

Born to be wild

Trivselsindsats

Indsatsen "Born to be wild" er et fire måneders trivselsforløb, der gennem fysisk aktivitet og fællesskab i den lokale hal styrker elevernes mentale sundhed, selvtillid og sociale kompetencer. Eleverne deltager i boldspil og bevægelse, hvor de oplever glæden ved at være aktive sammen. Underviserne sætter rammen i starten, hvorefter eleverne gradvist overtager ansvaret for aktiviteterne. Eleverne udvikler i den forbindelse også faglige kompetencer i et trygt og inkluderende fællesskab.



Titel: Born to be wild – Leg, Sjov og Bevægelse

Indsatsen *Born to be Wild – Leg, Sjov og Bevægelse* er et fire måneder langt trivselsforløb, der har til formål at styrke elevernes mentale trivsel og skabe fællesskab på tværs af FGU Svejle gennem fysisk aktivitet.

Gennem boldspil og bevægelse i den lokale hal, Svejlehallen, får eleverne mulighed for at opleve glæden ved at være aktive sammen. De opnår samtidig en bedre mental balance og større kropslig bevidsthed. Indsatsen sigter mod at styrke elevernes selvtillid, mod, livsglæde og overskud. Derudover udvikler de sociale kompetencer gennem fællesskab, samarbejde og mødet med nye kammerater på tværs af skolen. Der lægges vægt på at skabe et trygt og inkluderende fællesskab med plads til både grin, kamp, og fælles mål. Det vigtigste er ikke, hvem der vinder, men at alle har mulighed for at være med, grine, bevæge sig og føle sig som en del af noget større.

I opstartsfasen rammesætter underviserne aktiviteterne, hvorefter eleverne gradvist overtager ansvaret for at igangsætte og facilitere spil som fodbold, badminton og stikbold. På den måde opnår eleverne også faglige kompetencer, blandt andet ved at følge regler og instruktioner og ved at tage ansvar for aktiviteterne.

Implementering:

Forløbet er struktureret omkring faste aktivitetstimer, som afholdes 1-2 gange om ugen i Svejlehallen, der bookes til formålet. Forløbet er udviklet i samarbejde med Svejlehallen, hvor bolde, ketsjere og andet relevant udstyr til de enkelte sportsgrene stilles til rådighed.

I opstartsfasen er underviserne tydeligt til stede og rammesætter aktiviteterne med klare instruktioner, hvor underviserne også selv deltager i hver deres aktivitet. Aktiviteterne består i begyndelsen af simple og velkendte spil såsom fodbold, badminton og stikbold for at skabe tryghed og genkendelighed for eleverne.

Med tiden overtager eleverne ansvaret for selv at igangsætte aktiviteterne og tage ejerskab over fællesskabet. Underviserne forbliver dog tilgængelige og støttende under hele forløbet.

Der tages desuden højde for elevernes forskellige forudsætninger ved at give plads til, at nogle i starten blot observerer, før de gradvist deltager mere aktivt i aktiviteterne.

Erfaringer/effekt:

Effekten vurderes løbende gennem observationer og uformel feedback fra eleverne. Evalueringen peger foreløbigt på, at forløbet understøtter både de sociale, personlige og faglige kompetencer – herunder evnen til at følge regler og instruktioner, tage ansvar og samarbejde om fælles aktiviteter.

Forløbet evalueres endeligt inden sommerferien 2025. I den forbindelse tages der også stilling til en eventuel videreudvikling eller udvidelse af samarbejdet med Svejlehallen – herunder muligheden for at inddrage udendørs faciliteter.

Erfaringerne med forløbet viser en tydelig progression i elevernes deltagelse og engagement. Hvor flere i starten holdt sig i baggrunden og blot observerede, er langt de fleste hurtigt blevet aktive deltagere. Mange tager nu selv initiativ til at sætte spil og aktiviteter i gang, som indikerer øget selvtillid, mod og lyst til at indgå i fællesskaber. Underviserne har også observeret en generel stigning i elevernes spontane engagement og en mere positiv stemning omkring det at være fysisk aktive sammen.

”Der er sket noget med fællesskabet på tværs af holdene, som vi ikke har set før. De har fået mulighed for at se hinanden an, og er ikke længere skræmt af at få talt eller grint sammen.”

– Underviser Mads

Eleverne giver desuden udtryk for, at de oplever større trivsel og føler sig mere som en del af fællesskabet.

”Jeg synes 100%, at det har forbedret min trivsel, fordi vi er sammen på en helt anden måde, når vi er i hallen, end hvis vi bare er oppe på skolen. Når vi er i hallen, er der et mega godt fællesskab, det er hyggeligt og vi er sammen som et hold. Vi snakker med nogle, som vi ikke snakker med hver dag, og det er fedt at få mulighed for at lave noget aktivt sammen.”

– Elev Kirstine

Undervisnings- og trivselsforløb

Fagtema/Hold: Omsorg & Sundhed/Byg, Bolig & Anlæg	Tema for forløbet: Born to be wild - Leg, sjov og bevægelse	 fgu NORDVEST SJÆLLAND VIV ED DU KAN
Fag der undervises med: Bedre Mental Trivsel	Varighed af forløbet: 4 måneder	
Mål med forløbet:	Målet er at styrke elevernes mentale sundhed og skabe fællesskab på tværs af skolen gennem bevægelse.	
Kort beskrivelse af forløbet:	Indsatsen bygger på bevægelse gennem boldspil og anden fysisk aktivitet med det formål at få de unge til at røre sig og opleve fællesskabet ved at være aktive sammen. Fysisk aktivitet styrker også det mentale helbred og giver eleverne mere overskud ved at flytte energien fra hovedet og ned i kroppen.	
Konkrete læringsmål, og hvordan de præsenteres for eleven:	Det skal tydeliggøres for eleverne, at det ikke er ”farligt” at deltage i sport eller fysisk aktivitet sammen med andre – heller ikke med elever, de normalt ikke omgås i løbet af skoledagen. Derudover skal det formidles, at sport og bevægelse er godt for både krop og sind. Vi har brug for at grine og arbejde sammen mod et fælles mål – som man gør i f.eks. badminton eller fodbold, hvor man er en del af et hold. Det er desuden en vigtig læring i sig selv blot at møde op i hallen og være en del af stemningen og fællesskabet.	
Undervisningsaktiviteter	Aktiviteterne i hallen kan f.eks. være fodbold, pickleball, badminton, floorball, stikbold m.m.	

Materialer	Der anvendes diverse redskaber og udstyr til de forskellige sportsgrene.
Organisering af undervisningen, der tager højde for deltagerforudsætninger	Undervisningen i hallen er struktureret af underviserne, som de første par gange deltager i hver deres aktivitet: fodbold, badminton og stikbold. Herefter begynder eleverne selvstændigt at starte aktiviteterne op og selv facilitere badminton- og fodboldkampe. Der tages hensyn til elevernes individuelle forudsætninger for at deltage, hvorfor der gives plads til, at de i starten kan observere og på sigt deltage aktivt i aktiviteterne.
Interne/eksterne samarbejdspartnere?	Der er indgået en ekstern samarbejdsaftale med Svebøllehallen.
Bedømmelseskriterier fra læreplan/fagbilag som indgår i dette forløb:	Mental sundhed er vigtig for elevernes trivsel og udvikling, og fællesskabsfølelsen er en forudsætning for at kunne modtage og deltage i læring. Gennem aktiviteterne i hallen arbejder eleverne med netop disse elementer. De styrker deres evne til at indgå i fællesskaber og lærer samtidig at følge instruktioner og regler – eksempelvis i forbindelse med spil og aktiviteter. Dermed understøtter indsatsen flere af målene i fagbilagene.
Hvilken dokumentation skal eleven have i sin portfolio fra forløbet?	Eleven behøver ikke dokumentation i sin portfolio, da projektet er trivselsbaseret.
IPRAKSIS kode eller Link til forløb i teams	Ingen.
Dato for evaluering og justering:	Indsatsen evalueres undervejs og endeligt inden sommerferien i juni 2025 for at evaluere på et længere samarbejde med Svebøllehallen eller sportsbanerne udendørs.