

Active School – forskningsprojekt

**Vær med til at præge fremtidens bevægelse i skolen!
– Og giv bevægelsen på din skole en ”saltvandsindsprøjtning”.**

Vi søger 3.klasser, der har lyst til at blive en del af et forskningsprojekt, hvor vi afprøver to forskellige forløb der integrerer bevægelse i skoledagen (*Læring med Kroppen og Sjov, Puls og Power*). Forskningsprojektet, Active Schools, overordnede formål er, at få viden om, hvordan man får det optimale ud af bevægelse i skolen i forhold til læring, trivsel og motivation. De to forskellige forløb er:

1. *Læring med kroppen*

Bevægelse i fagene dansk og matematik. Her understøttes læring i fagene med kropslige aktiviteter, der er tæt relateret til fagstoffet. Samtidig er der fokus på, at bevægelsesaktiviteterne skal være motiverende, meningsfulde og inkluderende for elever og personale.

2. *Sjov, puls og power*

Fysisk aktivitet i understøttende undervisning/bevægelsesbånd – eller andre tidspunkter af skoledagen. Den ekstra fysiske aktivitet skal bidrage til forøget koncentration og evne til at fokusere på opgaver i den boglige undervisning. Aktiviteterne laves dagligt og har fokus på fællesskab, mestring, sjov og sved på panden.

Begge forløb skal gennemføres 30 minutter dagligt i en 8-ugers periode på 3. klassetrin.

Man kan deltage med alle eller enkelte klasser fra trinnet. Man bliver i samråd med forskerne enige om, om man deltager i forløb nr. 1 eller nr. 2.

Hvad får man som skole?

- Til begge forløb får de involverede lærere og pædagoger et indledende dags-kursus, der introducerer dem for tankerne bag tilgangen samt værktøjer og konkrete ideer til, hvordan de kan integrere aktiviteterne i deres praksis. Undervejs i de 8 uger ligger også et kortere opfølgende kursus - ½ dag.
- Man får materialer i form af hæfter, modeller, video og arbejdsark, der passer til det forløb man arbejder med.
- Besøg af eksterne partnere, der giver inspiration og materialer i deres idræt/aktivitet til forløb nr. 2
- Til forløb nr. 2 får man 3 guidede procesmøder af ca. 1 times varighed for ledelse og personale, der skal iværksætte indsatsen.
- Evt. kursus for udskolings elever, der kan supplere personalet i at gennemføre forløb nr. 2.
- Informationsmateriale man kan bruge til forældre og elever omkring projektet.

Hvad kræves der fra skolens side?

- At lærere og/eller pædagoger og ledelse er motiveret for at gennemføre forløb, som beskrevet ovenfor i 8 uger.
- Prioritere tid til projektaktiviteterne, herunder kursusdage, team-møder og evt. proces for ledelse og personale, hvis man er med i forløb nr. 2.
- Lærere/pædagoger skal deltage i procesevalueringen af indsatserne, herunder svare på få SMS-spørgsmål ugentligt, elektroniske spørgeskema før og efter forløbet, samt stille op til fokusgruppeinterviews.

- Hjælpe til med, at forskerne kan undersøge: 1) elevernes motivation og trivsel ved hjælp af spørgeskemaer, 2) dansk/matematik kundskaber via test, samt måle taljemål, vægt, kondition og kognitive funktioner før forløbet og i slutningen af forløbet. Eleverne skal desuden inden forløbet starter og i slutningen af forløbet gå med en bevægelsesmåler i en uge.

Hvornår?

Projektets indsats-periode ligger i ugerne 39-47, mens de indledende kurser og møder påbegyndes allerede i uge 33.

Hvis I synes det lyder spændende, at arbejde med 30 minutters kvalitetsfyldt bevægelse hver dag som en del af Active School, så kontakt os for et uforpligtende møde (kan gennemføres online).

Vi ser frem til at høre fra jer!

Med venlig hilsen Active School

Lise Sohl Jeppesen

Ph.d.-studerende

Københavns Universitet, Institut for Idræt og Ernæring

Tlf. 35 32 15 37

lise.sohl@nexs.ku.dk

og

Anna Bugge

Docent og projektleder for Active School

Københavns Professionshøjskole, Fysioterapeutuddannelsen, Institut for Terapeut- og Jordemoderuddannelser

Mob. 51 63 25 09

abug@kp.dk

Active School er et projektsamarbejde mellem København Universitet og Københavns Professionshøjskole. Projektet er støttet af Danmarks Frie Forskningsfond i en 4-årig periode.