete forslag til nye miljøer der inspirerer til bevægelse. Forankringstiltagene afvikles i perioden fra august til oktober.

Økonomi trivsel

Indledende aktionslæringsforløb	43.706
Udvikling af workshop	25.000
Koordinering og afvikling af workshop	40.000
Konsulentrådgivning	25.000
Videomateriale: Aktionslæringsforløb (manus, produktion, leje af udstyr, redigering)	73.434
Materiale på hjemmeside	20.000
Bidrag til evaluering	5.000

I alt 232.140 kr.

Økonomi fysisk aktivitet og sundhedsfremme

Udvikling af fælles workshop	25.000
Koordinering og afvikling af workshop	40.000
Koordinering og planlægning af sundhedscafé	20.650
Leje af udstyr, rekvisitter og materialer	75.000
Konsulentrådgivning	25.500
Sparringsbesøg	25.650
Bidrag til evalueringen	5.000

I alt 216.800 kr.

Total 448.940 kr.

psykiatrifonden.dk