

Laugarnesskóli

Fjölskyldan og heimilisfræði

Þróunarverkefni á vegum Laugarnesskóla

Guðmundur Finnbogason
6/1/2011

Fjölskyldan og heimilisfræði

Styrkþegi: Laugarnesskóli

Verkefnisstjóri: Guðmundur Finnbogason

Markmið verkefnis samkvæmt umsókn:

- Að efla tengsl heimilis og skóla.
- Gera heimilisfræðikennsluna markvissari með aukinni þátttöku foreldra.
- Tengja betur saman þá kennslu sem að nemendur fá í heimilisfræði og þá vinnu sem að þeir inna af hendi heima.
- Stuðla að bættu mataræði og betri heilsu þátttakenda og barna.

Það er von okkar sem að þessu verkefni standa að það skili betri árangri í heimilisfræði hjá þeim nemendum sem eiga þátttakendur í verkefninu. Þar sem kennslan sem að fram fer í hefðbundnum tímum skilar sér enn frekar inn á heimilið. Foreldrar ættu að njóta þess að taka þátt í starfi barna sinna og vera þeim til halds og trausts þegar heim er komið. Það er einnig von okkar að verkefnið skili jákvæðari viðhorfum til hollrar fæðu.

Leiðir sem valdar voru til að ná markmiðum:

Til að ná þessum markmiðum voru haldin námskeið fyrir foreldra barna í skólanum. Haldin voru alls 6 námskeið auk opins fyrirlestrar.

Námskeiðum var í upphafi skipt eftir árgöngum þannig að foreldrum barna í 6. bekk var boðið á sér námskeið. Síðan foreldrum barna í 5. bekk og svo koll af kolli. Þetta var raunin með 3.-6. bekk en eftir áramótin var ákveðið að hafa námskeiðin opin þannig að það væri meira svigrúm fyrir foreldra að mæta þegar það hentaði þeim. Þá gafst þeim foreldrum sem að ekki höfðu haft tæk á að mæta með sínum árgangi tækifæri á að koma. Báðar leiðir gáfust vel og það sköpuðust líflegar umræður á námskeiðunum.

Námskeiðin voru þannig byggð upp að byrjað var á að kynna starfið í árganginum eða faginu.

Guðmundur heimilisfræðikennari sá um þennan hluta. Sýnd var starfsáætlun, talað um mismunandi tíma, verklagið og verkefnavalið. Auk þess var leitað eftir skoðunum foreldra og ábendingum. Þessar umræður voru bæði fróðlegar fyrir foreldrana en ekki síður fyrir kennarann þar sem hann gat fengið að heyra hvaða áherslur foreldrar höfðu. Það er óhætt að segja að þessar umræður hafi orðið til frekari þróunar á verkefnavalinu næstu misserin.

Að þessum umræðum loknum tók við tími í eldhúsinu. Foreldrarnir fóru í gegnum hefðbundna undirbúningsrúttínu nemenda og hófust svo handa við að baka brauð og búa til súpu. Bæði verkefnin voru fengin úr tímum barnanna sem og þær kennsluáðferðir sem notaðar voru. Foreldrarnir unnu saman tvö og tvö óháð því hvort þau þekktust eða ekki. Þessi stund var tilefni til líflegrar umræðu um námið og skólamál almennt.

Á meðan súpan mallaði og brauðið hefaðist tók Rakel Eva Gunnarsdóttir við og ræddi við foreldrana um mikilvægi samveru og möguleikann á að nota eldhúsið til þess að eiga góðar fjölskyldustundir saman. Rakel er listmeðferðarfræðingur við Barna og Unglingageðdeild LHS. Þar vinnur hún með börnum sem þjást af miklum kvíða. Meðal þess sem hún mælir með við foreldra er einföld samvera

s.s. að elda saman, borða saman og nota litlu tækifærin í lífinu til að gera hversdagslega hluti saman. Rakel ræddi um að oft væru foreldrar að leita að flóknum og dýrum lausnum til að gleðja börnin sín þegar allt sem þau raunverulega vildu væri bara að vera nálægt foreldum sínum og gera „venjulega“ hluti með þeim.

Um þetta sköpuðust miklar umræður. Það er augljóst að margir foreldrar mikla fyrir sér að leyfa börnum sínum að taka þátt í eldhússtörfunum. Þeir eru hræddir við að börnin slasi sig, sóði út eða geti ekki leyst verkefni. Í gegnum afar fróðlegar umræður var oft hægt að benda á góðar leiðir til að hjálpa foreldrum að byrja á þessu verkefni. Þetta voru leiðir eins og að velja ákveðna daga þar sem nægur tími er til að ljúka við verkefnið s.s. laugardaga. Nota hæfilega þung verkefni, byrja snemma á kennslunni og að neyða börnin ekki til að klára öll verkefni. Með þessum hætti geta börnin átt hlut í verkefninu án þess að það verði þrúgandi.

Að lokinni umræðu var súpan smökkuð til og maukuð. Brauðið var formað og sett í ofninn og svo tók Ebba Guðný Guðmundsdóttir við og ræddi við foreldrana um mikilvægi hollrar næringar. Ebba Guðný er kennari að mennt en síðustu ár hefur hún meðal annars gefið út bækur og búið til matreiðsluþætti fyrir mbl.is. Hún er vel þekkt í matar og heilsugeiranum fyrir að vera einlæg og lífleg án þess að detta í miklar öfgar. Af þessum sökum var hún tilvalinn fyrirlesari á þessum námskeiðum. Ebba bjó til mjög vinalegt og opið andrúmsloft og gaf fólki kost á að spyrja um fjölda atriða sem það hefur ef til vill ekki þorað að spyrja um áður. Ebba tók fyrir fjölbreytt umræðuefni en byrjaði alltaf á að tala um mikilvægi góðra olía fyrir líkama og uppvöxt barna. Áhrifa þeirra á heilann, hungurtilfinningu, þroska og einbeitingu. Um miðjan fyrirlesturinn var brauðið tekið úr ofninum og súpan borin á borð. Þátttakendur sátu svo saman og gæddu sér á matnum á meðan umræðurnar héldu áfram. Það hefði auðveldlega verið hægt að hafa umræðurnar mun lengri.

Námskeiðin voru haldin sem hér segir:

- 12. október – 6. bekkur
- 1. nóvember – 5. bekkur
- 15. nóvember – 4. bekkur
- 29. nóvember – 3. bekkur
- 9. maí – opin fyrir alla áhugasama
- 12. maí – opin fyrir alla áhugasama

Alls komu 55 þátttakendur á námskeiðin.

Að auki héldu Ebba Guðný og Guðmundur fyrirlestur fyrir foreldra skólans. Hann var haldin 4. október í sal skólans og markaði upphafið á verkefninu. Með honum var verkefnið kynnt og áhugasömum gefin kostur á að fræðast um leiðir til að auka möguleika barna sinna í skólanum með góðu mataræði. Boðið var upp á fjölbreyttar útgáfur af hafragraut með fyrirlestrinum.

Um 40 foreldrar sóttu þennan hluta verkefnisins.

Frávik miðað við áætlun í upphafi:

Verkefnið var rekið að mestu leiti eins og það var lagt upp í umsókninni. Stefnnt var að því að halda nokkur námskeið en þau urðu 6 allt í allt auk fyrirlestarins sem bætt var inn. Ekki tókst að halda sérstaka kynningu á afrakstri verkefnisins meðal annars vegna fæðingarorlofs verkefnistjórans og anna annarra umsjónarmanna. Verkefnið fékk þó góða kynningu hjá þeim foreldrum sem sóttu það

og enn er spurt um framhald á þessu verkefni. Mjög góð aðsókn var á síðustu tvö námskeiðin sem voru yfirbókuð.

Helstu hindranir sem komu upp við vinnu verkefnisins:

Erfiðast var að finna tíma sem væri vænlegur til árangurs. Nokkrir kvörtuðu fyrir því að námskeiðin hæfustu klukkan 16:00 (því var svo seinkað eftir áramótin til 16:30) en til að ljúka þeim fyrir klukkan 19:00 urðu þau að byrja á þessum tíma.

Þá fór Ebba Guðný til Suður Afríku á tímabilinu. Hennar fyrirlestur var því í gengum Skype (stofan býður upp á þann möguleika). Þetta kom þó ekki að sök nema fyrst eftir að hún fór út þar sem ekki náðist í hana. Raunar kom á óvart hversu vel tókst að halda uppi samræðum yfir hálfan hnöttinn. Hún náði svo að vera á síðustu tveimur námskeiðunum en þá var hún komin heim aftur.

Helsti ávinningur af vinnu við verkefnið, jákvæð atriði sem fylgdu í kjölfarið eða samhliða verkefnisvinnu:

Verkefnið skilaði mjög jákvæðu viðhorfi þátttakenda til kennslunnar og greinarinnar. Það bætti einnig tengsl heimilanna og heimilisfræðinnar. Það eru tengsl sem að eru oft ekki mjög sterk frekar en hjá öðrum sérgreinum.

Verkefnið hefur einnig skilað jákvæðum breytingum inn á heimilin með auknum áherslum á holla fæðu.

Verkefnið hefur líka skilað sér í mun meiri jákvæðni fyrir þátttöku barna í eldhússtörfunum. Flestir fóru heim með það að markmið að auka þátttöku barna sinna í heimilisstörfunum. Búa til pláss fyrir þau og finna verkefni sem að gætu verið góður inngangur að þátttöku þeirra.

Margir lærðu einnig nýja uppskrift og einhverjir uppgötvuðu bakstur aftur (höfðu ekki bakað brauð lengi).

Mat á verkefninu samkvæmt umsókn: -Hefur verkefnið, eða mun það hafa, áhrif á skólastarfið í heild?

Verkefnið hefur haft jákvæð áhrif á skólastarfið. Það sést meðal annars í auknum samskiptum kennara og foreldra. Verkefnið hefur einnig leitt til jákvæðrar umræðu um skólann í nærsamfélaginu og nú síðast í tengslum við hvatningarverðlaun Menntaráðs Reykjavíkur. Verkefnið hlaut þau verðlaun.

Verkefnið hlaut áframhaldandi styrk frá Menntaráði Reykjavíkur.

Aðrir kennara innan og utan skólans hafa sýnt verkefninu áhuga og þeim möguleika sem það eða sambærileg verkefni hafa upp á að bjóða í samskiptum foreldra og kennara.

Niðurstöður verkefnisins:

-yfirlit yfir það sem að fram kom við framkvæmd verkefnisins

Verkefnið sýndi að það er mikill áhugi hjá foreldrum fyrir þessari fræðslu. Þeir vilja vita hvað börnin þeirra eru að gera og þeir vilja taka þátt í skólasamfélaginu. Það þarf hinsvegar að finna farveg fyrir þessa þátttöku. Þetta verkefni með námskeiðsforminu sýndi að það er vel hægt.

Það er jafnfaramt áhugi hjá foreldrum fyrir hollari lífnáðarháttum bæði hvað varðar næringu og samskipti innan fjölskyldunnar. Það er auðvelt að nýta þennan áhuga til að draga foreldra inn í skólasamfélagið og leyfa þeim að njóta þess, ekki bara með því að vera foreldrar heldur líka að vera nemendur.

-náðust markmiðin? Hvað er til marks um það?

Markmið verkefnisins náðust að miklu leiti. Auðvitað er erfitt að meta hvort að það hafi langtímaáhrif en þau viðbrögð sem það hefur fengið sýna að áhugi þátttakenda á að nota eldhúsið sem stað til að auðga fjölskyldulífið er til staðar. Viðbrögðin við fyrirlestrinum um hollari næringu voru einnig mjög jákvæði og til þess fallin að hvetja þátttakendur áfram.

-heldur verkefnið áfram innan skólans eða í öðrum skólum?

Verkefnið mun halda áfram innan skólans. Nú þegar er vinna farin í gang við að þróa það enn frekar. Horft er til þess að gefa fleiri foreldum möguleika á að koma (með tilliti til tímasetningar, lengdar og dagsetninga). Þá er unnið að því að finna fleiri fyrirlesara til að taka þátt í verkefninu og að láta það snúast um meira en bara eldhúsið, matargerð og annað slíkt.

Áætlun um kynningu á afrakstri verkefnisins og helstu niðurstöðum:

Verkefnið hefur verið kynnt fyrir foreldrum og nærsamfélagi skólans í gegnum skólapóst. Það fékk einnig góða kynningu þegar það fékk Hvatningarverðlaun Menntaráðs Reykjavíkur í maí 2011. Stefnt er að því að halda verkefninu áfram næstu árin.

Annað sem ganglegt er að upplýsa stjórn Sprotasjós um:

Verkefnið fékk hvatningarverðlaun Menntaráðs Reykjavíkur árið 2011 sem og styrk frá ráðinu til áframhaldandi þróunar.

Guðmundur Finnbogason
Verkefnisstjóri