

BEVÆGELSE I SKOLETIDEN FORBEDRER SUNDHED, BRYDER GRÆNSER OG ÅBNER ØJNENE FOR NYE MULIGHEDER FOR ELEVER PÅ SOCIAL- OG SUNDHEDS- UDDANNELSERNE

Kilde: DGI.dk



Eleverne på Social- og Sundhedsskolens afdeling i Vejle har gennem efteråret 2020 haft glæde af at deltage i DGI's projekt KICK, der arbejder for at gøre idræt og bevægelse til en del af undervisningen. Projektet har betydet, at de undervisere der havde eleverne i motionstimerne blev uddannede i, hvordan de kan integrere bevægelse i undervisningen, samt at eleverne fik to timers skemalagt idræt om ugen i samarbejde med en række lokale idrætsforeninger.

Undervejs i projektet mødte eleverne nye og anderledes motionsformer ude i de lokale idrætsforeninger og med foreningernes egne instruktører.

"Vores elever har fået brudt en del grænser med projekt KICK. De er blevet præsenteret for dans, boksning, MTB og orienteringsløb, og for mange af vores elever er det motionsoplevelser, de ikke selv ville have opsøgt. En del af vores elever bevæger sig ikke nok i deres dagligdag, men det at komme i foreningerne har medført mange positive reaktioner og jeg tror, at der er lagt et fundament

og nogle succesoplevelser gennem projektet, så eleverne får mere mod og lyst til en aktiv hverdag, som de kan tage med sig videre i livet og ud på arbejdspladserne," siger Trine Holm, der underviser i motion på Social- og Sundhedsskolen Vejle.

MEGET MERE BEVÆGELSE PÅ 40 ERHVERVSSKOLER
DGI's målsætning med projekt KICK er at sætte bevægelse på skoleskemaet på omkring 40 af landets 86 erhvervsskoler, så omkring 8.600 elever bliver en del af projektet.

Målet er ikke blot at sikre, at skolerne lever op til lovens krav om 45 minutters bevægelse i undervisningen om dagen, men i ligeså høj grad at inspirere eleverne til at være mere aktive og styrke fællesskabet. En bedre og mere varieret skoledag med bevægelse og skemalagte idrætsaktiviteter vil gøre en positiv forskel både elever og undervisere.

"For os som undervisere har det været en meget positiv erfaring at blive præsenteret for bredden i Vejles foreningsliv. Gennem KICK-projektet har



vi fået kontakt til en hel række af foreninger og idrætter, vi ikke kendte og som har nogle super spændende tilbud,” fortæller Nanna Munk Hansen, tovholder og underviser i motion på Social- og Sundhedsskolen Vejle. ”Fremover vil vi helt sikkert integrere foreningernes tilbud i undervisningen og det er meget inspirerende og positivt at opleve hvordan instruktørerne præsenterer bevægelse på nye måder for eleverne. Det tror vi på kan gøre en positiv forskel for vores elever. Derfor er vi glade for at projektet fortsætter i 2021 og ser meget frem til at møde endnu flere foreninger i Vejle,” siger Nanna Munk Hansen.

Marianne Sørensen, projektleder for KICK i DGI Sydøstjylland, er glad for, at Social- og Sundhedsskolen i Vejle fortsætter projektet og håber at det videre forløb også kan mærkes på elevernes trivsel.

”Vi er meget tilfredse med efterårets forløb i Vejle. Vi håber dog også at kunne se en forskel i elevernes trivsel. Vores erfaringer viser nemlig, at KICK kan skabe trivsel, sammenhold og positive læringsmiljøer på erhvervsskolerne. De elever, der er med i KICK, lærer hinanden og deres lærere at kende på en anden måde og det medvirker til at de får et trykt læringsmiljø. Det håber vi at kunne se i løbet af efteråret 2021,” siger hun.

Projektet bakkes op af EEO, Erhvervsskolernes Elevorganisation og DEG, Danske Erhvervsskoler- og Gymnasier, der er interesseorganisation for alle danske erhvervsskoler.

FYSISK AKTIVITET STYRKER SAMMENHOLDET OG GIVER LAVERE FRAVÆR

Projekt KICK spredes i øjeblikket til erhvervsskoler over hele landet. Projektet bygger videre på succesfulde erfaringer fra et pilotprojekt på Roskilde Tekniske Skole og erfaringer fra Aalborg og Aabenraa. Her viste tilbagemeldingerne blandt andet at:

- KICK forløbene har medført et bedre sammenhold mellem eleverne.
- KICK forløbene har givet eleverne en bedre relation til lærerne.
- KICK forløbene har givet eleverne et større indblik i, hvordan de skal bruge deres krop, så den ikke bliver nedslidt for tidligt eller får skader.
- KICK forløbene er med til at forbedre elevernes grov- og finmotorik.



FAKTA OM PROJEKT KICK

- Nordea-fonden støtter projekt KICK med 4 mio. kr. Erhvervsskolerne gennemfører projektet i samarbejde med DGI, lokale idrætsforeninger og kommuner.
- Målet er, at omkring 40 af landets 86 erhvervsskoler deltager i KICK, dvs. over 1.400 lærere og 8.600 elever. Fem år efter projektets afslutning skal over 85.000 erhvervsskole-elever have været aktive med KICK. 85 procent af eleverne skal opleve, at KICK har været med til at øge deres personlige og sociale trivsel.
- KICK består af tre indsatser på skolen:
 1. uddannelse af lærerne, så de kan integrere bevægelse i undervisningen.
 2. skemalagt og obligatorisk idræt for eleverne i samarbejde med lokale idrætsforeninger.
 3. Ung-til-ung tilgang, hvor eleverne klædes på til selv at sætte gang i fælles aktiviteter på skolen.
- Undersøgelser fra Sundhedsstyrelsen viser, at elever på erhvervsskoler har en dårligere sundhed og adfærd sammenlignet med unge på andre ungdomsuddannelser. Andelen af unge, som aldrig er fysisk aktive er næsten dobbelt så stor på erhvervsskolerne som på gymnasierne.
- Siden erhvervsskolereformen i 2015 har det været et krav, at elever på erhvervsskolernes grundforløb har 45 minutters motion og bevægelse dagligt. Der er ingen undersøgelser af, om erhvervsskolerne lever op til kravet.