



## Rapport – Fysisk aktivitet i SFO – Vadsø kommune

---

Vadsø, juli 2014.

For skoleåret 2013/2014 har Vadsø kommune ved de to barneskolene Fossen og Melkevarden fått tildelt midler gjennom folkehelsearbeidet i Finnmark fylkeskommune og *Tilskudd til helsefremmende skoler og barnehager i Finnmark*. Tiltaket med å arrangere Idrettsskolen i SFO-tiden på de to skolene har vært gjennomført i samarbeid med flere-idrettslaget Vadsø turnforening (VTF) og folkehelsebedriften Trivselslaben AS i Vadsø.

VTF har bidratt med instruktører/trenere ukentlig til de to skolene. Instruktørene har planlagt, og gjennomført aktiviteter med elevene i samarbeid med personalet på SFO. VTF har, i noen perioder, også invitert elevene som er med på idrettsskolen i SFO tiden inn i sine aktiviteter på ettermiddagstid, og organisert trenere og foreldre som har bidratt til gjennomføringen av disse aktivitetene.

Gjennom Finnmark idrettskrets har VTF med sin instruktør, Anne Johansen, arrangert Aktivetslederkurs for alle ansatte på SFO høsten 2013.

Trivselslaben, ved Lise Aanesen, har vært prosjektleder og hatt hovedansvaret for den overordnede organiseringen og koordineringen mellom alle aktørene i prosjektet. Prosjektleder har også hatt ansvaret for informasjonsarbeid overfor foreldre og ansatte, kontakt ut mot lokal media, veiledning i forbindelse med det praktiske rundt Aktivetslederkurset og organisert instruktører og trenere fra VTF.

SFO-personalet har bidratt på aktivitetene på dagtid samt hatt hovedansvaret for organisering i for- og etterkant av aktivitetene. Personalet har også gjennomført aktivetsleder-kurset på ettermiddagstid.

I starten av prosjektet fikk alle barna på idrettsskolen hver sin gule t-skjorte med VTF logo på. Dette var meget populært og var med på å skape en tilhørighet til idrettsskolen og VTF.

### **Måloppnåelse:**

Hovedmålet for prosjektet har vært å skape et godt og variert aktivitetstilbud i SFO der barna får utvikle seg både fysisk, psykisk og sosialt, hvor de får mulighet til å prøve seg i flere idretter og i flere ulike miljøer, og hvor trygghet og mestringsopplevelser sammen med andre står i fokus.

Dette målet har vi nådd. Gjennom Idrettsskolen har ca. 140 elever delta i aktiviteter som, friluftsliv med lek og aktiviteter ute i skog og mark både høst, vinter og vår. Elevene har blant annet deltatt i skilek, orientering og samarbeidsleker. Inne i hallen/gymsalen har elevene deltatt i turn, ball-lek, bevegelsesaktiviteter og leker som stimulerer til å hoppe, krype, balansere, løpe osv.

I mars/april inviterte håndballgruppa i VTF til minihåndballskole i Vadsøhallen fire ettermiddager. Over 70 barn fra idrettsskolen deltok, og 60 av disse deltok på VTF- håndballturneringen som ble arrangert like over påske.

I mai/juni inviterte VTF-friidrett til aktiviteter på Vadsø idrettspark fire ettermiddager. Her sto løp, hopp og kast på programmet. Ca. 30 barn fra Idrettsskolen deltok på denne aktiviteten.



### **Skisserte resultatmål:**

#### **1. Alle ansatte på SFO på Melkevarde og Fossen er godkjente aktivitetsledere.**

Det ble satt av tid til samarbeid mellom SFO/VTF og Trivselslaben på planleggingsdagen 20. august 2013. Tema som var oppe på dette møtet var blant annet: Hva er idrettsskole? Hvorfor er fysisk aktivitet viktig for barn? Hvorfor idrettsskole i SFO? Hva er personalets rolle? Det ble gjennomført aktivitetslederkurs 16. og 23. September. 7 av 10 gjennomførte aktivitetslederkurset.

#### **2. Fysisk aktivitet er innarbeidet i årsplaner /månedplaner for SFO**

Personalet på SFO er mer bevisst på tilrettelegging for fysisk aktivitet i hverdagen. Skolene har fysisk aktivitet på planen månedlig.

Vi hadde håpet å få til planlagt fysisk aktivitet 60 minutter hver dag i SFO-tiden. Det fikk vi til delvis. På Melkevarde har de stort fokus på å ha utetid hver dag etter skoleslutt samt at de åpner gymsalen etter mat. Her er det barnas frie lek og fysiske utfoldelse som står på programmet.

På Fossen bruker de også gymsalen flittig på ettermiddagene, også her er fet fri lek som dominerer. Det arrangeres også forskjellige typer turneringer i løpet av året (for eksempel hjørnefotball)

#### **3. Alle barn i 1. og 2. klasse har deltatt i idrettsskolen mer enn 24 ganger i løpet av året.**

Det har vært gjennomført i overkant av 90 aktivitetstimer med Idrettsskolen fordelt på de to skolene og på ettermiddagsaktiviteter i perioden september-juni. Ca 40 på Fossen og ca 40 timer på Melkevarde i tillegg til timene på ettermiddagstid. 4 timer er avlyst av forskjellige årsaker. Treningen ble gjennomført med 1. og 2. klasse annenhver uke.

Vi så utpå høsten da vi begynte å ha trening inne at vi hadde behov for å dele gruppen ytterligere da det ble litt liten plass i gymsalen, - særlig på Melkevarde. Gruppene bør nok ikke være på mer enn 15-20 elever pr treningsøkt. Dette hadde også å gjøre med antallet voksne tilstede. Avtalen var 2-3 personalet fra SFO skulle være med, men det var som ofte 1 fra SFO som var med, noen ganger 2.

### **Tilbakemelding fra foreldre/foresatte og barn:**

Tilbakemeldingen har vært overveldende positiv. Veldig mange flere foreldre har blitt kjent med Idrettsskolen og VTF. Barna gir uttrykk hjemme for at de like idrettsskolen og instruktørene opplever ofte å bli stoppet i byen av unger som skal hilse på og som kjenner dem igjen fra idrettsskolen.

Noen foreldre har gitt tilbakemelding på at de liker ideen om idrettsskole i SFO-tiden, men at de savner idrettsskolen på ettermiddagstid slik det brukte å være før. Vi erfarer at dette i all hovedsak er ressurssterke foreldre som er aktive med sine barn. Prosjektet har hatt fokus på å nå ut til de barna som vanligvis ikke deltar aktivt i organisert idrett på ettermiddagstid.

### **Hva kunne vært gjort bedre?**

Vi kunne tidligere delt elevene i mindre grupper og egentlig satt av tid slik at alle barna fikk idrettsskole hver uke. En del unger var utålmodige på å vente 14 dager til det var deres tur å ha idrettsskole igjen.

Etter at vi delte gruppene og hadde 15-20 unger i gruppen ble det for liten tid pr gang.

Det burde vært flere av personalet på SFO med hver gang. Dette fikk vi ikke til å fungere bra nok. Det var i hovedsak 1 med hver gang, og engasjementet til de som deltok fra SFO varierte mye.



IDRETTSSKOLEN

Kanskje burde instruktørene fra VTF også hatt opplegget klart noen dager i forvegen slik at innholdet i timen kunne sendes til SFO i forkant slik at de var bedre forberedt. Rolleavklaringene kunne også vært tydeligere.

Instruktørene fra VTF ser også at det hadde vært på sin plass å vært tydeligere på hva som ligger i begrepet *mestring og mestringsglede*, - og hvordan vi fokuserer på dette gjennom aktivitetene vi holder på med. Det ble til tider litt mye negativt fokus og kritikk fra personalet på SFO slik at barna ikke fikk den mestringsopplevelsen som instruktørene var på jakt etter. Instruktørene fra VTF skulle ønske de hadde brukt mer tid med SFO-personalet på å prate om hvordan man hjelper barna til å mester og føle glede ved aktivitetene.

Aktivitetslederkurset var bra, men en del av deltakere slet med den elektroniske økten som skulle gjennomføres på egenhånd. I ettertid har Norges Idrettsforbund lagt om på de fire modulene i aktivitetslederkurset etter tilbakemelding bl.a. fra kurset som ble gjennomført i Vadsø.

### **Oppsummert:**

Idrettsskolen inn i SFO har i all hovedsak vært en stor suksess. VTF har nådd ut til veldig mange flere barn med sin idrettsskole, flere barn har hatt muligheten til positive opplevelser gjennom fysisk aktivitet og ansatte på SFO har økt sin kompetanse på området.

Vi tror VTF vil oppleve en økning av barn som ønsker å delta i håndball, friidrett og turn fra høsten av (fra 3. klasse) da mange flere er kjent med klubben og har en positiv opplevelse av å delta i aktivitet gjennom klubben.

Det er ønskelig å videreføre prosjektet, og VTF har tatt initiativ til et integreringsprosjekt i samarbeid med asylmottaket og flyktningetjenesten der Idrettsskole i SFO-tiden er et av tiltakene det er ønskelig å videreføre. Med noen endringer som gjøres ut fra de erfaringene vi har etter dette prosjektet.

Vadsø 03.07.14

Lise Aanesen  
Prosjektleder  
Trivselslaben AS

*Vedlegg: Regnskapsrapport prosjekt 1459  
Regnskap med kommentarer*