

Lokaskýrsla til sprotasjóðs

- Hreyfing til framtíðar -



UMS - 103
2020 -2021

Nafn skóla: Árbæjarskóli

Nafn verkefnisins: Hreyfing til framtíðar

Nafn verkefnisstjóra: Kjartan Stefánsson/Stefanía Lúðvíksdóttir

Númer samnings og hvaða ár verkefnið hlaut styrk: UMS-103

Markmið verkefnis samkvæmt umsókn:

Hugmyndin að verkefninu hafði verið að próast á undanförunum árum og höfðu kennarar verið að prófa sig áfram hvernig hægt sé að mæta þeim áskorunum sem í síauknum mæli blasa við. Bilið milli nemenda sem stunda íþróttir og þeirra sem stunda þær ekki hefur verið að aukast. Má þar helst nefna almenna líkamshreysti og líkamsvitund. Vandinn er síðan tvíþættur: annars vegar nemendur sem stunda litla sem enga hreyfingu og hins vegar nemendur sem geta ekki, þó þeir vildu, stundað almenna hreyfingu sökum líkamlegra vandamála.

Markmiðið var meðal annars að efla líkamsvitund, auka færni og styrkja og efla áhuga nemenda á hreyfingu til framtíðar. Verkefnið miðaði að því að auka sjálfstraust nemenda og hvetja þá til hreyfingar fyrir lífstíð. Með verkefninu vildum við tryggja jafnan aðgang að fjölbreyttu hreyfinámi, þar sem nemendur séu virkir þátttakendur í fjölbreyttri hreyfingu, kynnist fjölbreyttum möguleikum á iðkun innan íþróttafélags (ýmist sér til ánægju eða til að keppa) og innan líkamsræktarstöðvar og fái leiðsögn um það hvernig slík stöð nýtist til iðkunar. Síðast en ekki síst að hjálpa nemendum að átta sig á hreyfímöguleikum í nágrenni heimilis. Í rannsóknnum hefur ítrekað komið í ljós að nemendur í Árbæjarskóla taka ekki eins virkan þátt í hreyfingu, íþróttum og nemendur í öðrum borgarhlutum og veldur það starfsfólki skólans áhyggjum. Íþróttir 7. - 10. bekkjar eru kenndar í Fylkishöll og fannst okkur því kjörið að tengja saman þá aðila sem þar starfa. Einnig stóð til að fara út fyrir Fylkishöllina t.d. í Mesthúsið í Norðlingaholti þar sem aðstaða er fyrir óhefðbundnari íþróttir á vegum Fylkis. Í upphafi verkefnisins ætlum við að vera með einstaklingsfundi til að geta greint þarfir hvers og eins. Skoða ólík viðfangsefni og setja okkur sameiginleg markmið og áherslur út frá því. Á miðju tímabili ætluðum við að gera könnun og endurmat á því hvernig okkur miðaði til að geta brugðist við ef það þarf. Í lok verkefnisins ætlum við setja fram aðra könnun og leggja mat á hvernig okkur hefur tekist til og birta þær niðurstöður.

Reyndin varð sú að okkur tókst ekki að gera þessar kannanir vegna Covid. En við bættum sannanlega við íþróttakennara í hvern aldurhóp þannig að þrír íþróttakennarar voru með hverja tvo hópa.

Leiðir sem valdar voru til að ná markmiði:

Árbæjarskóli samdi við World Class sem er með starfsemi í sama húsi og Fylkir. Nemendur fengu einstaklingsmiðaða námsskrá þar sem aðalmarkmiðið var að virkja alla nemendur til hreyfingar og tileinka sér holla lífnaðarhætti. Keypt voru fjögur þrekhlól ásamt öðrum búnaði til að mæta þörfum nemenda sem eru að glíma við meiðsli og vaxtavarki. Nemendur fóru í göngutúr um Elliðaárdalinn ásamt öðrum verkefnum.

Frávik miðað við áætlun verkefnisins og helstu hindranir sem upp komu:

Covid-19 setti stórt strik í reikninginn og var erfitt að vinna verkefnið. World Class var lokað stóran hluta vetrarins. Hefðbundin íþróttakennsla lagðist niður og erfitt var að fara í heimsóknir og fá utanaðkomandi aðila til okkar vegna sóttvarna.

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

Fjölbreytileiki íþróttatíma og þjónusta við nemendur jókst. Nemendum gafst kostur á því að velja viðfangsefni við sitt hæfi sem ýtti undir aukinn áhuga á hreyfingu.

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

Hugsunin um að hjálpa börnum að finna hreyfingu sem hentar þeim og ná því að auka sjálfstraust nemenda og hvetja þá til hreyfingar fyrir lífstíð er enn til staðar og ætlum við að keyra verkefnið í gegn næsta vetur. Þar sem Covid setti strik í reikninginn á þessu ári ætlum við að hafa áfram þrjá kennara á næsta ári með hverja tvo hópa í 8. og 9. bekk. Við teljum verkefnið það mikilvægt. Við höfum einnig óskað eftir nánari greiningu á gögnum frá Rannsóknnum og greiningu varðandi ýmsa þætt er lúta að hreyfingu en þeir (í samvinnu við okkur) lögðu könnunum fyrir á unglíngastigi skólans nú á vorönninni!

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

Vegna Covid - 19 hafði verkefnið ekki eins mikil áhrif og áætlað var.

Verkefnið heldur áfram veturinn 2021 - 2022 þar sem tveir íþróttakennarar fara með litla hópa inn í World Class.

Áætlun um kynningu á afrakstri verkefnisins og helstu niðurstöðum

Engin kynning verður þetta vorið en vonandi náum við að kynna niðurstöður fyrir starfsfólki Árbæjarskóla vorið 2022.

Annað sem gagnlegt er að upplýsa stjórn Sprotasjóðs um Rekstrarreikningur (Vinsamlegast skilið rekstrarreikningi og undirskrift á sér blaði)

Kostnaður er fyrst og fremst viðbótarkennsla hjá íþróttakennara sem nemur um ½ stöðu eða skv. launadeild Reykjavíkurborgar 4.241.832. – kr.




