



## Sundhedsfremme på Hellebjerg Idrætsungdomsskole

### Formål:

Projektets formål er, at Hellebjerg Idrætsefterskole både indadtil og udadtil fremstår som en sundhedsfremmende setting.

### Målgruppe:

Primært skolens ansatte, sekundært skolens nuværende og kommende elever.

### Beskrivelse af projektet:

Hellebjerg Idrætsefterskole huser 156 elever og er kendetegnet ved et udpræget fokus på fysisk aktivitet. Skolen søger tillige at integrere øvrige sundhedsfremmende elementer i elevernes hverdag, herunder bl.a. sund mad.

Skolen har netop lanceret et nyt valgfag – "Kost og Sundhed" – 32 elever er tilmeldt. Dette antal indikerer, at skolens elever er interesseret i at fastholde eller fremme egen sundhed.

Imidlertid viser det sig vanskeligt for eleverne, efter endt skoledag, at efterleve ønsket om en sund livsstil.

Hellebjerg Idrætsefterskole ønsker på baggrund af ovenstående at iværksætte et udviklingsprojekt med fokus på følgende fire elementer:

1. Forberedelse og kvalificering af ungdomsskolens årlige sundhedsuge (Den 28. september – 2. oktober 2009).
2. Støtte til udvikling af ungdomsskolens nye valgfag i sundhed.
3. Et fælles sundhedspædagogisk udgangspunkt for arbejdet med sundhedsfremmende undervisning og tiltag på ungdomsskolen.
4. En fælles sundhedspolitik for elever og ansatte på ungdomsskolen.

### Metode/fremgangsmåde:

Projektet veksler mellem undervisning, konsulent ydelse og praksis.

### Projektets resultater/mål:

Målene for udviklingsprojektet er:

- At skolens årlige sundhedsuge skaber et positivt og dynamisk afsæt for udviklingsarbejdet.
- At valgfaget "Kost og Sundhed" bliver en succes, og at faget således bliver en fast del af skolens fremtidige undervisningsprogram.
- At skolens lærere erhverver viden og indsigt i forhold til følgende genstandsfelter:
  - Det brede og positive sundhedsbegreb.
  - Udvikling af handlekompetence som mål for sundhedsfremmende undervisning og tiltag.
  - Inddragelse, deltagelse og medejerskab som centrale pædagogiske omdrejningspunkter.

- Faglige synsvinkler i det sundhedsfremmende arbejde (Faghæfte 21; Sundheds- og seksualoplysning og familieundskab).
- Et læringsteoretisk udgangspunkt for praksis.
- Social kapital som grobund for koordinering af handlinger.
- Kommunikationsstrategier.
- Handleplanlægning.
- Sundhedspolitisk udvikling; med udgangspunkt i ungdomsskolens eksisterende sundhedspolitik.
- Evaluering
- Implementerings- og forankringsprocesser.
- At skolens lærere bliver i stand til at omsætte erhvervet viden til konkret praksis.
- At skolens lærere udvikler et fælles sundhedspædagogiske udgangspunkt for praksis.
- At skolens elever erhverver viden og indsigt i forhold til udvalgte sundhedsfremmende tematikker.
- At skolens elever udvikler visioner og handleberedskab i forhold til udvalgte sundhedsfremmende tematikker.
- At der i projektperioden udviklet en fælles sundhedspolitik for elever og ansatte.
- At sundhedspolitikken integreres i skolens daglige praksis

**Projektansvarlig:**

Specialkonsulent Anette Schultz, [ans@ucsyd.dk](mailto:ans@ucsyd.dk)  
University College Syd

**Deltagere:**

Skolens ansatte, primært det pædagogiske personale og Videncenter for Sundhedsfremme/KOSMOS

**Eksterne samarbejdspartnere:**

Pt. ingen

**Dokumentation/formidlingsform:**

Endnu ikke afgjort

**Start- og sluttidspunkt:**

august 2009 til juli 2011

BFK/05.06.09