



## KOSMOS projekt: Kompetenceudvikling af Alt om Kost medarbejderne

### Baggrund

Sundhedsstyrelsen og Fødevarestyrelsen har i samarbejde ønsket at opkvalificere Fødevarestyrelsens Alt om Kost Rejsehold med viden og kompetencer indenfor fysisk aktivitet. Fødevarestyrelsens Alt om Kost Rejsehold har gennem flere år rådgivet skoler og institutioner om sund mad og måltidspolitikker. Øget fokus på fysisk aktivitet i samfundet har blandt andet bevirket at Rejseholdet får flere spørgsmål relateret til fysisk aktivitet. Derfor vil det være formålstjenligt at give rejseholdets medarbejdere en professionel platform for rådgivning om fysisk aktivitet.

### Formål

Rejseholdets medarbejdere forventes at kunne præsentere, diskutere og facilitere implementeringen af følgende temaer efter gennemført undervisning:

- Udarbejdelse af bevægelsespolitikker – evt. med afsæt i kommunal sundhedspolitik.
- Gennemgang af de fysiske rammer på skolen/institutionen med henblik på at anvise simple forslag til forbedringer som befordrer fysisk aktivitet – herunder diskussion af muligheder i aktivitetspakken.
- Gennemgang af skolens/institutionens skemaplanlægning med henblik på at indarbejde fysisk aktivitet som en naturlig del af hverdagen for børn og lærere/pædagoger. Herunder diskutere de børneprofessionelles muligheder og eventuelle begrænsninger for at igangsætte fysisk aktivitet
- Bidrage med *best practise* eksempler på hvordan andre skoler/institutioner har arbejdet med fysisk stimulerende rammer og tilbud.
- Bidrage med viden om hvilke tilbud og ressourcer i lokalsamfundet som skolen/institutionen kan trække på for at fremme fysisk aktivitet – specielt hvad angår samspillet mellem det frivillige foreningsliv og skolen/institutionens inaktive grupper af børn/unge.
- Bidrage med viden om hvilke nationale og regionale kampagner som skolen/institutionen kan deltage i for at fremme fysisk aktivitet.

### Målgruppe

Rejseholdsmedarbejderne i Alt om Kost, Fødevarestyrelsen

### Beskrivelse af projektet

Der er i programmet taget udgangspunkt i rejseholdets ekspertviden indenfor rådgivning om sund kost samt rejseholdets kendskab til skoler og institutioner. Rejseholdets medarbejdere har typisk en bachelorgrad indenfor det ernæringsfaglige område. Der er i projektet derfor anvendt få ressourcer på at give rejseholdets medarbejdere indsigt i, hvorfor fysisk aktivitet er sundt. Derimod har kompetenceudviklingsforløbet primært fokusere på at gøre rejseholdets medarbejdere i stand til at inspirere til, hvordan skoler og institutioner får gjort dagligdagen mere fysisk aktiv.

Undervisningsprogrammet har indeholdt følgende indholdsområder:

#### Tema 1: Udarbejdelse af bevægelsespolitikker

*"Forløbet skal sikre, at deltagerne kan understøtte udvikling af bevægelsespolitikker på skolerne"*

For at rejseholdets medarbejder bedst muligt kan støtte op om skolernes og institutionernes processer med at udvikle bevægelsespolitikker, må de have indblik i, hvad der foregår i kommunerne på sundhedsområdet, specielt i forhold til udvikling af overordnede sundhedspolitikker og strategier. De vil få viden og redskaber til at koble skolens/institutionens udviklingsarbejde til kommunens overordnede strategier, og til at understøtte skolens/institutionens eget arbejde med politikudvikling og -implementering. Udgangspunktet i dette modul vil

være en basisindførelse i de sundhedsmæssige konsekvenser af fysisk aktivitet/inaktivitet, herunder præsentation af faktaark omkring fysisk aktivitet/inaktivitet..

### Tema 2: Inddragelse og samarbejde med eksterne interessenter

*"Forløbet skal sikre en bedre inddragelse af og samarbejde med eksterne interessenter"*

Rejseholdets medarbejdere skal sikres ideer til en inddragelse af aktører uden for kredsen af skolens/institutionens normale samarbejdspartnere. Undervisning og oplæg til ideer til netværksdannelse med kendte såvel som nye interessenter i forhold til børn og unges fysiske udfoldelsesmuligheder skal afprøves. Et udvidet samarbejde mellem eksempelvis kostoperatører på skole-/institutionsområdet og lokale idrætsforeninger og klubber er et godt eksempel på et område med gode ekspansionsmuligheder.

### Tema 3: Forståelse af skolens/institutionens fysiske rammer

*"Forløbet vil skabe forståelse af de handlemuligheder og begrænsninger, der knytter sig til skolens/institutionens fysiske rammer"*

Rammefaktorer er forhold som fremmer eller hæmmer undervisning og læring på forskellige måder. Læringsrummet eller det professionelle handlerum for fysisk aktivitet er i høj grad forbundet med skolens/institutionens fysiske rammer. For at rejseholdets medarbejdere kan sættes i stand til at inspirere skoler og institutioner til mere fysisk aktivitet, er det vigtigt, at medarbejder kan forstå skolernes vilkår og muligheder for at etablere de nødvendige fysiske rammer. Herud fra skal deltagerne også kunne inspirere til og rådgive omkring inddragelse af skolens fysiske rum på nye måder.

### Tema 4: Forståelse af skolens/institutionen organisationer og planlægningsrutiner

*"Forløbet giver deltagerne forudsætninger for at forstå skolens/institutionens muligheder og begrænsninger som organisator og planlægger af fysisk aktivitet for børn og unge"*

I dag fungerer skolen og institutionen både som bureaukratisk institution, men også som ramme om de kulturelle normer og værdier, som bl.a. er indskrevet i folkeskoleloven. Undervisningen i dette tema vil tage afsæt i spændingsfeltet mellem den enkelte skoles/institutions mulighed for at overholde love og økonomi og så skolens/institutionens praktiske handlemuligheder for at iværksætte projekter eller undervisning med fysisk aktivitet.

### Tema 5: Målgruppen børn og unge

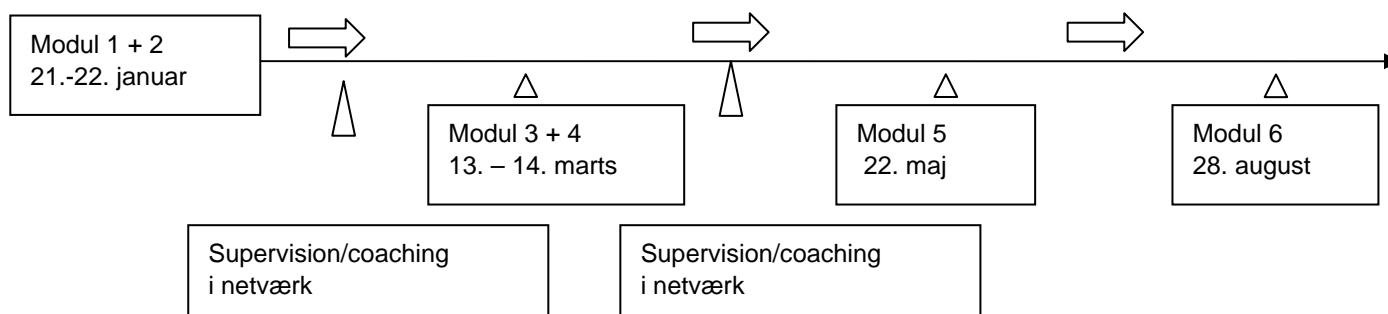
*"Forløbet skal sikre, at deltagerne kan tage højde for børn og unges forskellige læringsforudsætninger set i relation til kost og fysisk aktivitet"*

Rejseholdets medarbejdere skal i deres bestræbelser på at udvikle nye ideer for at gøre dagligdagen mere fysisk aktiv for børn og unge i de danske skoler undervises i de sociale og fysiske forudsætninger, som børn og unge møder frem med i dag. Undervisningen skal kæde fysisk aktivitet sammen med de sociale forhold, som er gældende i dag. Børn og unges livsstil, vaner og gruppedannelser skal analysere i bestræbelserne på at sikre projekters og initiativers effektivitet og gennemslagskraft på den enkelte skole. Modulet vil konkret inddrage spørgsmålet: "Hvad gør vi med de inaktive børn?"

## **Metode/fremgangsmåde:**

Kompetenceudviklingsforløbet har fulgt nedenstående skabelon:

Nedenstående vises en grafisk fremstilling af forløbet:



**Projektets resultater:**

Projektet er endnu ikke afsluttet og evalueret.

**Projektansvarlig:**

Børge Koch, University College Syd/KOSMOS, [bfk@ucsyd.dk](mailto:bfk@ucsyd.dk)

**Deltagere:**

Alt om Kost medarbejderne, Fødevarstyrelsen

**Eksterne samarbejdspartnere:**

Ingen

**Dokumentation/formidlingsform:**

Inspirationsmateriale og kursusmateriale

**Start- og sluttidspunkt**

Start: 21. januar 2008

Slut: efterår 2008

BFK, 24.08.08