

ERHVERVSSKOLER  
I BEVÆGELSE

# Kompetence- udvikling og inspiration til motion og bevægelse i grundforløb

**Fokuseret motions- og bevægelsesindsats kan være med til at fremme sundhed, motivation og læring hos eleverne på jeres erhvervsskole.**

**Det ved vi i Videnscenter KOSMOS, og derfor vil vi gerne hjælpe jer med at udvikle en motions- og bevægelsesindsats, som er tilrettelagt i dialog med jer og med afsæt i jeres behov.**

**Vi tilbyder følgende fire forløb:**

**Inspirationsdag**

**Bevægelsesvejleder**

**Diplom modul**

**Certificering**

Læs mere på de følgende sider

# Inspirationsdag som fælles ståsted for jeres undervisere

En inspirationsdag skaber et fælles ståsted for jeres undervisere og giver jer en grundlæggende viden om motion, bevægelse og sundhed.

Inspirationsdagen indeholder følgende temaer;

- Erhvervsskolereformens intentioner samt erfaringer med motion og bevægelse i erhvervsuddannelserne
- Konkret inspiration til jeres undervisere til forskellige typer af motion og bevægelse
- Gode råd til, hvordan I kommer i gang med motion og bevægelse på jeres skole
- Kendetegn ved elevgruppens sundhed og idéer til inddragelse af eleverne i motions- og bevægelsesindsatsen

Inspirationsdagen varer 4 timer og foregår på jeres erhvervsskole. Indholdet tilpasser vi efter jeres ønsker og behov.

Pris for inspirationsdag 15.000 kr.  
+ transport.

## Bliv bevægelsesvejleder

Klæd jeres nøgleundervisere på til at udvikle og sikre en vedvarende motions- og bevægelsesindsats på jeres erhvervsskole. Vejlederkurset giver jeres undervisere kompetencer til at udvikle og styrke motion- og bevægelsesindsatsen i egen undervisningen og til at inspirere kollegerne.

Efter bevægelsesvejlederkurset kan jeres undervisere:

- Formidle viden om fysisk aktivitets betydning for sundhed og trivsel på erhvervsskoler
- Formidle relevante aktiviteter og handlemuligheder for sundhed, trivsel og bevægelse til kollegerne
- Understøtte en kultur, hvor bevægelse, trivsel og sundhed er en integreret del af jeres skoles virke

Kursets består af 3 moduler af 5 timer. Kurset foregår på jeres erhvervsskole og tager afsæt i jeres udfordringer og ønsker.

Pris for forløbet er 35.000 kr. + transport ved 20 deltagere.



# Kompetencegivende diplom modul

Giv jeres undervisere et kompetencegivend løft inden for bevægelse, trivsel og sundhed med et modul fra den pædagogiske diplomuddannelse (PD). Et rekvireret PD-modul foregår på jeres erhvervsskole og tager afsæt i jeres udfordringer og ønsker. Et PD-modul giver 10 ECTS-point til de undervisere, der gennemfører uddannelsen.

Efter PD-modulet "bevægelse, trivsel og sundhed" kan jeres undervisere;

- Beskrive jeres skoles betydning for trivsel og sundhed i et samfundsmæssigt perspektiv
- Beskrive fysisk aktivitets betydning for sundhed og trivsel i inkluderende læringsmiljøer

- Kombinere sundhedsfaglig viden med pædagogisk og didaktisk viden og perspektivere praksiserfaringer
- Beskrive, analysere, vurdere og formidle relevante problemstillinger og handlemuligheder inden for sundhed, trivsel og bevægelse
- Udvikle og implementere en kultur, hvor bevægelse, trivsel og sundhed er en integreret del af jeres skoles virke

PD-modulet består af ca. 42 undervisningstimer – eksempelvis fordelt som 8 undervisningsgange af 5 timer. Hertil kommer vejledning i forbindelse med opgaveskrivning.

Prisen afhænger af antallet af deltagere, men et PD-modul med 25 deltagere koster ca. 7500 kroner pr. deltager.

## Bliv certificeret som sundheds- fremmende erhvervsskole

Jeres erhvervsskole kan blive certificeret som sundhedsfremmende erhvervsskole. Med afsæt i de tre ovenstående indsatser arbejder jeres erhvervsskole og KOSMOS sammen i en proces, der leder frem mod at jeres erhvervsskole kan opfylde følgende 8 kriterier:

- Skolen formulerer en overordnet vision / politik for sundhed og trivsel
- Skolen har et udvalg for sundhed, motion og bevægelse
- Skolens motions- og bevægelsesindsats er rammesat, målsat og dokumenteret
- Skolen arbejder med mindst en indsats på sundhedsområdet ud over motion og bevægelse
- Skolens personale får efteruddannelse i sundhed, motion og bevægelse
- Motion og bevægelse er en integreret del af skolens pædagogiske praksis
- Skolen deltager i erhvervs- og produktionsskolernes netværk for sundhedsfremme
- Skolen samarbejder systematisk og dokumenteret med relevante aktører, i forhold til sundhedsfremme og forebyggelse på skolen og i erhvervene, som skolen interagerer med.

## Fakta om KOSMOS

KOSMOS er det nationale videncentret for sundhed, kost og motion for børn og unge. Vi har stor erfaring i at samarbejde med skoler om etablering af motions- og bevægelsesindsatser samt uddannelse af undervisere.

KOSMOS tilbyder uddannelse og sparring, som bygger på praksisnær og anvendelsesorienteret viden. KOSMOS faciliterer erhvervs- og produktionsskolernes netværk for sundhedsfremme og er der igennem i tæt kontakt med erhvervsskolerne.

### Kontakt

Kontakt os for en uforpligtende samtale.

Jesper von Seelen  
Det nationale videncentret KOSMOS  
Lembckesvej 7  
6100 Haderslev

7266 5257  
jvse@ucsyd.dk

### Yderligere information

Læs mere om Videncentrets kompetencer, aktiviteter og projekter på hjemmesiden

[vicekosmos.dk](http://vicekosmos.dk)