

RATHLAUP – NÝ SKÓLAÍÞRÓTT

Lokaskýrsla fyrir verkefnið Rathlaup – ný skólaíþrótt sem unnið/unnin var af Laugarnesskóla, Langholtsskóla og Laugalækjarskóla veturinn 2009-2010.

*Lokaskýrsla til
Sprotasjóðs*

Heiti: Rathlaup ný skólaíþrótt

Styrkþegi: Laugarnesskóli

Verkefnastjóri: Guðmundur Finnbogason

Markmið verkefnis samkvæmt umsókn

Markmið samkvæmt umsókn:

- Kennarar fá fræðslu, menntun og þjálfun sem að gerir þeim kleift að kenna rathlaup .
- Próa kennsluaðferðir og kennsluefni sem að nýtist nemendum til framtíðar
- Gefa nemendum færi á að kynnst nýrri íþrótt sem kostar ekkert að taka þátt í.
- Verkefnið miðar að því að kynna og innleiða Rathlaup (orienteering) í skólum á Íslandi. Verkefnið er hugsað sem fyrsta skrefið í að kynna og kenna íþrótt sem er vinsæl og vel þekkt í skólum í Skandinavíu, Bretlandi og mörgum Evrópulöndum. Stefnt er að nýta nærumhverfi skólanna sem er Laugardalurinn) og tengja þannig skólasamfélagið við grenndarsamfélagið.

Markmiðum var náð að hluta. Kennarar sem að tóku þátt í verkefninu fengu þjálfun í rathlaupi og geta núna kennt það og sett út og haldið æfingar. Það markmið náðist því nokkuð vel.

Kennsluaðferðir voru þróaðar að mestu út frá norsku og bresku kennsluefni og út frá ráðgjöf frá erlendum ráðgjöfum. Það náðist þó ekki að búa til námsefni til útgáfu. Gert er ráð fyrir að vinna við það markmið haldi áfram næsta ár og að efnið verði tilbúið til útgáfu haustið 2012. Vilyrði hefur fengist fyrir notkun á nýju kennaraefni frá Danska Rathlaupssambandinu sem að þarf að aðlaga og þýða. Þá er vinna í gangi með borgaryfirvöldum sem að miðar að því að gera skólalóðakort aðgengileg fyrir sem flesta skóla. Auk þess sem unnið er að því að fjárfesta í sérstökum tölvubúnaði til kortagerðar og brautargerðar fyrir skóla í RVK.

Nemendur þriggja þáttökuskóla hafa fengið að prófa rathlaup. Nemendur Laugarnesskóla tóku þátt í rathlaupi allan veturinn og komu flestir nemendur skólans í rathlaupsþrógram. Það þrógram skiptist í 7 vikna lotur og kom því hver nemandi í 7 x 80 mínútur. Þessi vinna skilaði góðum niðurstöðum á kennsluaðferðum og virkaði mjög vel á nemendur. Nemendur í Laugalækjarskóla og Langholtsskóla tóku þátt í rathlaupi en í takmarkaðara mæli.

Það er því óhætt að segja að þessu markmiði hafi verið náð.

Síðasta markmiði var náð er nemendur tóku þátt í hlaupum í Laugardal. Þá fengu kennarar sem sóttu Öskudagsráðstefnuna einnig að prófa brautir í Laugardal en hátt í 100 kennarar sóttu rathlaupssmiðju þann dag. Verkefnið hefur einnig unnið með Rathlaupsfélaginu Heklu og Reykjavíkurborg að uppsetningu varanlegra brauta í Laugardal. Þessar brautir standa nú öllum skólum til boða og nokkrir skólar hafa nú þegar ráðgert ferðir í dalinn til að prófa brautirnar. Þessar brautir nýtast þannig bæði skólum, nemendum og almenningi til að stunda íþróttina.

Önnur markmið sem snúa að nemendum og þátttakendum verkefnisins eru að:

- Þjálfar nemendur í rötun og að lesa kort.
- Kynna ódýra íþrótt sem að allir geta tekið þátt í.
- Nemendur læri á nærumhverfi sitt.
- Nemendur læri að lesa í og þekkja kennileiti í umhverfinu.
- Nemendur læri að taka ákvarðanir hratt og á eigin spýtur.
- Nemendur þroski rýmisgreind sína.

Markmið skólanna eru að:

- Skólar séu í fararbroddi við kennslu og kynningu á nýjum íþróttum.
- Þeir horfi til nágrannalanda Íslands sem hafa kennt rathlaup sem skólaíþrótt í fjölda ára með góðum árangri.

Segja má að flestum þessara markmiða hafi verið náð. Nemendur öðluðust þjálfun sem að þeir hefðu að öðrum kosti e.t.v. ekki fengið.

Skólarnir eru í fararbroddi á Íslandi og horfa ótrauðir til nágrannalandann þegar kemur að þróun íþróttarinnar.

Leiðir sem valdar voru til að ná markmiði

Vinnan fór aðalega fram með beinni kennslu til nemenda. Í LNSK var þessu stýlt upp sem hluta af valnámskeiðum sem að öllum nemendum 2.-6. bekkjar var boðið. Stór hluti nemenda valdi rathlaup í einu af sínum val tímabilum (þau voru 4 allt í allt) og nokkrir völdu að koma oftast en einu sinni.

Í Laugalæk og Langholtsskóla var þetta hluti af hefðbundinni íþróttakennslu og náði þannig til fjölda nemenda.

Þá var verkefninu boðið að taka þátt í Öskudagsráðstefnu Reykjavíkurborgar. Með þeim hætti náðum við til hátt í 100 kennara hvaðanæva úr Rvk. Verkefnið var einnig kynnt á opnum fyrirlestri þar sem sérfræðingar frá Noregi kynntu það fyrir almenningi.

Verkefnið var einnig kynnt á heimasíðu félagsins og í staðarblaði sem að borið er út til tugþúsunda í Laugarneshverfi og nálægum hverfum.

Frávik miðað við áætlun verkefnisins

Eins og áður hefur verið lýst fóru tveir af leiðtögum verkefnisins í fæðingarorlof. Helsta frávik er því að ekki reyndist unnt að halda skólamót sem að áætlað hafði verið. Stefnt er að því að halda slíkt mót í maí 2012.

Helstu hindranir sem komu upp við vinnu verkefnisins

Helstu hindranir sem komu upp voru tengdar þriggjakólasamstarfinu og fæðingarorlofi.

Þriggjakólasamstarfið setti okkur nokkrar skorður við skipulag þar sem það gat reynt erfitt að ná öllum kennurum sem að komu að verkefninu saman. Það tókst því miður aðeins tvisvar sinnum og gerði okkur töluvert erfitt fyrir. Þá er alltaf erfitt að vinna út fyrir stundaskrá nemenda en þetta verkefni fékk þó góðan hljómgrunn hjá skólastjórnendum sem að reyndu að koma til móts við það eins og hægt var. Best var þessu háttáð í LNSK þar sem rathlaup var sett inn sem val fyrir alla aldurshópa og þannig hægt að festa það á töflu allt árið.

Tveir af leiðtögum verkefnisins fóru í fæðingarorlof á árinu sem að setti verkefnið í erfiða stöðu í lok árs. Það varð meðal annars til þess að ekki náðist að halda fyrirhugað skólamót í íþróttinni. Það

stendur þó til að bæta úr þessu á næsta ári en mótið verður sett á dagskrá strax að hausti þannig að það þurfi ekki að hverfa í annir á öðrum sviðum.

Helstu ávinningar af vinnu við verkefnið, jákvæð atriði sem fylgdu í kjölfar eða samhliða verkefnavinnu

Verkefnið skilaði frábærum árangri þegar litið er til þátttakenda. Fjöldi barna fékk að prófa alveg nýja íþrótt sem að þau voru ánægð með. Verkefnið tókst að því leyti fullkomlega og í raun vonum fram. Það ýtti líka á gerð varanlegra brauta sem að eru til hagsbóta fyrir allan almenning með því að auka íþróttáframboð í Laugardal.

Þá hefur jákvæð umræða innan skólasamfélagsins smitast út til grendarsamfélagsins. Margir foreldrar hafa þannig lýst áhuga á þessu verkefni og á því að prófa brautirnar í sumar. Brautirnar hafa einnig fengið umfjöllun í staðarblöðum og í fjölþóstum með áherslu á heilsueflingu Laugarneshverfis.

Mat á verkefninu samkvæmt umsókn:

- Hefur verkefnið, eða mun það hafa áhrif á skólastarfið í heild?

Verkefnið hefur haft mikil áhrif á upplifun nemenda af skólastarfinu. Með því að kynna þá fyrir íþrótt sem að getur bæði höfðað til þeirra sem að eru mikið fyrir hreyfingu og þeirra sem að veigra sér við útiveru og hreyfingu er verið að stuðla að heilbrygðari lífsstíl allra. Íþróttin býður einnig upp á spennandi möguleika á samþættingu ólíkra greina. Þó strankt til tekið sé þá verið að fara út fyrir íþróttina sjálfa er sú uppbygging sem að átt hefur sér stað til þess fallin að nýtast á mun breiðari vettvangi. Þannig er fjárfestingin sem að á sér stað alltaf þess virði, jafnvel þó að íþróttin sjálf nái ekki fótfestu í öllum skólum.

Niðurstöður verkefnisins: T.d eftirfarandi og/eða annað sem við á varðandi niðurstöður verkefnisins.

- Yfirlit yfir það sem fram kom við framkvæmd verkefnisins.

Verkefnið sýndi að íþróttin höfðar til mjög breiðs hóps. Hún nær þannig bæði til nemenda sem að eru innstilltir á hreyfingu og þeirra sem að hafa hingað til ekki haft mikin áhuga á hreyfingu. Afar fáir þátttakenda nutu sín ekki. Það er því ljóst að hérna er íþrótt sem að bæði er hægt að kenna inni og úti, höfðar til stærri hópa og færir nemendur nær náttúrunni.

- Náðust markmiðin? Hvað er til marks um það?

Eins og talið var upp hér fyrir ofan náðust flest markmiðin í það minnsta að hluta.

- Heldur verkefnið áfram innan skólans eða í öðrum skólum?

Verkefnið heldur áfram í öllum þátttökuskólum og mjög líklega í öðrum skólum þaðan sem áhugasamir kennarar hafa komið á kynningar eða forvitnast um verkefnið.

Áætlun um kynningu á afrakstri verkefnisins og helstu niðurstöðum

Verkefnið hefur nú þegar fengið góða kynningu út fyrir sína þátttökuskóla. Sú kynning fór að mestu fram í gegnum Öskudagsráðstefnu Reykjavíkurborgar en þar náði verkefnið inni fjölda skóla í Reykjavík í gegnum kennara sem að fengu að taka þátt í rathlaupi og fræðast um gildi þess og möguleika.

Þá hefur verkefnið og afrakstur þess verið vel kynnt í fjölmiðlum á starfssvæði verkefnisins þannig að foreldrar og aðrir þátttakendur í skólasamfélaginu eru orðin nokkuð meðvitaðir um það.

Verkefnið hefur einnig verið verðlaunað af Menntasviði Reykjavíkur. Það hlaut hvatningarverðlaunin vorið 2011.

Annað sem gagnlegt er að upplýsa stjórn Sprotasjóðs um

Sótt hefur verið um vegna þessa verkefnis með framhaldsumsókn í Sprotasjóð. Við teljum að fáí sú umsókn brautargengi verði það til þess að festa íþróttina og þann ávinning sem af henni getur hlotist í sessi til framtíðar. Það er ljóst á áhuga kennara á Öskudaginn að það er þörf fyrir leið til að færa nemendur nær náttúrunni á ódýran og skilvirkan hátt. Rathlaup sameinar þessa möguleika.

Verkefnið heldur áfram í þátttökuskólunum þó að sprotasjóður hafi ekki styrkt það aftur. Rathlaup er orðinn fastur liður í skólastarfi Laugarnesskóla og fleiri skólar hafa sýnt þessu áhuga t.d. með því að fá sérstök skólalóðakort gerð af Rathlaupsfélaginu Heklu.

Stefnt er að því að halda skólamót fyrir þessa skóla í maí 2012. Það mót verður fyrst sinnar tegundar og vonandi grunnur að góðu samstarfi skóla á öllu landinu.

Dagsetning:

Undirskrift verkefnisstjóra

Undirskrift