

## » Skoleprojekter

- » **Min sund skole**
- » Sund skole
- » Føl dig i form
- » Centriatlon
- » Videreudvikling af GEbbi
- » Skolegårdslege – gamle lege opdages nyt
- » Cirkusprojekt
- » Brød og pålæg til pausen
- » Skolegårdsudformning og skolekiosk
- » Skolemad
- » Kogning med friske fødevarer og "Thermomixen"
- » Kroppen i skolen
- » Ernering og motion
- » Rytme og bevægelse
- » Folkehøjskoleprojekter
- » Kommunale projekter
- » Højskole
- » Workshops

**Min sund skole**

» Lyt

**Projektets karakteristika**

Projektets navn:	Min sund skole
Skolens navn:	Comenius Schule
Deltagende lærer	Kay Landrock, Jens-Lars Fischer
Studentermedarbejder Universitet Flensburg	Keno Ropeter
Projektets mål	Gennemførelse af valgfaget "Min sund skole" og elevernes sensibilisering, medbestemmelse, participation henholdsvis emnet ernering og motion. At vise eleverne en sund og motioneret levemåde, som kan overføres til <b>dagligdagen</b> efter skolen.
Projektbeskrivelse	Eleverne deltager i valgfaget "Min sund skole" i et helt skoleår med et tidspensum på en dobbelttime. Eleverne <b>udarbejder</b> selvansvarligt koncepter, om <b>hvordan</b> de forestiller sig en sund skole og <b>hvordan</b> disse ideer kan omsættes.
Projektets tidsrum	Et skoleår
Peer Education tilgang	Peer Education tilgangen har vist, at skolens elever har især vedtaget de <b>udarbejdede</b> koncepter, fordi de blev formidlet af klassekammeraterne. På grund af kommunikationen og vidensudvekslingen fra elev til elev, blev der sikret et vedvarende resultat.

**Projektets presentation**

Projektet "Min sund skole" bliver tilbudt i valgfagsrammen for 9. årgang på Comenius Schule Flensburg. Projektets hovedmål er, at give eleverne muligheden for at være med til at udforme deres skoledag og gøre den sundere. Inden for kurset skal de **udarbejde** koncepter omkring emnet "Min sund skole". Ud over det praktiske arbejde, bliver eleverne understøttet af de ledsagende lærer med teoretisk viden henholdsvis ernering og motion. Der vælges en induktiv tilgang for kurset. Sådan, at viden og konceptideerne virker muligst effektive og vedvarende. Det betyder, at en selvansvarlig koncept**udarbejdning** står i forgrunden, og læreren kun virker understøttende. Lærerens hovedopgave inden for projektet er, at formidle sundhedsrelevante emner, at understøtte planlægningen, organisationen og omsætningen af elevernes ideer.

For at få adgang til emnet "Min sund skole", skulle deltagernes ideer samles i begyndelsen af kurset. Hvilke blev fastholdt i en mind map (se figuren). Herefter blev de vigtigste ideer udvalgt og undersøgt særdeles grundigt. Der blev udviklet koncepter på de udvalgte områder, for at kunne foretage forandringer i skoledagen.

I skoleåret 2013/14 besluttede eleverne især at fokusere områderne "pausernes udformning" og "skolemad". I udformningen af pauserne lå fokuseringen på, at udbygge bevægelsesmulighederne. Til de yngre elever blev der **udarbejdet** en motionspause, hvor kursdeltagerne ledsag og holdt opsyn selvansvarligt i gymnastiksalen. Desuden blev skraldespandene pyntet og der blev gjort opmærksomt på, at holde skolen og skolegården rent i pauserne. Emnet skolemad omfattede madtilbuddet i skolens cafeteria. Mottoet var "sund, men alligevel lækkert". På den måde opstod "vitamin-baren". Bag ved dette begreb gemmes en af kursdeltagerne selvlavet frugtsalat, som blev solgt til lav pris flere gange om ugen. Vitamin-barens specielle succes er, at denne prøves at bibeholdes ved hjælp af andre finansieringsmuligheder, selv efter kursets og INTERREG-projektets ophør.



## Mindmap til emnet "Min sund skole"



[Tilbage til sidens begyndelse](#)    Sidenr. 21068    [Permalink](#)    16-05-2016

© 2021 Europa-Universität Flensburg (EUF)

[Mobil version](#)   [Print side](#)   [Åbn som PDF](#)   [Kолоfon](#)   [Søg](#)   [Webmail](#)

Europa-Universität Flensburg  
Auf dem Campus 1  
24943 Flensburg  
Tyskland

Telefon: +49 461 805 02  
Fax: +49 461 805 2144  
Internet: [www.uni-flensburg.de](http://www.uni-flensburg.de)

