

Med støtte fra

**TrygFonden**



**TRIVSEL OG BEVÆGELSE I SKOLEN**  
**- 45 MINUTTER OM DAGEN MED KVALITET**



SYDDANSK UNIVERSITET

SDU 

**TrygFonden**

# Trivsel og Bevægelse i Skolen

## Introduktion

# Formål med dagen – formiddag ?

- Vi skal sikre den fortsatte fremdrift i projektet.
- Hvad er skolernes motivation og muligheder, og vi skal arbejde med målsætninger og handlingsplaner for de fire indsatsområder.
- **HVAD SKAL DER TIL FOR AT 'TRIVSEL OG BEVÆGELSE' BLIVER EN FAST DEL AF SKOLENS DAGLIGDAG?**

# Formål med dagen - eftermiddag?

- Formålet med anden del, er
  - dels at genopfriske, forfine og erfaringsudveksle på idrætsundervisningens principper med udgangspunkt i to af de planlagte forløb,
  - og dels at afprøve flere brain breaks og frikvartersaktiviteter på egen krop.

	<b>Bevægelsessalen</b>	<b>Udenfor</b>	<b>Hallen</b>
<b>8.30-9.00</b>	Ankomst og introduktion	-	-
<b>9.00-10.00</b>	Roller og muligheder – om at få alle med	-	-
<b>10.00-10.30</b>	-	Walk 'n talk TBS på jeres skole	-
<b>10.30-11.45</b>	Fra drøm til virkelighed - Mål og handlinger	-	-
<b>11.45-12.30</b>	Frokost		
<b>12.30-14.30</b>	Praktik 2		Praktik 1
<b>14.30-15.00</b>	Afrunding		

## 2016

	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	December
Medarbejder-udvikling	Koordineringsgruppe (KG)						
	Workshop I: Koordineringsgruppen		Workshop II	Workshop III: Frikvarterskursus		Sparring og inspirationsmøde med SDU	
Indsatser	Idrætsundervisning, frikvarter og <u>brain breaks</u>						
				1. temadag og skolernes motionsdag			
Evaluering							

2017

	Januar	Februar	Marts	April	Maj	Juni
Medarbejder -udvikling	Koordineringsgruppe (KG)					
	Workshop IV			Sparring og inspirationsmøde med SDU		
Indsatser	Idrætsundervisning, frikvarter og <u>brain breaks</u>					
			3. temadag			
Evaluering						<u>Endline</u> spørgeskema (elever)
	Proces- spørgeskema (medarbejdere)					Evaluerings- spørgeskema (medarbejdere)



**FLERE SKAL HA' MERE UD AF  
BEVÆGELSE I SKOLEN**

**SUCCESTOPLEVELSER  
MEDSKABELSE OG  
FÆLLESSKAB**

**MÅL OG  
MANGFOLDIGHED**

**IDRÆTSUNDERVISNING,  
FRIKVARTER, BRAIN BREAKS  
OG TEMADAGE**



SDU 

**TrygFonden**

Trivsel og Bevægelse  
i Skolen

Roller og muligheder  
- om at få alle med

**HVORFOR???**

Hvad skal ændres og hvorfor?

# Gruppeopgave

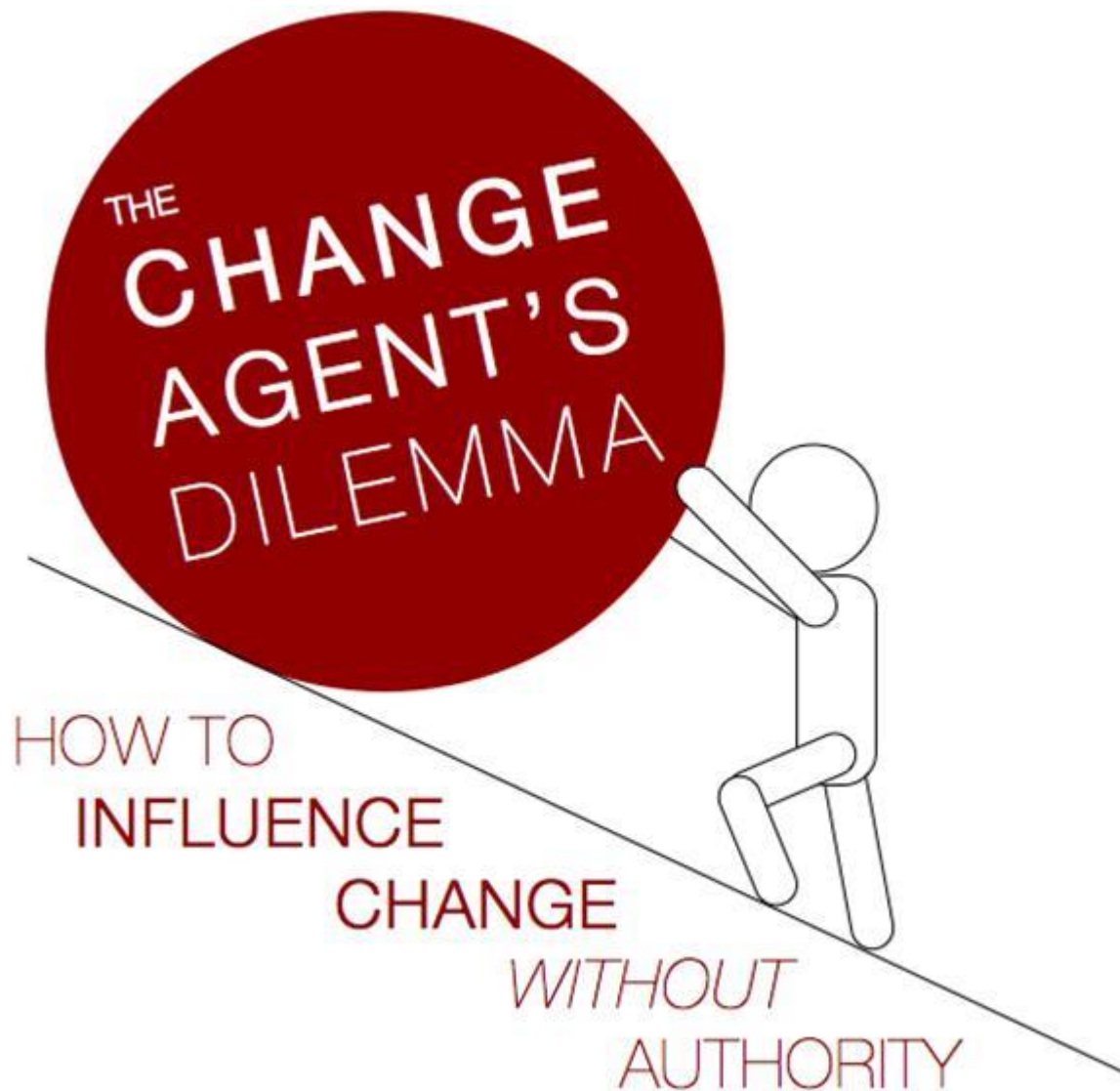
Hvad er den primære grund til at 'Trivsel og Bevægelse i Skolen' er vigtigt for jeres skole?

Er det tydeligt for alle?

Er det accepteret af alle?

Er det udført af alle?

Er det elsket af alle?



Skolens dilemma?  
Projektets dilemma?  
Koordinationsgruppernes dilemma?  
Kollegernes dilemma?

# WIIFM

## WHAT'S IN IT FOR ME?

- Hvad er skolens (og lærerens) grundlæggende præmis
- Hvorfor skulle jeg....
  - Gøre det
  - Inspirere andre
  - Gøre min hverdag (endnu mere) besværlig og udfordrende
  - ....
- Hvilken viden er der brug for?
- Hvilken følelser er der brug for?
- Hvorfor er der nogen der kan (gør) og andre der ikke kan (ikke gør)?

# Typer af beslutninger

- Optional decisions
  - Individet har næsten fuld ansvar for beslutningen
  - Kan være hurtig – oftere hurtigere
- Collective decisions
  - Individet har mindre ansvar for beslutningen
  - Kan være langsom – oftere langsommere
- Emergency decisions
  - Man har ikke noget at skulle have sagt
  - Ofte tilfældet i skolen
  - Den "hurtigste"

Hvem beslutter – hvem udfører – hvem tilpasser

# Accelerating Diffusion of Innovation: Maloney's 16% Rule<sup>©</sup>

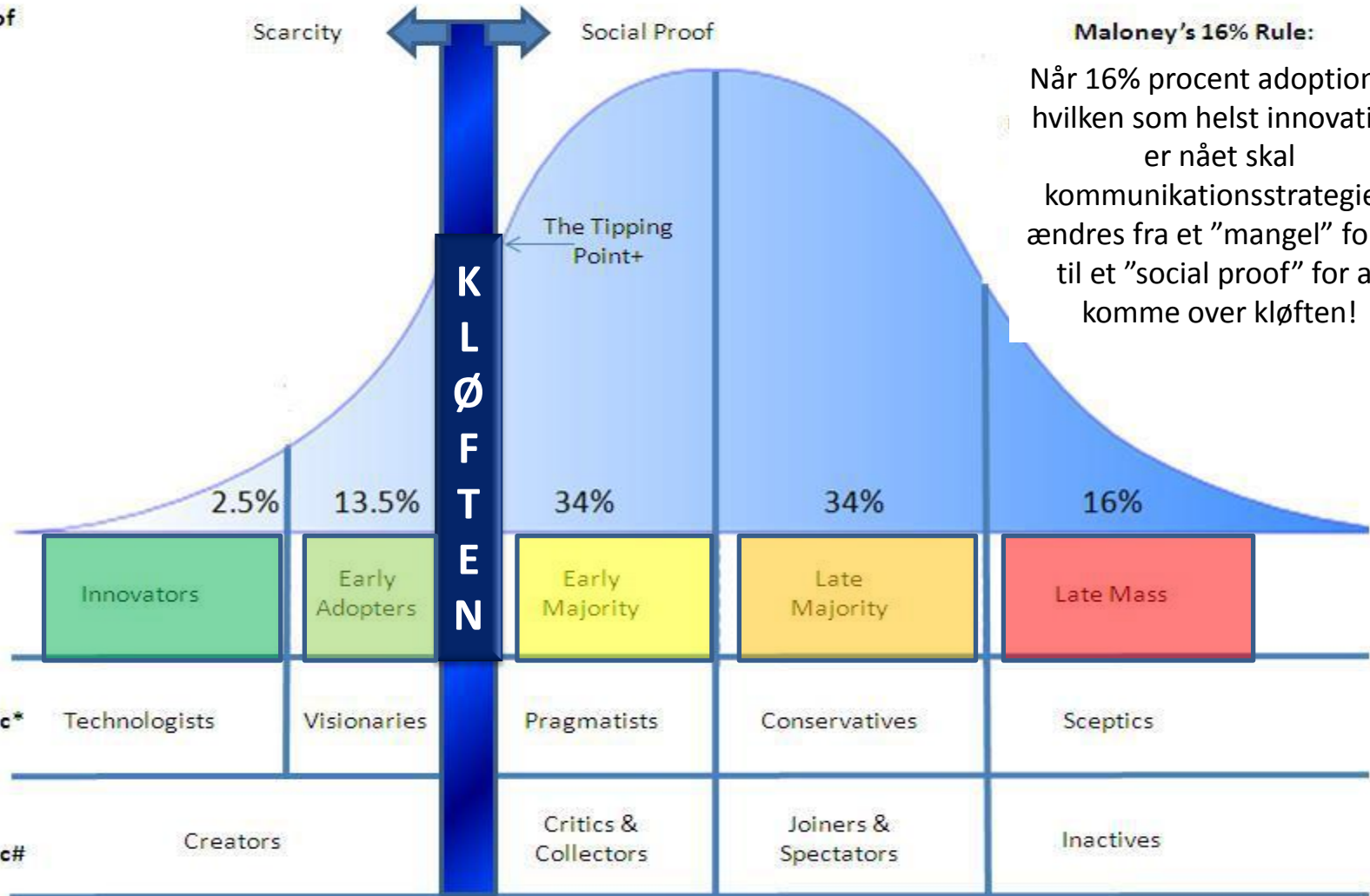
Psychology of Influence<sup>^</sup>

Scarcity

Social Proof

**Maloney's 16% Rule:**

Når 16% procent adoption af hvilken som helst innovation er nået skal kommunikationsstrategien ændres fra et "mangel" fokus til et "social proof" for at komme over kløften!



**KLØFTEN**

The Tipping Point+

2.5%

13.5%

34%

34%

16%

**Adoption Profile\***

Innovators

Early Adopters

Early Majority

Late Majority

Late Mass

**Psychographic\***

Technologists

Visionaries

Pragmatists

Conservatives

Sceptics

**Social Technographic#**

Creators

Critics & Collectors

Joiners & Spectators

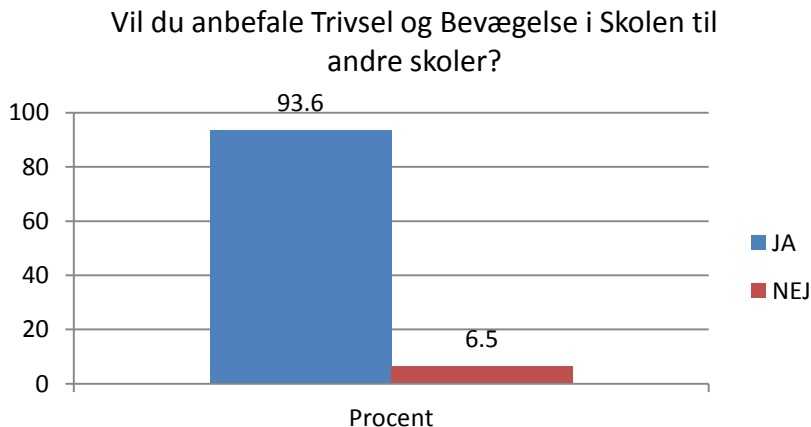
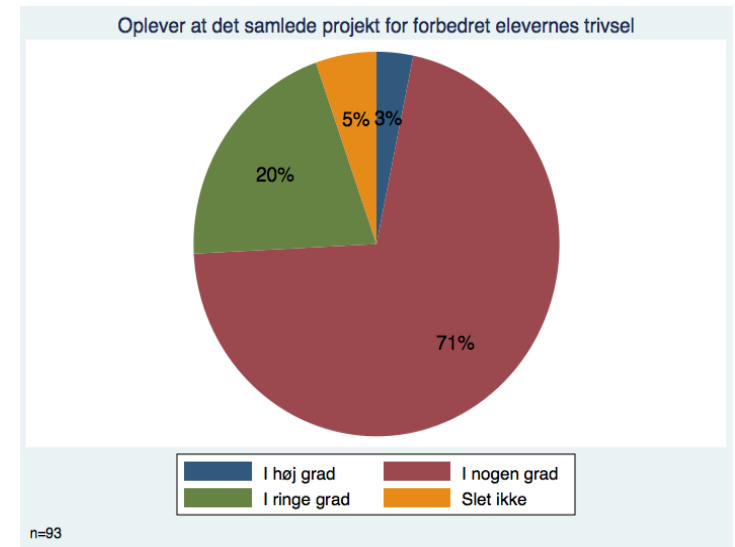
Inactives

<sup>^</sup> Robert Cialdini <sup>\*</sup> Everett Rogers <sup>#</sup> Forrester <sup>~</sup> Geoffrey Moore + Malcolm Gladwell

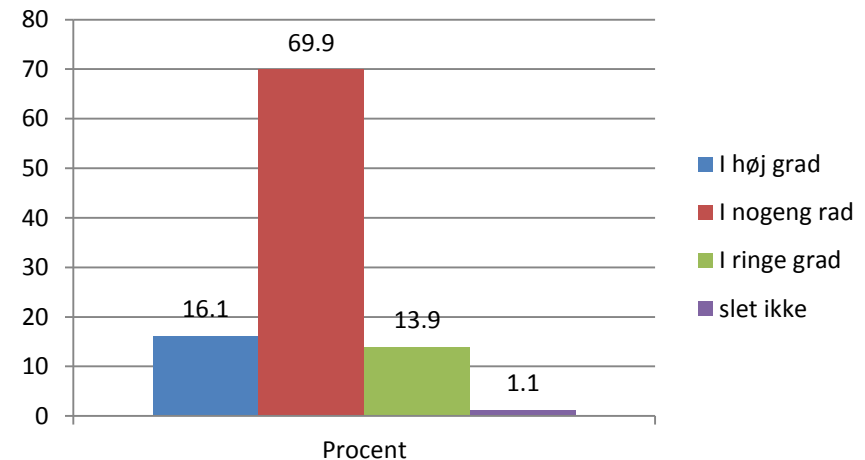
# Diffusion of innovation

- Relativ fordel
  - Oplevelse af T&B som en god ide
  - Graden af tilgængelighed
  - Graden af tilfredshed med T&B

- Kompatibel
  - Passer det ind i skolens virke
  - Tidligere erfaringer med...
  - Egne oplevelser med...
  - Oplevet behov for...



I hvilken grad oplever du at projektets indsatser kan tilpasses din arbejds hverdag?





# Faser i implementeringen

- Videns fase
  - viden om ”produktet”
- Overbevisnings- og beslutningsfase
  - viden om hvad ”produktet” kan gøre for mig
  - Her spiller kollegakontakt og anbefalinger en meget stor rolle
- Langt de fleste i ”late majority” lærer om ”produktet” via interpersonelle kommunikationskanaler – altså meget ofte i samtalerne med kollegerne!

# Faser i implementeringen

- Trialability
  - Prøver nogle dele af hurtigt – er oplevelsen god fortsætter man, hvis ikke dropper man!
- Observability
  - Jo nemmere det er at se resultaterne af det man gør, desto større er chancen for at fastholde
  - Meget ofte kollegaer (i arbejdslivet) der kan understøtte dette
- Re-invention
  - Re-didaktisering

# Hvorfor spiller kolleger så stor en rolle?

- Ofte er der en relativ stor heterogenitet mellem de der gerne vil ændre noget (change agents) og de der er målet for ændringen (udfører)!
  - Politiker - skoleledelse
  - Skoleledelse - lærer
  - Forsker – lærer
  - Lærer - elev
- Det kræve en vis grad af heterogenitet mellem udfører og change agent, men desto større grad at homogenitet på mange andre områder desto større grad af chance for at man tager tiltag til sig og forsøger

# HANDLING

**Skriv jeres handlingsplan ned -  
overbevis ledelse og kollegaer i morgen!**

# Handling

*Spørgsmål/kategorier der kunne danne udgangspunkt for diskussioner*

<b>Relativ fordel</b>	<b>Kompatibel</b>	<b>Trialabilitet</b>	<b>Observabilitet</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Har I oplevelsen af at T&amp;B er en fordel for jer</li><li>• Hvad mangler?</li><li>• Hvordan italesættes fordelene?</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Er der elementer i T&amp;B der er svært kompatible med skolens/din hverdag?</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hvad gør man hvis de første forsøg (ID – BB – FRI) ikke gik som smurt?</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hvordan kan man som kollega understøtte andre kolleger der ikke umiddelbart kan se resultater af indsatsen</li></ul>

## Hvad kan vi gøre ved det?

*Strukturer der kunne understøtte implementering og "daglig drift"*

<b>Videndeling</b>	<b>Sparring</b>	<b>Italesættelse</b>	<b>Formel/uformel</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- I teamet</li><li>- På årgangen</li><li>- På trinnet/afdelingen</li><li>-</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Med koordinatore</li><li>- Med kolleger</li><li>- Med SDU</li><li>-</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Overfor ledelsen</li><li>- Overfor kolleger</li><li>- Overfor elever</li><li>- Over for forældre/bestyrelse</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fast punkt på teammøder</li><li>- Kort info på fællesmøder</li><li>- skoleportal, nyhedsbrev, skoleavis, elevrådsmøde, ...</li></ul>

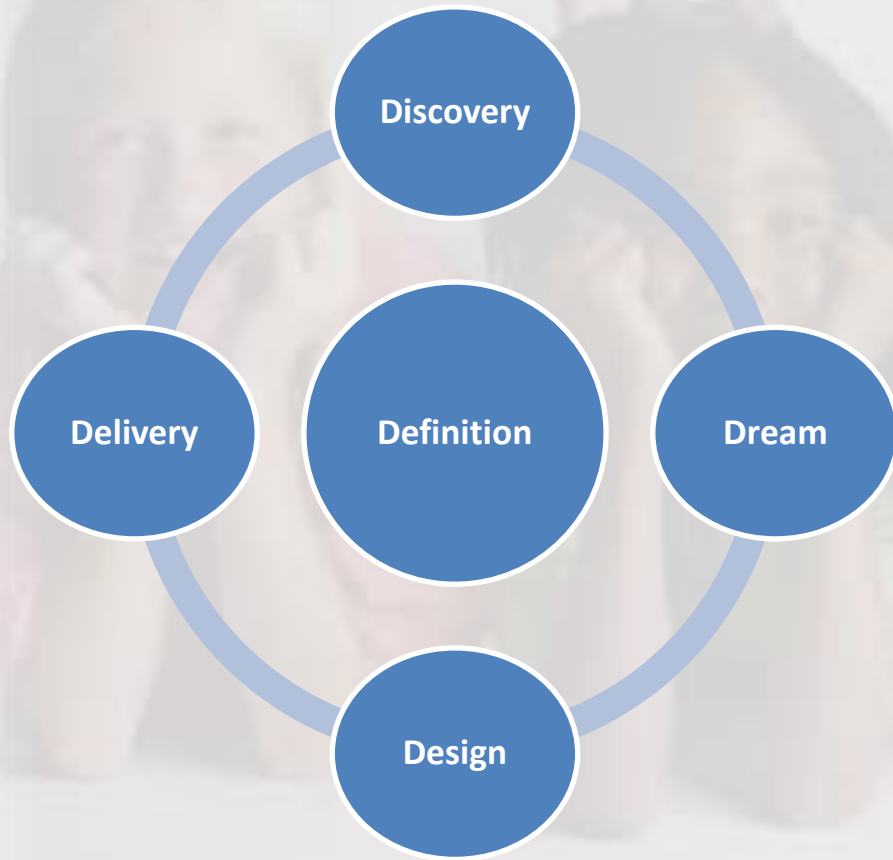
SDU 

**TrygFonden**

Trivsel og Bevægelse  
i Skolen

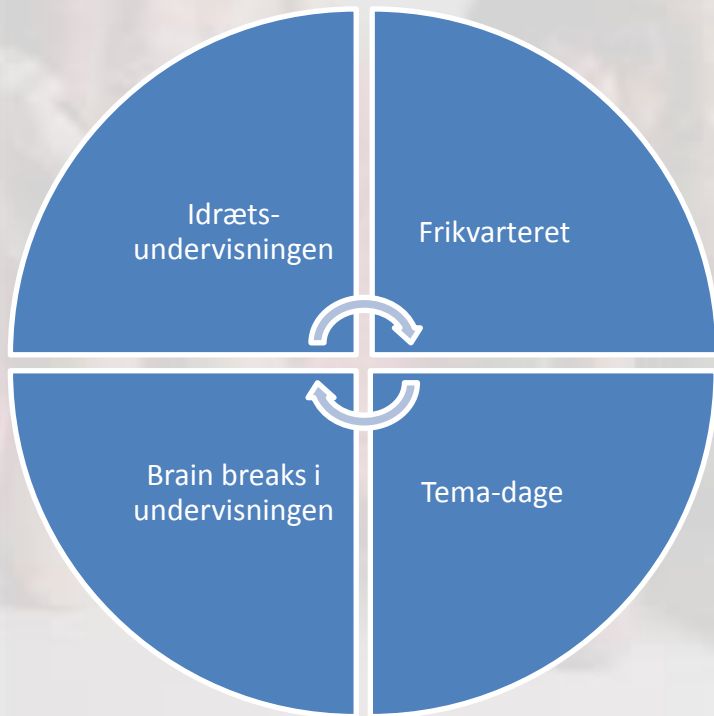
Fra drøm til virkelighed  
- mål og handlinger

# [5-D]



- **Definition** - Definition af det, der skal udvikles.
- **Discovery** – afdække/udforske erfaringer om, hvilke faktorer var afgørende for succes.
- **Dreams** – Hvordan ser det det ideelle forløb/projekt ud?
- **Design** – Hvilke ændringer af dagligdagens praksis skal der til for at realisere drømmescenariet?
- **Delivery** - Hvordan, skridt for skridt, opnår vi drømmen/det perfekte forløb?

# [Discovery & Dreams]



- Hvad lykkes, hvem lykkes og hvornår har vi lykkedes?
- Hvad er de afgørende faktorer for succes?
- Hvad er jeres mål (drøm) for TBS på jeres skole?



Fra vores mening om, hvornår og hvorfor det lykkes – til jeres bud på en handlingsplan



# Brain breaks lykkes, når...

- Der er faste rammer og faste aftaler.
- Når eleverne er forberedt på den efterfølgende aktivitet
- Eleverne ved at brain breaks ikke er et frikvarter
- De er planlagt og tænkt ind i undervisningen – og ikke er til forhandling og diskussion – eller belønning og straf.
- (Når eleverne bliver involveret i udvælgelse og udførsel – især for de ældste)

# Frikvarter lykkes, når...

- Der er tydelighed omkring, hvad det "gode frikvarter" er
- Der er opbakning til at frikvarteret, er vigtigt for elevernes trivsel, og at det er også lærernes ansvar
- De fysiske og sociale rammer er i orden
  - Rekvisitter og områder (variation)
  - Sociale spilleregler (mobil, legeaftaler)
  - Respekt og tolerance



# Idrætsundervisning lykkes, når...

- Underviserne er godt forberedt
- Eleverne forstår at idrætsundervisningen adskiller sig for foreningsidræt – fælles mål (læring og opgaveorientering)
- Team-strukturen; opgave-strukturen; refleksions-tilgangen er accepteret
- Underviserne tør overlade ansvar og indflydelse til eleverne i teams (gensidig respekt).
- Koalition, legitimitet og kommunikation

# Temadage lykkes, når...

- De bliver afholdt og er godt forberedt
- Tovholdere uddelegere til flere
- De giver eleverne og flere lærere mulighed for at være involverede
- De giver elever og flere lærere mulighed for at påvirke deres fremtidige dagligdag

....og så er der frokost!!

