

Fællesskab på tværs

Af Line Bregnhøj Mathiesen (børnehaveklasseleder), Susanne Meldgaard (lærer) og Heidi Nordstrøm Danielsen (lærer), Blåbjerg Børneunivers, Varde

Redaktør: Anette Schulz, FamilieAlliancen

Om Blåbjerg Børneunivers

Blåbjerg Børneunivers er en del af tre skoler fordelt på tre matrikler. Skolen ligger i et naturskønt område i en lille landsby i Varde kommune. Blåbjerg Børneunivers er en børneby, hvilket gør, at der er vuggestue, børnehave og skole (0-6- årgang) under samme tag. I alt er vi ca. 100 børn; 70 i skoledelen og 30 i dagtilbudsdelen. Dertil er der 13 ansatte i skole, SFO og klubregi og 7 i dagtilbuddet.

Den overordnede ledelse på alle tre matrikler består af en skoleleder og en viceskoleleder. Den daglige ledelse på vores matrikel består af en filialleder og en dagtilbudsleder.

Byen, hvor Blåbjergskolens Børneunivers ligger i, er udover skolen beriget med egen købmand, offentlig transport, et velfungerende foreningsliv og store som små virksomheder, som bidrager til, at det lokale samfund kan bestå.

Selvom skolen ligger i et lavt socioøkonomisk område, så har vi ildsjæle, der brænder for byen og ikke mindst for Børneuniverset eksistens. Selvom vi er en offentlig institution, har vi støtteforeninger i både skole og dagtilbud. Dette muliggør bl.a. fælles ture, nye ting til legeområdet og større lokale arrangementer. Skolen er et vigtigt samlingspunkt for byen, og skolen ofte bliver brugt i både dag og aftentimer i såvel hverdage som i weekender.

Blåbjerg Børneunivers er underlagt kommunens sundhedspolitik, og skolen arbejder således aktivt i forhold til følgende målsætninger:

- Alle børn og unges sundhed og trivsel styrkes.
- Alle børn og unge har viden om sundhed, både den fysiske, den sociale og psykiske sundhed.
- Alle børn og unge lærer at træffe det sunde valg – og at det sunde valg er det lette valg.
- Sundhed tænkes ind alle steder, hvor børn og unge færdes.

Indsatstema

Vores fokus gennem projektet har været på **fællesskab** og **bevægelse i undervisningen**. Disse fokuspunkter er valgt ud fra Blåbjergskolernes fælles værdigrundlag som er ”Sammen får vi succes” med underpunkterne: Fællesskab, Motivation og Udvikling.



Skolens motto ”High Five”

Vi er meget optaget af at udøve vores undervisning, så eleverne føler sig motiveret til læring og derigennem får lov til at udvikle sig i eget tempo og bruge deres egne motivationsressourcer. Dette stiller krav til, at vi som undervisere ved, hvornår vi skal være foran, bagved og ved siden af eleverne i undervisningsøjemed.

Sundhedspædagogisk fokusområde

Aktiv elevinddragelse.

Elevernes alder

6-7 år og 10-12 år; i alt 46 elever.

Formål med bevægelse i undervisningen

Formålet med bevægelse i undervisningen er gennem styrkelse af elevernes mentale og fysiske velvære, at fremme elevernes læringsparathed.

Forberedelsesfasen

Elevinddragelse

Med ønsket om at styrke aktiv elevinddragelse i undervisningen indledte vi vores projekt med at interviewe eleverne, hvor vi afholdt fokusinterview med både et drenge- og et pigehold. Målet var at få indsigt i deres perspektiver og behov i forhold til fysisk aktivitet i skoledagen, og interviewene var designet således, at vi kunne afdække elevernes oplevelser af bevægelse i undervisningen baseret på alder og køn.

Interviewresultaterne viste tydelige aldersrelaterede forskelle i elevernes opfattelse af fysisk aktivitet. De yngste elever følte, at deres skoledag allerede indeholdt meget bevægelse, mens de ældste elever primært forbandt bevægelse med udendørs aktiviteter som fodbold. Denne indsigt førte til, at vi voksne besluttede at udvide definitionen af bevægelse i undervisningen til både at omfatte fysisk og mental aktivitet med henblik på at skabe en mere nuanceret forståelse af, hvad bevægelse kan være, og udvikle aktiviteter, der stimulerer både krop og sind.

Som en del af projektet og for at målrette undervisningen til elevernes behov, udarbejdede vi et spørgeskema til alle elever. Her blev de bl.a. bedt om at angive, hvornår på dagen de følte størst behov for bevægelse. Med deres svar kunne vi tilpasse dagens struktur og aktivitetsniveau, så det harmonerede med elevernes egne ønsker, og deres idéer og aktivitetsforslag blev løbende integreret i undervisningen. Herved fik vi samtidig skabt en praksis, hvor eleverne følte sig både set og hørt i deres hverdag.

Forældreinddragelse

Også forældrene har været aktivt inddraget i både opstartsfasen og den efterfølgende implementeringsfase, hvor vi igennem forældremøder og kommunikationsplatformen AULA har holdt forældrene opdateret omkring projektets mål og indhold. Selvom forældrene ikke har været direkte involveret i projektudviklingen, har de udvist stor interesse og opbakning. Ved forældremøderne har vi oplevet positive spørgsmål og engagement, og vi har herved fået projektets værdi for forældrene bekræftet.

Implementeringsfasen

For de yngste elevers vedkommende har vi arbejdet med en balance mellem højt og lavt aktivitetsniveau, hvor vi har implementeret mindfulness, børneyoga og "Learning through Movement."

Mindfulness blev anvendt ved opstart og i overgange mellem lektioner. Herved søgte vi sænke elevernes arousalniveau, så de er mere klar til at modtage ny læring, hvor vi i overgangen ofte

benyttede mindfulness-musik, der skabte rolig atmosfære, og som hjælper eleverne med at skifte mellem forskellige aktiviteter.

Børneyoga består af en kombination af stræk- og dynamiske øvelser, som hjælper med at balancere nervesystemet og skaber ro i både krop og sind. Disse øvelser var skemalagte hver dag og fungerede som en fast del af skoledagen for de yngste elever, hvilket gav dem en rolig og fokuseret start på dagen.

Learning through Movement er en læringsmetode, der kombinerer bevægelse og fagligt indhold; f.eks. hvor eleverne skal finde bogstaver, som spredt rundt på legepladsen, og derefter samle dem til ord. På den måde bliver indlæring og fysisk aktivitet forenet i en legende tilgang, som gør undervisningen mere engagerende.

For at imødekomme elevernes ønske om mere aktivitet og sociale fællesskaber indførte vi også daglige fælles gåture på tværs af årgangene. Disse ture gav eleverne mulighed for at knytte bånd både med hinanden og med de voksne, samtidig med at de fik frisk luft og motion.



Dagens gåtur

Endvidere indførte vi fælleslæsning én gang i ugen, hvor de ældste elever læste højt for de yngste, ligesom vi på mellemtrinnet skemalagde fælles aktiviteter, som bestod af alt fra leg og samarbejdsøvelser til koncentrationsaktiviteter. På mellemtrinnet benyttede vi også Brain Breaks forstået som små, strukturerede afbrydelser i undervisningen, som hjælper med at forbedre elevernes koncentration, reducere stress og fremme læringsparathed.

En fælles tilgang hos ALLE lærere

Det har været vigtigt for os at skabe trygge og forudsigelige læringsrum for alle elever. Derfor valgte vi at indføre en ensartet lektionstilgang, hvor alle lærere anvendte samme struktur og rutiner ved lektionernes begyndelse. Den ensartede opstart skulle for det første bidrage til at styrke elevernes tryghed gennem viden om, hvad de kunne forvente, når en ny lektion starter. For det andet gennem trygge og forudsigelige rammer at gøre det lettere for eleverne at skifte fokus fra én aktivitet til en anden og forbereder dem mentalt på den kommende undervisning.



Lektionsopstart

Resultater

Projektet har skabt positive resultater for både elever og lærere. For os som lærere har det resulteret i en øget bevidsthed om betydningen af at integrere mentale og fysiske aktiviteter i skoledagen. Vi er blevet mere opmærksomme på, hvordan disse aktiviteter kan understøtte elevernes trivsel og læring.

For elevernes vedkommende ser vi en tydelig forbedring i deres læringsparathed og trivsel på tværs af årgangene. Konkret oplever vi, at eleverne nu har lettere ved at koncentrere sig og fordybe sig i undervisningen, hvilket har skabt en markant roligere klasseatmosfære. Denne ændring gør det muligt for eleverne at engagere sig dybere i læringsaktiviteterne, og vi ser færre forstyrrelser i løbet af undervisningen.

Effekterne af projektet kan mærkes både i undervisningsmæssige og sociale sammenhænge. I frikvartererne observerer vi, at eleverne er blevet mere opsøgende over for hinanden, hvilket har styrket det sociale fællesskab. Der er en større fællesskabsfølelse og samhørighed blandt eleverne, som nu i højere grad interagerer på tværs af årgange.

Den øgede fællesskabsfølelse har også spredt sig blandt lærerne. Vi har rykket os fra en tilgang, hvor vi primært fokuserede på “mine elever,” til at arbejde med en “vores elever”-mentalitet. Dette fælles fodslag har skabt en stærkere samhørighed blandt kollegerne og gør det lettere at samarbejde og støtte hinanden i at skabe en sund og engagerende skolehverdag.

Samlet set har projektet fremmet en sund og positiv læringskultur, hvor både lærere og elever har styrket deres fællesskabsfølelse og er bedre rustet til at imødekomme hverdagens krav.

Udfordringer

Selvom projektet samlet set har været en succes, har vi stået overfor enkelte udfordringer i forbindelse med planlægning og implementering af projektet. Den primære udfordring har været, at vi kom ind i projektet et år senere end de andre deltagende skoler. Dette betød, at vi fra starten havde en kortere tidsramme til at planlægge og tilpasse vores tiltag til eleverne, hvilket stillede større krav til vores indsats og fleksibilitet.

En anden udfordring var, at de to andre afdelinger på Blåbjergskolen trak sig fra projektet, hvilket betød, at vi mistede muligheden for faglig sparring og erfaringsudveksling med kolleger på tværs af afdelingerne.

For at tackle disse udfordringer arbejdede vi tættere sammen som team, hvor vi oplevede, at dette styrkede vores kollegiale samarbejde og gjorde os mere opmærksomme på de positive forandringer, projektet medførte for både elever og lærere.

Fremmende faktorer

Den brede opbakning, vi har modtaget fra både elever, forældre, kolleger og ledelsen, har været en vigtigste faktor bag projektets succes.

I projektets opstart deltog skolens ledelse aktivt i vores møder. Her oplevede vi en stor forståelse for, at projektet ville kræve tid og tilvænnning for både for elever og kolleger. Ledelsen anerkendte, at det ville være en proces, hvor tiltagene skulle implementeres gradvist, og de forventede ikke en fuld implementering fra den ene dag til den anden på alle skolens matrikler. Denne fleksible tilgang fra ledelsen har været uvurderlig i vores arbejde.

Sidenhen har vores afdeling fået en ny filialleder, som ikke har været med i projektets oprindelige faser. På trods af dette har han fuldt ud støttet vores fortsatte arbejde med de nye

tiltag. Denne tillid og opbakning fra ledelsen har givet os et stærkt fundament til at fortsætte projektet med den nødvendige frihed og fleksibilitet.

Kollegerne har gennem hele processen vist stor opbakning og interesse for projektet. Mange har taget imod tiltagene med åbne arme, og nogle har allerede valgt at implementere lignende initiativer i deres egne klasser. Denne kollegiale støtte har skabt en kultur, hvor vi lærer af hinanden og sammen arbejder mod en fælles sundhedsfremmende retning for skolen.

Forældrene har ligeledes været meget positive fra projektets begyndelse og har støttet vores mål om at skabe en sundhedsfremmende skole. De har været bevidste om, at vi bevæger os i små skridt, så vi sikrer, at alle elever føler sig inkluderet og mødt, hvor de er. Forældrenes forståelse og engagement har skabt en tryghed omkring projektet, hvor vi alle arbejder sammen om at fremme elevernes sundhed og trivsel.

Endelig har det pædagogiske princip om aktiv elevinddragelse været afgørende for projektets succes, hvor eleverne kontinuerligt har kunnet se meningen med projektet, og hvor netop deres behov og ideer har været afsættet for projektets design. Elevernes forståelse for og deltagelse i projektet er grundlaget for dets succes, og med opbakning fra både kolleger, ledelse og forældre har vi fået etableret de første byggesten til en bæredygtig, sundhedsfremmende kultur på skolen.

Fremtidige Perspektiver

Efter opstarten af dette projekt er hele Blåbjergskolen, på tværet af alle tre matrikler, blevet en del af et økonomisk finansieret kommunalt projekt. Denne udvikling har stor betydning for skolens fremtidige praksis og sætter øget fokus på vores arbejde med at være en sundhedsfremmende skole.

Samtidig medfører det nye projekt, at vi skal finde en balance mellem de to initiativer for at sikre, at begge bliver tilgodeset i vores daglige praksis. Denne udfordring ser vi som en spændende mulighed for at udvide og styrke vores sundhedsfremmende tiltag, samtidig med at vi integrerer nye initiativer.

Det kræver en fleksibel og koordineret tilgang at navigere mellem de to projekter, men vi ser frem til at bygge videre på det fundament, vi allerede har skabt, hvor sundhed og trivsel er centrale elementer i skolens fremtidige udvikling.

Anbefalinger

For at sikre en bæredygtig og succesfuld implementering af sundhedsfremmende tiltag i skolen anbefaler vi følgende:

Opbakning fra Skolelederen

Det er afgørende, at skolelederen støtter projektet aktivt. En engageret skoleleder skaber fundamentet for projektets gennemslagskraft og legitimitet. Ledelsens opbakning gør det lettere at allokere de nødvendige ressourcer og sikrer, at projektet prioriteres på både praktisk og strategisk niveau.

Engagerede og Involverede Kolleger

Projektets succes afhænger i høj grad af kollegernes villighed til at deltage og bidrage til udviklingen af de sundhedsfremmende initiativer. Når kolleger er med på ideen og aktivt engagerer sig i at forme tiltagene, skabes en fælles ansvarsfølelse og et stærkt samarbejde om at fremme elevernes trivsel.

Disse to faktorer udgør grundlaget for, at et sundhedsfremmende skoleprojekt kan blomstre og blive en integreret del af skolens kultur og daglige praksis.