

Devaluering

for delprojektet ”Sunde livsstilsvaner” i Forsknings- og udviklingsprojektet ”Drengene Uddannelse Roskilde” 2011- 2015

Af: Ditte-Marie From, Center for Sundhedsfremmeforskning, RUC

Aktiviteternes afsæt i henhold til DURs overordnede målsætninger

I tråd med DUR-projektets overordnede målsætning om at øge antallet af drenge og unge mænd, der gennemfører en ungdomsuddannelse eller videregående uddannelse, har projektgruppe *Sunde Livsstilsvaner* iværksat aktiviteter for at motivere drengene til en aktiv og trivselsfuld skolegang. Aktiviteterne har forsøgt at imødekomme og i bedste fald øge drengenes trivsel i hverdagen.

I projektgruppen blev deltagerne fra uddannelsesinstitutionerne på de indledende workshops præsenteret for, hvordan de kunne arbejde videre med drengenes trivsel med udgangspunkt i pilotprojektets fund. Deltagerne blev også introduceret til det, der i en samlebetegnelse kan kaldes for de brede, positive og åbne sundhedsforståelser. Disse teoretiske forståelser bygger på en antagelse om, at det sunde liv både handler om krop, motion og måltider, men også forstået som en bredere social trivsel (fx jf. WHO, Ottawa Charter, 1986).

Ligeledes blev deltagerne introduceret til Aron Antonovskys (2009) salutogenese. Dette er en teori, der fokuserer på alt det, der allerede gør sund, frem for at fokusere på drengenes eventuelle begrænsninger for at praktisere det sunde liv i hverdagen. Projektdeltagerne fik således en indføring i de mest aktuelle måder at tænke fremme af det sunde liv. Deltagerne blev opfordret til at iværksætte aktiviteter, der med et bredt, åbent og positivt afsæt skulle motivere drengene og de unge til at føre en sund livsstil.

Den særlige udfordring for deltagerne i projektgruppen *Sunde Livsstilsvaner* (til forskel fra nogle af de andre DUR-projektgrupper, som Læse-/skrivekompetencer) har været, at sundhed som fag ikke nødvendigvis har været deltagerens primære faglighed. Således har sundhed i nogle tilfælde til dels været en tematik, der har fungeret som overbygning på de traditionelle fagligheder, som deltagerne er uddannet til at varetage. Dog har projektet haft glæde af op til flere idrætslærere, der til dagligt arbejder med fysisk aktivitet og bevægelse.

Metoder

Aktiviteterne i gennemførelsesfasen (november 2012 – maj 2013) bestræbte sig på at anvende kvalitative og inddragende metoder. Der var intentioner om, at drengenes stemmer skulle spille en rolle i forskningsdesignene og undervejs i justeringerne af aktiviteterne. Projektdeltagerne blev opfordret til at tilrettelægge aktiviteterne med udgangspunkt i den inddragende og dialogorienterede sundhedspædagogik (Bjarne Bruun Jensen (2009), der søger at få deltagerens (drene og de unge mænds) synspunkter og ressourcer i spil.

Workshopforløbene, der blev afholdt ca. hver 4-5. uge, havde til formål at reflektere og perspektivere aktiviteterens udvikling i fællesskab og på tværs af uddannelsesinstitutionernes valgte fokusområder. De afholdte workshops skulle skabe rum for at arbejde reflekterende med forandring af skolernes praksisser, som et led i samarbejdsdrevet innovation.

Der har imidlertid været en del udfordringer undervejs, der har præget enkelte aktiviteter udfald. Først og fremmest havde nogle af de deltagende institutioner problemer med at få accept til at gennemføre de planlag-

te aktiviteter, fx pga. forbehold eller afslag fra skoleledelsen. Der var således flere komplikationer med at forhandle de valgte aktiviteter på plads, hvilket gjorde, at deltagerne ikke kom i gang med deres aktivitet i henhold til tidsplanen. Ligeledes var de fælles workshopforløb præget af meget svingende deltagelse, hvilket betød, at refleksioner, udvikling og sparring undervejs ikke blev en realitet for nogle af projektdeltagerne. Sidst men ikke mindst betød lockouten, at der ikke var tid til at foretage så mange empiriske indsamlinger, som tiltænkt.

Evaluering af gennemførelsesfasens aktiviteter

Aktiviteterne er løbende blevet evalueret i det omfang, at deltagerne har været til stede på workshopperne. Hver workshop begyndte med en statusopgørelse, hvor hver deltager gav tilbagemeldinger på deres aktivitet, samt ”her og nu-problemstillinger”. Der blev løbende drøftet behov og justeringer i forhold til det videre arbejde med aktiviteten.

Projektledere og forskere vurderede i januar måned, bl.a. pga. den svingende deltagelse, at deltagerne skulle udfylde et processkema en gang om måneden, således at der var indblik i aktiviteterernes udvikling i samtlige af deltagerens aktiviteter uanset fremmøde. Denne form for procesevaluering blev dog kun delvist praktiseret af deltagerne.

Det blev fra begyndelsen fremhævet, at aktiviteterne blev tilrettelagt på en sådan måde, at de var mulige at samle op på i en konkret form. Det var væsentligt, at det blev deltagerne, der skulle besvare evalueringsspørgsmålene og dermed vurdere aktiviteterernes udfald i praksis, eftersom projektledere og forsker ikke havde mulighed for at følge aktiviteterne tæt i praksis. Evalueringsskemaerne blev indsamlet i slutningen af maj/begyndelsen af juni måned.

Endvidere har projektets forsker været ude at foretage observationer af udvalgte aktiviteter, samt foretaget interviews med udvalgte drenge. De empiriske indsamlinger blev dog praktisk udfordret af lockout-fasen, samt af at størstedelen af projekterne ikke var mulige at observere i praksis. Det bliver i det følgende tydeliggjort, hvilke projekter, der har haft besøg af forskeren.

Gennemførelsesfasens aktiviteter i 7 hovedoverskrifter

Aktiviteterne så i projektfasens begyndelse således ud:

- 1) Faciliteter, der inviterer til leg og fysisk aktivitet (Roskilde Handelsskole + Hedegårdenes skole)
- 2) Tvungen morgenmadsordning (Roskilde Produktionsskole)
- 3) Fysisk aktivitet i undervisningen (Roskilde Katedralskole)
- 4) Aktiv eftermiddag (Tjørnegårdsskolen)
- 5) Aktiv eftermiddag – ”scoreftermiddag” (Roskilde Katedralskole)
- 6) Sundhedsbegrebet på (Roskilde Tekniske Skole)
- 7) Priser på sund mad ryger ned, priser på usund mad ryger op (Roskilde Katedralskole)

I de kommende afsnit bliver aktiviteterne beskrevet én for én med fokus på udvikling, proces og en afsluttende vurdering af spredningspotentialen.

Ad. 1) ”Faciliteter, der inviterer til leg og fysisk aktivitet”

Roskilde Handelsskole + Hedegårdenes skole

1. **Aktiviteten skal imødekomme** og afdække tomrum for drengeaktiviteter. Den skal give drengene mulighed for at få brugt den energi, de har. Leg og fysisk aktivitet skal opmuntre til dannelse af positive sociale relationer drengene imellem og give anerkendelse af drengene energi.
2. **Målet med aktiviteten er** at tilbyde fysiske aktiviteter, der tilgodeser drengenes behov, samt give fysisk, socialt og psykisk velvære, der fremmer lyst og evne til læring og undervisning.

1.1) *Roskilde Handelsskole:*

Projekt deltageren fra Roskilde Handelsskole gik sammen med en kollega, der var i DUR-projektgruppen, der arbejdede med det sociale miljø på skolerne. Sammen ville de sætte fokus på, at de på skolen gennem årene havde fået en stor andel af elever, der ryger i pauserne.

Rygning blev af de to kollegaer vurderet til på den positive side at handle om socialt samvær og brobygger til venskaber, og på den negative side at være skidt for drengenes sundhed. Alternativet til rygning skulle derfor være et sundere og mere aktivt pauseaktivitet, der også fortsat kunne styrke de sociale interaktioner. Forslagene til aktiviteter var at bruge en basketballbane, panna bane, fitnesscenter, bordfodboldborde, bordtennis, backgammon udlån i kantinen, musikøvelokale hvor egne instrumenter skulle kunne medbringes m.m.

Før aktiviteten kunne gå i gang, skulle der dog først tages kontakt til ledelsen og sekretariatschef Heidi Garn på Roskilde Handelsskole. Ligeledes skulle elevrådet, ungdomskonsulent og lærergruppen inddrages og tages med på råd i forhold til, hvilke aktiviteter eleverne skulle tilbydes.

Det var ledelsen på Handelsskolen, der skulle afgøre om projektet kunne afprøves set i forhold til skolens overordnede pædagogiske strategi og skolens økonomi. Desværre fik aktivitetsforslaget ikke opbakning fra ledelsen, og deltageren i DUR-projektet måtte finde på en ny aktivitet.

Først i marts måned blev der lavet en forsøgsordning, hvor skolens mandlige socialrådgiverpraktikant skulle indgå i skolens flexklasses idrætstimer, således at klassen med to lærere kunne dele holdet i drenge og piger, og lave mere drengerettet idræt med tons. Reelt kom ordningen med de to lærere dog kun til at blive afviklet få gange pga. sygdom, samt det forhold at praktikanten havde andre primære opgaver.

DUR-deltageren var ansvarlig for projektet og lavede en mindre spørgeskemaundersøgelse over klassens 12 elever. Ligeledes er DUR-deltageren blevet interviewet af forsker.

Vurdering af spredningspotentialet: Idet aktiviteten ikke fik mulighed for at strække sig over et længere forløb, er det ikke muligt at foretage en egentlig vurdering af aktiviteten. Samtidigt er aktiviteten så specifik pga. sin sær aftale med socialrådgiverpraktikanten, at det ikke forekommer aktuelt at anbefale aktiviteten fremadrettet.

1.2) *Hedegårdenes skole:*

På Hedegårdenes skole var det forud for DUR allerede besluttet, at der skulle være en legevagt (en lærer) i alle spisefrikvarterer. I vinterhalvåret skulle skolens idrætshal være åben, og i sommerhalvåret (dvs. foråret) skulle der være aktiviteter på idrætsanlægget. Tilbuddet gjaldt for 5.-9. klasser. Hvert klassetrin havde forskellige ugedage. Der blev i denne ordning tilbudt traditionelle idrætsgrene og lege.

DUR-deltageren ville gerne udvide tilbuddet ved at skubbe til de traditionelle idrætsaktiviteter, så flere af eleverne kunne benytte chancen for aktivitet i spisefrikvarteret. På den måde kunne tilbuddet rette sig mod et bredere elevgrundlag. DUR-deltageren ville lave et idéudkast til gårdvagten, der skulle inspirere eleverne til mere aktivitet. Disse aktiviteter skulle motivere til leg, bevægelse og socialt samvær, samt give gode aktive vaner og heraf følgende ro til fordybelse. Specifikt for Hedegårdenes skole skulle aktivitetstilbuddene også forhindre indkøb af usunde fødevarer og ”leg” på Ro’s torv, der ligger lige over for skolen.

Det blev en udfordring for den forslåede DUR-aktivitet, at skoleledelsen i første omgang ikke ville tilføre penge til at udbygge den etablerede ordning. Det var beskeden, at skolen skulle tage udgangspunkt i det, som de allerede gør. Således var det fx ikke muligt at indkøbe flere legeredskaber til en legekasse, der måtte bruges i særligt i spisefrikvarteret (det er sådan i dag, at hvis en klasse skal have noget at lege med i frikvartererne, er det klassekassen der betaler det).

Efterfølgende, dvs. efter lockouten, kunne idéen med optegninger i skolegården godt lade sig gøre. Der blev fundet penge til indkøb af asfalmaling, og formentlig også penge til en kasse med legeredskaber. Men da var gennemførelsesfasen næsten helt ved vejs ende.

Vurdering af spredningspotentialet:

Erfaringen med dette projekt viser, at det er vigtigt nye idéer og ønsker EFTER skolestart har sine begrænsninger, fordi skolen allerede har lagt budget og timerne er fordelt. Derfor kan det være svært at få grønt lys til nye, gode idéer, der er opstået i DUR-regi. Dog har der ved rundspørge været stor opbakning fra elevernes side til at gennemføre udbygningen af den eksisterende aktivitet. Aktiviteten vurderes derfor egnet til at blive videreført som projektidé til andre skoler, fordi mulighederne for et aktivt frikvarter vurderes til at have en væsentlig betydning for eleverne læring og generelle trivsel.

Ad. 2) Tvungen morgenmadsordning

Roskilde Produktionsskole

- A. Aktiviteten skal imødekomme**, at en meget stor del af eleverne møder i skole på tom mave. Det betyder uoplagte, trætte og meget umotiverede elever, der ikke er læringsparate.
- B. Målet med aktiviteten er** i en forsøgsperiode på tre måneder (1/10-31/12-2012) at indføre tvungen betaling for morgenmad (trækkes fra skoleydelse). Målet er at motivere så mange som muligt til at indtage morgenmad på skolen, såfremt de ikke allerede har spist hjemmefra, og øge deres læringsmæssige engagement i undervisningen. Som sidegevinst kan indsatsen måske medvirke til øget socialisering og samvær med de øvrige elever.

Aktiviteten blev gennemført som planlagt. Morgenmadsordningen blev obligatorisk for skolens elever, der automatisk blev trukket i deres skoleydelse. Aktiviteten har været en succes, og DUR-deltageren har oplevet, at eleverne er blevet mere klare og læringsparate.

Vurdering af spredningspotentialet:

Aktiviteten kan siges at have været en succes og har skabt en betydelig forandring for drengene på den pågældende skole. Aktiviteten skulle være mulig at overføre, men med det forbehold, at morgenmadsordningen kun kan gøres obligatorisk i de tilfælde, hvor eleverne får en månedlig ydelse, så det er muligt at trække de fem kroner pr. dag.

For andre skoler med godkendte kantinefaciliteter, og hvor eleverne ikke får ydelse via skolen, kan det overvejes at lave et tilbud på morgenmad med fx nedsatte priser. Dette forsøg har været afprøvet med succes på Roskilde Katedralskole, hvor salg af morgenmad er blevet 4-doblet, efter at morgenmaden er blevet sat ned til 5 kr, samtidigt med at tilbuddet blev udvidet til 9-frikvarteret til de elever, der ikke nåede det, inden første lektion (se mere om denne DUR-aktivitet nedenfor).

Ad. 3) Fysisk aktivitet i undervisningen

Roskilde Katedralskole og Klostermarksskolen

- A. Aktiviteten skal imødekomme**, at drengene efterlyser mere fysisk aktivitet i timerne, og derfor tilbyde det, hvor det giver mening, fordi forskning peger på, at små afbræk i undervisningen højner indlæringen.
- B. Målet med aktiviteten er** større effektivitet; fokus på drenges behov for at bevæge sig samt at højne motivationen for læring.

3.1) Roskilde Katedralskole (RKS)

To lærere på RKS skulle lave enten en ren fysisk øvelse eller en øvelse, hvor bevægelse indgår som et element i undervisningen. Lærerne fik udleveret et inspirationskatalog, som de kunne tage udgangspunkt i. Lærerne skulle styre aktiviteterne og regulere dem efter elevernes tilbagemeldinger. Projektaktiviteten kørte i perioden december 2012 til maj 2013. Kun én af de deltagende lærere, HS (Hans Jørgen), har meldt tilbage med evalueringer. HS har i alle sine timer med 2.d i samfundsfag kørt en række stående øvelser i ca. 5 min. ad gangen. Endvidere har han forsøgt sig på nogle af sine andre hold, når koncentrationen var i bund.

Aktiviteten er blevet evalueret både løbende og undervejs ved, at HS har lavet en spørgeskemaundersøgelse i klassen og har justeret sine aktiviteter i forhold til svarene. Ligeledes har projektets forsker foretaget et interview med 4 drenge fra klassen. Den DUR-ansvarlige har observeret i en enkelt time.

Eleverne svarede i spørgeskemaet, at de var meget positive over for selve ideen. Igennem interviewet med de 4 drenge er det indtrykket, at koncentrationen bliver bedre efter aktiviteterne, fordi drengene fortsætter timen med et smil på læben, og det giver noget ekstra overskud. De ser det, at en lærer har lyst til at lave disse fysiske aktiviteter som en service for dem. De er især glade for aktiviteterne i timerne, der ligger i de sene moduler (5. og 6. modul). HS beskriver sine observationer: ”Jeg har i en enkelt dobbeltime i 1g, hvor de stort set var faldet i søvn, lavet øvelserne – det havde en meget positiv indflydelse på deres opmærksomhed”.

Udfordringerne er helt klart, ifølge DUR-deltagerens observationer, at der kan gå ret lang tid med at vende tilbage til det faglige. De interviewede drenge mener dog, at det er godt givet ud, da koncentrationen bliver bedre i den tid, der er efter øvelserne.

Vurdering af spredningspotentialet:

Med kun én lærer/klasses erfaringer, kunne der have været godt med et lidt bredere sammenligningsgrundlag. Det generelle indtryk er dog klart, at eleverne synes, det er rart med et break i undervisningen. Spredningspotentialet forekommer stort. Aktiviteten kræver (også ifølge drengene), at læreren er autoritær/kan skære igennem, så han/hun kan få eleverne tilbage til undervisningen. Det er dog en forudsætning, at lærerne føler sig trygge ved at lave øvelserne i deres timer. Som afprøvet i forløbet er der mulighed for at lade eleverne selv stå for øvelsen, også for at øge variationen og imødekomme elevernes egen forslag til øvelser.

En mulighed for at komme i gang med kunne være, at man på fremtidige DUR-skoler afholder en lille workshop for lærerne om, hvordan de kan inkorporere den fysiske aktivitet i undervisningen. Helle Tamsen Ellemann tilbyder denne type workshop for lærerkollegier.

3.2) Klostermarksskolen

På Klostermarksskolen tog projektet sin egen form. Aktiviteten omhandlede stadigvæk fysisk aktivitet og gik ud på, at eleverne i 8. klasse fik udskiftet deres normale stole med pilatesbolde. Dette betød, at eleverne hele tiden arbejdede og brugte kroppen aktivt, når de sad på bolden. Overvejelsen var, at alene det at holde balancen kræver hele tiden fysiske justeringer. Derudover havde eleverne mulighed for at rulle rundt på mave og ryg, samt hopper på bolden i løbet af undervisningen. I sammenhæng med dette gennemførte læreren fællesøvelser med fokus på balance og styrke undervejs i undervisningen. Disse øvelser blev dog i mindre grad sat i system primært pga. af lockout.

Aktiviteten har kørt siden uge 7. Desværre har aktiviteten kørt for sig selv uden den store kontakt til de øvrige deltagere i projektgruppen eller nogen videre aktiv deltagelse i workshopforløbene. Formålet med aktiviteten blev dog ved evalueringsdeadline beskrevet. Formålet var at se, hvilken betydning det vil have på 8. årgangs drenge evne til at koncentrere sig i skoledagen/undervisningen, såfremt lærerne arbejdede målrettet i en periode med fokus på, at eleverne sidder på bolde i stedet for stole. Lærerne ønskede at skabe fokus på glæden ved at gå i skole, samt skabe bedre rammer for koncentration og indlæring. Inspireret af Keld Frensen har vi taget udgangspunkt i nedenstående:

- Der er sammenhæng mellem bevægelse og læring
- Krop og tænkning hører sammen
- Holistisk – fænomenologisk syn på mennesket
- Følelserne hænger sammen med sanserne
- Hoved og krop skal kobles sammen i folkeskolens undervisning

Eleverne måtte selv bestemme, hvordan de sad på boldene. Det er altså tilladt for eleven at bevæge sig, rulle, hoppe mv. på bolden. Målet var at øge elevernes koncentration i undervisningen generelt, styrke deres sundhedsmæssige tilstand, samt øge deres bevidsthed omkring deres fysiske og psykiske sundhed, og derigennem skabe en sundhedsfremmende handlekompetence hos eleverne.

Den DUR-deltagende lærer vurderede, at aktivitetens udfald (herunder koncentration og sundhed (dog ikke nærmere specificeret) ville kunne måles. Dette kunne ske med hjælp fra skolepsykologen, der kunne gennemføres test af elevernes koncentrationsevne, samt med hjælp fra sundhedsplejersken, der kunne udføre sundhedstjek, samt måle eleverne fysiske formåen før, under og efter projektet. Disse målinger er dog ikke foretaget, men kunne fremadrettet integreres.

Der har været lagt op til, at der løbende skulle foretages evaluering af projektet og ikke mindst af elevernes oplevelse og erfaringer. Disse evalueringer er dog ikke kommet forskeren i hænde. Den ansvarlige DUR-deltager vurderer dog, at drengene har været glade for den fysiske aktivitet og øgede bevægelsesmulighed, som boldene giver. Enkelte lærere har udtrykt, at de skulle vende sig til boldene, fordi det i en periode giver lidt mere uro i timerne end normalt. Det går dog i sig selv igen efter ca. 14 dage.

Den DUR-deltagende lærer gør opmærksom på, at eleverne de første 3-4 uger synes, at der er meget spændende at kaste med boldene især i frikvarterene. Det finder efterfølgende et naturligt leje. Derudover er boldene følsomme overfor tegnestifter på gulvene og elevhærværk. Det anbefales derfor, at skolen har et stort lager af bolde, så der kan udskiftes løbende efter behov. Desuden taber boldene luft i løbet af en uge. Der kan i den forbindelse træffes en aftale med pedellerne om en ugentlig luftopfyldningsdag. Slutteligt er det vigtigt at orientere elever, forældre og teamkolleger om formålet med boldene og evaluer løbende.

Vurdering af spredningspotential:

Den DUR-deltagende lærer vurderer, at spredningspotential er stort, fordi aktiviteten meget let kan implementeres på andre skoler som en permanent ordning. En bold koster ca. 80kr så der er tilmed mulighed for at punktere nogle stykker inden for samme budget, som en stol koster. Med det forbehold at aktiviteten ikke har haft kontakt til DUR-gruppens forsker, og at der således ikke kan siges at være forskningsmæssigt belæg for at vurdere, om aktiviteten har haft en egentlig effekt, vurderes det dog, at aktiviteten kan spredes til andre skoler.

Ad. 4) Aktiv eftermiddag

Tjørnegårdsskolen

- A. Aktiviteten skal imødekomme**, at for mange af skolens elever er inaktive i fritiden. En inaktivitet, der smitter af på deres fysiske form og ”sundhedsvaner”. Skolen vil gerne give eleverne et tilbud om eftermiddagsaktiviteter 1-2 gange om ugen. Aktiviteterne kan være af fysisk karakter (ex. løb, boldspil mm.) eller mere rekreativ (ex. madlavning, billedkunst).
- B. Målet med aktiviteten er** at give flere drenge en aktiv fritid, og at de værner sig til en hverdag, hvor fritidsaktiviteter på skolens arena er helt naturligt.

Aktiviteten var i første omgang sat til først at begynde i uge 9 pga. ombygning af skolens hal. Men aktiviteten kom aldrig i gang, da det ikke var muligt at finde ressourcer i form af lærertimer til at forberede og afvikle aktiviteterne om eftermiddagen. Derfor blev en ny idé søsat relativt sent i processen, nemlig at koble skolen på en af Roskilde Kommunes eksisterende fritidstilbud, Roskilde2go. Den nye aktivitet gik konkret ud på, at eleverne via et deltagerpas kunne få adgang til en lang række sports- og kulturtilbud i Roskilde Kommune.

Målet var, at eleverne skulle blive inspireret til i fremtiden at have et aktivt fritidsliv og tage del i det kulturudbud, der er i Roskilde Kommune. Det var forhåbningen, at tilbuddene kunne give eleverne mulighed for at komme i bedre form, fysisk som psykisk og desuden få en bredere social sfære. Aktiviteten skulle tilbydes til alle elever, der faldt inden for målgruppen. Dog var der fokus på de elever, der slet ikke eller i ringe grad havde en aktiv fritid.

De deltagende elever skulle pålægges at deltage i et minimum af aktiviteter, hvorunder flere skulle være idrætstilbud. De DUR-deltagende lærere ville i et vist omfang deltage sammen med eleverne, for at ”holde dem til ilden” og være behjælpelige i fald der kommer udfordringer undervejs.

Denne aktivitet blev dog heller ikke en realitet. Flere af de involverede elever kommer fra belastede sociale baggrunde og havde derfor begrænsede økonomiske midler. Passet koster 300 kr. og ved første præsentation for eleverne, var det tydeligt, at beløbet afholdte en del fra deltagelse. De deltagende DUR-lærere undersøgte mulighederne for at skaffe midler til at dække elevernes udgifter hel eller delvist via skolens budget. Denne bevilling trak ud og forsinkede processen med at starte aktiviteten op. Da godkendelsen endelig gik igennem, trådte lockouten i kraft, hvilket forårsagede, at aktiviteten aldrig kom i gang.

Vurdering af spredningspotentialet:

Aktiviteten er således ikke mulig at vurdere. Dog anbefales det, at skolerne fremadrettet forsøger at bruge de tilbud, der er i kommunerne og integrere dem på skolerne i det omfang, som det er muligt. Det kræver dog, at finansieringen skal på plads i en rum tid, inden aktiviteterne indledes. Der er dog det yderligere forbehold i aktiviteten, at Roskilde2go er begrænset til kun at henvende sig til elever over 15 år. Det betyder, at de fleste elever i målgruppen (i folkeskolen) er 9. klasses-elever, som i den periode, hvor aktiviteterne foregår, forbereder sig på afgangsprøverne. Det er ønskværdigt, at ”passet” indrettes, så det retter sig mod folkeskole-elever ved også at henvende sig til elever på 7. og 8. årgang. Alternativt er det en aktivitet, der med fordel kan udfolde sig på de uddannelsesinstitutioner, hvor eleverne er 15 år og opefter.

Ad. 5) Aktiv eftermiddag – ”scoreftermiddag”

Roskilde Katedralskole

- A. Aktiviteten skal imødekomme** og skabe rammer for, at det er ”okay” at være på skolen efter undervisning. Både for de elever, der gerne vil lave fysisk aktivitet, og for de elever, der har brug for hjælp til lektierne. Der kan med fordel integreres andre frivillige aktiviteter. Der er et behov for flere lektiecafétilbud, således at der er 3 dages lektiecafé + 1 dags opgavefængsel. Der skal også være mulighed for at købe mere sund mad.
- B. Målet med aktiviteten er, at flere drenge oplever at kunne lykkes ved at have lavet opgaver/lektier.** Det kan også styrke sammenholdet på tværs af årgangene. Drenge efterspørger fysisk aktivitet, så ved at have tydelige tilbud/flere tilbud, vil der være potentiale for flere deltagere. Det ideelle set-up er ½ times idræt først og dernæst lektiecafé.

Aktiviteten i sin oprindelige form kom aldrig i gang, da det krævede for mange ressourcer. I stedet kom en ny aktivitet i gang, der fik titlen: ”Social og faglig interaktion i en køns- og socialt opdelt klasse”. Aktiviteten

tog udgangspunkt i en klassen, der havde allerede i sidste skoleår store trivselsudfordringer. I starten af skoleåret 12/13 kulminerede det med anklager om mobning mv.

Aktiviteten begyndte i uge 7 og bestod i at underviseren i natur-/geografitimerne (og evt. dansk) fokuserede på at bryde de mønstre klassens elever har i forhold til:

- Kønsopdeling
- Gruppeopdeling
- Gennem sig bag pc-skærmen

Undervisningen blev derfor tilrettelagt med 1-2 aktiviteter, der krævede opbrud i forhold til at bryde op med valgte siddepladser samt bestod af vekslende aktiviteter, således eleverne også kommer til at arbejde med små gruppearbejdsopgaver på kryds og tværs af etablerede venskabsdannelse i klassen.

Aktiviteten havde et dobbelt sundhedsaspekt, der rettede sig mod både bevægelse i undervisning, men også imod at højne den sociale trivsel. Aktiviteten indgik i timerne, og bestod konkret i, at eleverne fysisk skulle flytte sig og bevæge sig.

Drengene tog fint imod aktiviteten på samme måde som resten af klassen. Der har ikke været brok over at skulle forlade sin sikre base bag pc'en eller arbejde sammen med andre end de personer, de selv ville have valgt at arbejde sammen med. Udfordringerne har mest handlet om, at det har været et relativt kortvarigt projekt på et tidspunkt af skoleåret, hvor der ikke har været tid til at komme ud af huset, hvilket også kunne have givet nogle dimensioner til processen.

Aktiviteten blev observeret af projektgruppens forsker. Opbruddene i lektionerne syntes at fungere rigtig godt. Dét at eleverne skulle bevæge sig fra deres plads og være aktiv både fysisk og/eller mentalt gjorde, at de dels ikke kun kan sidde og gemme sig bag pc'en og dels arbejder sammen med andre end de plejer.

I den kvalitative evaluering med klassen, sagde eleverne, at de havde været glade for undervisningens nye form. De havde selv bemærket det høje aktivitetsniveau hos dem selv og kammeraterne. Eleverne syntes, at der var nogle rigtig gode aktiviteter, at de lærte noget og at det var fint at være sammen med andre end de normalt er sammen med. Der var dog uenighed om, at det havde haft indvirkning på klassens sociale klima udenfor klasseværelset og i naturgeografitimerne.

Vurdering af spredningspotentialet:

Aktiviteten har et spredningspotentiale til trods for, at den har taget udgangspunkt i en klasses konkrete udfordringer, og til trods for at projektet har kørt i kort tid. Det kræver, at de pågældende undervisere tænker kreativt og integrerer aktiviteten i de didaktiske overvejelser. Der er dog det forbehold, at eleverne ikke har vidst, at de var i gang med et projekt, der skulle øge deres trivsel. Den enkelte underviser kan selv vurdere, hvorvidt der skal være åbenhed i formålet med de nye øvelser.

Ad. 6) Sundhedsbegrebet

Roskilde Tekniske Skole

- A. Aktiviteten skal imødekomme** en gruppe elever, der har meget svært ved deres liv og uddannelse. Flere har også misbrug, som gør det svært for dem at leve sundt. De har generelt svært ved at leve. Vi har samlet en gruppe, som vi vil forsøge at få til at tage ansvar for deres liv og fremtid.
- B. Målet med aktiviteten er at** sætte fokus på drengene selv, samt de almindelige og personlige kompetencer i en sammenhæng, hvor vi tager udgangspunkt i den historie, som vi i form af en anerkendende tilgang finder frem til i fællesskab samt individuelt. Målet er at arbejde med både de kropslige, men også de bredere mere trivselsorienterede sundhedsforståelser ved at arbejde med følgende

spørgsmål sammen med drengene: Hvad skal der til for, at jeg selv og mine omgivelser tager mig alvorligt? Hvad betyder kost for mig? Hvad betyder god form/styrke for mig? Hvad betyder personlig fremtoning for mig? Hvad betyder ordentlig søvn for mig? Hvad betyder misbrug for mig?

Aktiviteten har kørt som planlagt, dog med justeringer undervejs. Der blev skabt kontakt til Kommunens Ungeteam i forhold til disse unges misbrug. Ungeteamet kunne hjælpe de unge gennem deres viden og metoder. Drengenes gode udvikling og gode resultater blev synliggjort på en tavle.

Der var nogle udfordringer undervejs. For det første krævede det tid at få et samarbejde op at stå mellem primærlæreren og DUR. Dernæst tog det tid at få lavet en aftale med ”Ungeteamet” Misbrugsfolket, men det kom i stand i december. Sidst men ikke mindst gik drengegruppe fra at være 7 til at være 4, da de sidste 3 blev så meget væk, at de måtte meldes ud.

Der var et godt samarbejde. Ungeteamet sørgede for efter hver gang at sende os en kort mail med referat af dagen. Kontaktlæreren havde opfølgende samtaler og brugte de fremkommende resultater i deres daglige virke. Den DUR-deltagende ansvarlig havde nogle gode samtaler med eleverne og lærerne, der alle syntes meget gladere under forløbet. Det opstod på en eller anden måde en fællesskabsfølelse

Den DUR-deltagende ansvarlig er blevet interviewet af projektgruppens forsker. Her blev det udtrykt, at de drenge, der havde deltaget var blevet gladere og havde fået en styrket vilje.

Vurdering af spredningspotentialet:

Det vurderes, at spredningspotentialet er stort, da emnet omkring misbrug og problemer med sund livsførelse er aktuelt. Det er vigtigt at forholde konsekvenserne ved for stort brug af stoffer og det at tage en uddannelse. Der er også spredningspotentiale til Produktionsskolen/Base 4000, der ligeledes ønsker at have større fokus på forebyggelse af misbrugsproblemer samt i udskolingen på folkeskolerne.

Ad. 7) Priser på sund mad NED – priser på usund mad OP

Roskilde Katedralskole

- A. Aktiviteten skal imødekomme, at** eleverne klager over for dyr mad i kantinen. Hvis man satte prisen ned på den gode, sunde, lavglykæmiske mad, vil disse elever måske vælge det sunde alternativ. Evt. i samarbejde med et A-niveau samfundsfagshold, der kan følge op på salget.
- B. Målet med aktiviteten er,** drengene får mere energi, da de spiser sundere. At de indser betydningen af sund og regelmæssig kost.

Aktiviteten med prisregulering kørte som planlagt i perioden december 2012 til maj 2013. Kantinen bestræbte sig på at tilbyde flere sunde snacks i form af skolerugbrød, gulerødder, agurkestave osv. Helt konkret blev priserne sat ned på gulerødder (3 kr. til 1 kr.), frugt (5 kr. til 2 kr.) og rugbrødssnack (5 kr. til 3 kr.). Dette blev meldt ud på skolens facebookside, på skolens monitorer, i Elevnyt samt på skolens hjemmeside.

Der er blevet lavet en spørgeskemaundersøgelse om kantinens mad og elevernes sunde madvaner. Der var 362 besvarelser (259 piger og 103 drenge).

Salget af alle de nedsatte varer er steget markant. På daglig basis er salget af rugbrødssnackene steget fra 10 stk. til 30 stk., morgenmad er steget fra 5 til 20 stk. og der sælges ca. 4 gange så meget frugt som tidligere. Hvor mange af disse indkøb drengene står for, vides desværre ikke.

Ifølge spørgeskemaundersøgelsen kan følgende udledes:

- Der er desværre mange, som ikke har lagt mærke til prisændringerne. Så en bedre og mere præcis skiltning af prisnedsættelser i kantinen.
- Der savnes flere prisnedsættelser, især på ”Dagens ret”. Samt en bedre, sundere og mere frisk kvalitet på dagens ret (friske råvarer i stedet for præfabrikeret). Flere skriver i kommentarer, at det skal kunne svare sig at købe maden i kantinen fremfor andre steder.
- Der ønskes mere variation i kantinekosten.
- Bedre kvalitet af salatbaren – samt mere at vælge imellem.
- Der savnes større variation i snack. Her er et par forslag fra eleverne: helt grove boller og knækbrød, små bage med frugt, hjemmelavede smoothies, skyr.

Nogle foreslår, at der løbende bliver opdateret på skolens Facebookside, hvilke sunde tiltag, der bliver gjort i kantinen. Flere elever har også benyttet sig af morgenmadstilbuddet, hvilket har haft betydning for aktivitetsniveauet for flere af eleverne ifølge spørgeskemaerne: ”Det øger energiniveauet, som så øger aktivitetsniveauet”. ”Det er en god service, at man kan købe morgenmad i det andet frikvarter også”. ”Mærker er stor forskel, kan pludselig være aktiv de første timer af dagen”

Vurdering af spredningspotentialet:

Spredningspotentialet er stort. Der er nogle praktiske og økonomiske udfordringer, idet kantinepersonalet skal have overskud til den omstrukturering, som det kræver at lave om på udbuddet. Der kunne med fordel ske en opkvalificering af kantinepersonalet for at imødekomme ændringerne. Og der er behov for reklamer af de nye tiltag, så eleverne ved, at ændringerne er sket.

Der er flere potentialer i kantineprojektet. En udvalgt lærer kunne være sundhedsrepræsentant for skolen. Denne person kunne overordnet være initiativtager på alle skolens sundhedstiltag, herunder kantinekosten, skolens sundhedspolitik, fysisk aktivitet i timerne og i pauserne samt efter skole. Denne person kunne være bindeleddet mellem ledelsen, eleverne og kantinepersonalet i kampe for den sundere livsstil. Vedkommende kunne være den synlige frontfigur, der sørgede for, at eleverne blev gjort opmærksomme på de tiltag, som skolen laver på sundhedsområdet. Måske kunne denne person også stå for samarbejdet mellem Roskilde2go og skolen.