

Powerpauser på erhvervsskolerne

Formål

Produktions- og erhvervsskolerne har i dagens Danmark store sundhedsudfordringer – sundhedsudfordringer, der er større end på mange andre ungdomsuddannelser. De unge på erhvervsuddannelserne er f.eks. blandt de mest fysisk inaktive i forhold til andre grupper af unge. Omkring en tredjedel af de unge på erhvervsuddannelserne lever således ikke op til anbefalingerne for fysisk aktivitet.

Ungdomsuddannelserne er ikke som folkeskolen formelt forpligtede til at beskæftige sig med sundhed, men store frafaldsudfordringer har fået uddannelsesinstitutioner til - på eget initiativ og med succes - at tænke i sundhed.

En kortlægning af sundhedstiltag på erhvervsuddannelserne i Danmark viser, at en af udfordringerne, når der arbejdes med sundhed på erhvervsuddannelserne, er rammebetingelserne. Både tiden og pladsen til fysisk aktivitet er knap. Der er således brug for initiativer, der kan afvikles på kort tid og ikke stiller særlige krav til indretning og faciliteter. Powerpauser er et eksempel på en sådan indsats.

Kortlægningen viser endvidere at en anden stor udfordring, når der arbejdes med sundhed på erhvervsuddannelserne, er lærernes forudsætninger. Langt de fleste lærere på erhvervsuddannelserne er ansat med en håndværksmæssig baggrund og besidder derfor hverken de nødvendige pædagogiske eller didaktiske kompetencer til at undervise i og diskutere sundhed med de unge.

Det nationale videncenter KOSMOS's erfaring er således, at undervisning og inspirationsmateriale ikke gør det alene, og vores research viser i forlængelse heraf, at erhvervsuddannelserne efterspørger konkrete ideer til powerpauser, som de ikke selv skal planlægge. Det er altså ikke nok at udarbejde skriftligt materiale med øvelsesvejledninger, i stil med hvad der tidligere er set – lærerne har brug for redskaber, der stiller minimale krav til forberedelse og afvikling.

Det langsigtede mål med projektet er over tid at bidrage til elevernes sundhed og at forbedre de unges sundhedskompetencer, så de bliver i stand til at handle hensigtsmæssigt med deres viden om sundhed i sociale situationer.

Målgruppe

Undervisere og elever på erhvervsuddannelserne. Powerpause videoerne skal kvalificere sundhedsundervisningen på ungdomsuddannelserne på en måde som underviserne finder overskueligt og relevant.

Beskrivelse af projektet

Powerpause-projektet er en del af det større projekt: "Sunde unge" og de små filmklip og beskrivelser kommer til at ligge på hjemmesiden www.sundeunge.dk.

Med projekt vil KOSMOS producere en film, som med levende billeder fremstiller powerpauser inden for forskellige kategorier. Filmen indeholder filmsekvenser af 3-5 minutters varighed inden for hver kategorier, så lærerne har mulighed for at afspille en eller flere filmsekvenser uafhængigt af hinanden. Filmklippene kan gratis hentes fra internettet. Lærerne skal således blot downloade videoerne og afspille dem på blackboard, projektor eller lignende, og aktiviteten er i gang!

Det vigtigste for unge mennesker er at være en del af de sociale fællesskaber, som har betydning for dem, og det betyder desværre ofte, at de må gå på kompromis med deres sundhed. At være sund eller ikke sund er derfor ikke udelukkende en selvstændig beslutning for den unge, hvorfor unge skal gives rammer til at kunne diskutere og forholde sig til det komplekse i at vælge sundhed. De producerede film vil derfor arbejde med identitets- og fællesskabsfølelsen blandt de unge.

Metode/fremgangsmåde

Kosmos gennemført projektet i samarbejdet med et privat filmselskab og finansieres via tips- og lottomidler.

Projektets resultater

Hjemmeside sundeunge.dk

Projektansvarlig

Lise Hostrup Sønnichsen, lhos@ucsyd.dk, tlf. 72 66 52 58.

Deltagere

Unge fra forskellige erhvervsuddannelser.

Eksterne samarbejdspartnere

Feldballe Film

Dokumentation/formidlingsform

Hjemmesiden www.sundeunge.dk, oplæg på netværksmøde for Sundhedsfremme på erhvervsuddannelser 24. sep. 2013, Tilgængelig via KOSMOS 's hjemmeside,

Start- og sluttidspunkt

Begyndt september 2012.

Afsluttet september 2013.

LHOS/21.08.13

