

Nyhetsbrev

Aktuellt från NCFF!

Nu är goda råd enkla

NCFF och Statens folkhälsoinstitut har tagit fram ett nytt inspirationsmaterial kring mat och rörelse i skolan. Materialet vänder sig både till dig som arbetar inom skolan och har elever mellan 13 och 19 år, och till eleverna själva. Tanken med materialet är att det ska kunna ge dig goda idéer och ny inspiration till hur du kan jobba för att stärka och vidareutveckla hälsa i skolan.

Här kan du ladda ner materialet eller beställa ett par exemplar till din skola. www.ncff.nu eller www.fhi.se



Rikskonferens för hälsosamt lärande

- Örebro universitet 7-8 april 2011

Vilka är de och vart är de på väg? Vart är du på väg?

NCFF bjuder in till uppföljaren av succén 2009! Första dagen för alla er som har hälsoutveckling som uppdrag inom skolan. Den andra dagen siktar vi på att vidareutveckla kårandan inom Idrott och hälsa, Hem- och konsumentkunskap samt Fritidspedagogik.

Planeringen har varit omfattande inför Rikskonferensen för hälsosamt lärande den 7-8 april, och det är nu endast ett fåtal platser kvar.

OBS! Sista anmälningdagen är den 21 mars.

För mer information och anmälan besök vår hemsida www.ncff.nu



Vinn en upplevelse

- låt barnen beskriva sin bästa dag på fritids!

NCFF vill uppmärksamma "Fritidshemmets dag" den 10 maj genom att samla in barns tankar och idéer om det bästa med att vara på fritids. Vi vill få in så många roliga bidrag som möjligt där barn beskriver hur en bra dag på fritids ser ut, och hur den bästa tänkbara dagen på fritids skulle kunna se ut. Det bästa bidraget kommer att utses av NCFF och offentliggöras på hemsidan den 10 maj. Priset innebär att NCFF kommer på besök till det fritidshem som skickat in det bästa bidraget. För en halvdag kommer vi där genomföra olika roliga och lärorika aktiviteter tillsammans med både personal och barn.

Mer information om hur bidragen kan skickas in osv. hittar du på vår hemsida www.ncff.nu



Ute är inne 2011

Nu går det att anmäla sig till den omtyckta konferensen - Ute är inne. För tredje gången arrangerarnätverket Utenavet evenemanget mitt i centrala Malmö. Temat är mångfald och lärande i stadens natur- och kulturmiljö och det finns närmare 200 workshoppar att välja emellan. Nytt för i år



är att några av workshopsledarna kommer från våra nordiska grannländer Danmark, Finland, Norge och även Island. NCFE kommer att hålla workshoppar

som t ex "Funny walks" och "Platsens betydelse för leken och spelets pedagogik".

Mer information och det kompletta konferensprogrammet hittar du på Utenavets hemsida www.utenavet.se Där kan du också anmäla dig!

Hälsa på Nobel!

- ett samarbete mellan Nobelmuseet och NCFE.

Ett material som ska inspirera elever att, med utgångspunkt i områdena kemi, fysik, medicin, litteratur och fred, på ett brett och ämnesövergripande sätt bli kreativa upptäckare och forskare med fokus på hälsa och goda matvanor. Utkommer i april så håll utkik på vår hemsida www.ncff.nu

Prisutdelning på Eklundaskolan, Örebro

- vinnare av 2010 års utmaning "Gå och cykla till skolan"

NCFE, som arrangerade utmaningen för femte året i rad, delade ut förstapriset på 10 000 kronor vid en högtidlig prisutdelning på Eklundaskolan. Skolan fick



också ta emot ett pris på 5 000 kronor som Örebro kommun utlyst till bästa Örebroskola!

Läs mer på vår hemsida www.ncff.nu

Nytt lärande skolexempel

- Hisingstorpsskolan i Jönköping!

Hisingstorpsskolan i Jönköping är vårt senaste lärande exempel på hemsidan. En skola som ser till helheten för att främja såväl lärande som hälsa. Kanske kan din skola bidra till att bli nästa lärande exempel?



Vi tar gärna emot förslag och underlag för att kunna lägga ut nya exempel som inspirerar, ger nya idéer osv. när det gäller skolans/fritidshemmets arbete för att t ex främja elevernas daglig fysisk aktivitet eller goda matvanor.

Du som är nyfiken på vad andra lyckats med eller vill bidra själv med något nytt - läs mer på [vår hemsida](#).

Nyhetsklipp

Ett friskare Sverige 2011

Statens folkhälsoinstitut har fått regeringens uppdrag att samordna en uppmärksamhetsvecka kring matvanor och fysisk aktivitet. Veckan går under namnet *Ett friskare Sverige* och är ett samverkansprojekt som syftar till att främja goda matvanor och fysisk aktivitet hos allmänheten, med bl.a. skolbarn och tonåringar som särskilda målgrupper. Veckan genomförs 9-15 maj, 2011.

För mer information [Läs här!](#)

Mål för friluftspolitiken

Naturvårdsverket har fått regeringens uppdrag att utveckla förslag till mätbara mål för friluftspolitiken. Arbetet ska utgå ifrån de tio punkter som utgör grunden för propositionen Framtidens friluftsliv. Detta ska ske i samråd med berörda myndigheter och organisationer. NCCF medverka i två av nätverken som arbetar med detta uppdrag; Fysisk aktivitet, friluftsliv och folkhälsa samt Skolans betydelse för friluftslivet.

Läs hela propositionen [här!](#)

Kunskapscentrum för offentliga måltider

Livsmedelsverket har fått ett regeringsuppdrag att inrätta ett kunskapscentrum inom området Offentlig måltid, som omfattar den mat som serveras inom kommun och landsting. Centrat ska bland annat tillhandahålla kunskaper inom sensorik, måltidskunskap, matlagningssmetoder, hållbara matvanor, upphandling och hygien.

Läs mer på www.slv.se

Starta idrottsföreningar utan tävlingsinslag

Många ungdomar vill bli mer fysiskt aktiva utan att tävla. Därför bör de kommunala idrottshallarna öppnas för mer spontan idrott där fler får också kan prova på olika sporter, skriver Erwin Apitzsch, docent i idrottspsykologi i en artikel i Svenska Dagbladet.

Genom att skapa en arena för samverkan mellan:

- Föräldrar, som vill att deras barn skall vara fysiskt aktiva,
- Idrottsföreningar, som erbjuder idrott i olika former,
- Skolan, som kan svara för lektioner i hälsa, livsstil, kost och motivationsmässigt lägga grunden för livslång fysisk aktivitet och
- Kommunen, som kan ge de lokalmässiga förutsättningarna för spontanidrott, kan vi få fler människor att bli fysiskt aktiva hela livet och därmed må bättre.

Läs hela artikeln!

Pedagogiska verktyg

Matematik i skolans uterum

Nyutgiven bok som fungerar som en praktisk handledning och som utgår ifrån att det är både roligt och lärorikt att flytta ut en del av den traditionella klassrumsundervisningen.

I boken beskrivs 27 matematikaktiviteter som syftar till att förena sinnesupplevelse, fysisk rörelse, aktivitet och lärande. Boken vänder sig främst till blivande eller verksamma lärare i matematik i grundskolans år 3-6, men ska även fungera inspirerade för lärare i svenska, NO och teknik.



Boken kan beställas via www.studentlitteratur.se

Dansa fotosyntesen

Gör fotosyntesen greppbar och konkret genom rörelse. Inspireras av danspedagogen Emelie Bardon blogginlägg där hon beskriver hur hon låtit sina elever dansa fotosyntesen.

Läs hela blogginlägget [här!](#)

Möjligheter i skolskogen

Ett häfte som visar på möjligheter med utomhusundervisning och hur man ordnar en egen skolskog. En uppdaterad version av "Lära med skolskogen" som har gott stöd i både läroplanen och resultaten av den forskning som görs inom området utomhuspedagogik.

För att beställa skriften besök hemsidan www.skogeniskolan.se

Skolskogslådan

En kul nyhet lagom till våren är Skogen i Skolans Skolskogslåda. Ett pedagogiskt hjälpmedel som gör det lätt att komma igång i skolskogen. Lådan innehåller bland annat höjdmätare, såg, kniv, rep, snören, snitselband, röjsnöre, första förband och läromedel. En mängd roliga och givande övningar att arbeta med i skolskogen följer också med lådan som kan beställas vid två tillfällen per år.

Mer information om lådan hittar du via www.skogeniskolan.se

Skolhälsonyckeln

- Ett verktyg för bedömning av skolans arbete med mat, fysisk aktivitet och psykisk hälsa

Arbetet med Skolhälsonyckeln bygger på att skolpersonalen bildar ett hälsoteam bestående av representanter från skolhälsovården, måltidsverksamheten, fritidsverksamheten, ämnes- och klasslärare i t ex Idrott & hälsa och Hem- och konsumentkunskap, samt skolledningen.

Materialet har vidareutvecklats från en amerikansk förlaga, av Karolinska Institutet i samarbete med utbildningsförvaltningen, skolhälsovården och måltidsverksamheten i Österåkers kommun.

Skolhälsonyckeln är gratis och går att ladda ned på Folkhälsoguidens hemsida www.folkhalsoguiden.se

Lästips!

Till dig som är skolledare

Skollagen ställer nya krav på att skolmaten ska vara näringsriklig. Skolledare har stora möjligheter att se till att maten kommer eleverna till godo. Kostchef och kock har kunskap om näringen i skolmaten. Du som skolledare kan påverka att eleverna äter av maten och trivs i restaurangen.

Det nya infomaterialet från Livsmedelsverket kan du ladda hem som pdf [här!](#)

Toronto deklARATIONEN för fysisk aktivitet

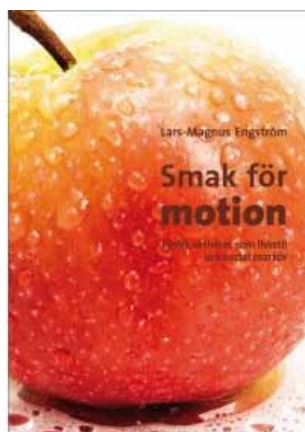
Nu på norska: Et globalt opprop om handling kan laddas hem som pdf [här!](#)

Investeringar som fungerar för fysisk aktivitet

Investeringar som fungerar för fysisk aktivitet, är en ny GAPA (Global Advocacy for Physical Activity) publikation som stödjer Toronto deklARATIONEN för fysisk aktivitet. Det är ett stort internationellt intresse för ökad kunskap om insatser som främjar fysisk aktivitet.

Detta nya dokument, som utvecklats av ledande forskare och praktiker, identifierar de 7 bästa interventionerna som med stort vetenskapligt stöd främjar ökad fysisk aktivitet. Om dessa 7 interventioner genomförs som breda nationella insatser skulle det bidra till att minska förekomsten av livsstilssjukdomar, bidra till att förbättra livskvaliteten och vår livsmiljö.

Ladda hem hela [publikationen som pdf!](#)



Smak för motion

- Fysisk aktivitet som livsstil och social markör

Vilka är det som motionerar och vilken motionsform väljer de? Valet att ägna sig åt motion, liksom smaken för olika aktivitetsformer, är tydliga markörer för social position. Motionsutövning är också uttryck för en livsstil, relaterad till

ålder, klass och kön, och inte minst till erfarenheter från ungdomsåren.

Professor Lars-Magnus Engström presenterar här sin nästan 40 år långa uppföljningsstudie av ca 2000 flickor och pojkar med många nya och överraskande resultat.

För beställning och mer information [Läs här!](#)

Bra mat för unga idrottare

Boken vänder sig till aktiva personer i 11-15 årsåldern och ger bra tips på kostupplägg, visar hur mat fungerar i kroppen och varför det är viktigt att äta olika sorters mat.

För beställning och mer information [Läs här!](#)

Nu är det mat!

- goda vanor och recept för 6-12-åringar

Vad är då bra mat? Hur ofta och hur mycket ska man äta? Kan man äta godis? Varför bör man röra på sig?

Här finns praktiska tips och knep för att skapa bra vanor.

För beställning och mer information [Läs här!](#)

Improving Infrastructures for Leisure-Time Physical Activity in the Local Arena

Europeiska riktlinjer framtagna av IMPALA som vänder sig till målgruppen samhällsplanerare, folkhälsovetare m. fl.

Ladda hem [riktlingerna som pdf!](#)

Aktuell forskning

Lunch och lärande

Vad säger forskningen om skollunchens betydelse för elevernas skolprestation och situation i klassrummet?

Traditionellt har skollunchen ansetts som ett sätt att främja barns hälsa, snarare än att höja studieresultaten. Frågan är om det finns forskning som stödjer att bra skolmat både kan ge bra matvanor och en bättre skola?

För mer information ladda hem [materialet som pdf här!](#)

Var femte svensk första- och andraklassare är överviktig

Barn i områden med låg utbildningsnivå är oftare överviktiga. Det visar den första nationella studien om förekomsten av övervikt bland barn i Sverige.

Studien är en del i ett samarbete mellan 14 europeiska länder kallat The WHO European Child Obesity Surveillance Initiative.

För mer information om studien [Läs här!](#)

På pojkars planhalva

Rapporten från Skolverket är en sammanställning av ämnet idrott och hälsa i grundskolan utifrån ett jämställdhets och likvärdighetsperspektiv med särskilt fokus på bland annat pojkars och flickors attityder till ämnet.

För nedladdning och mer information gå in på Skolverkets hemsida www.skolverket.se



Barndomens förändrade villkor - Förutsättningar för barns lärande i en ny tid

Omvälvande samhällsförändringar har lett till att barndomen snabbt ändrat karaktär. Denna förändrade syn på barndom kommer också att prägla synen på kunskap och lärande.

I översikten beskrivs generella inslag som har stor påverkan på barn som familjemönster, föräldraskap, den mångkulturella skolan och konsumtionskultur. Översikten riktar sig i första hand till personal verksam inom förskola och skola eller till dig som

vill veta mer om barndomsforskningen i relation till synen på kunskap och lärande

För mer information och möjlighet att ladda ner materialet besök Skolverkets hemsida www.skolverket.se

Kometmetoden ger lugnare skolmiljö

Ett ständigt tjtande leder sällan till att eleverna blir mer samarbetsvilliga. Om lärarna i stället blir mer medvetna om sitt eget beteende och hur det påverkar klassrumsklimatet kan det bli ett stöd för dem att hantera stökiga och hyperaktiva elever.

Det visar Martin Karlberg, grundskollärare och fil dr i didaktik vid Uppsala universitet, i sin avhandling "Skol-Komet: Tre utvärderingar av ett program för beteendeorienterat ledarskap i klassrummet".

För mer information om avhandlingen [Läs här!](#)

Den riskfyllda barndomen

Ämnet livskunskap har seglat upp i skolan som ett sätt att lösa skolans sociala uppdrag. Men när ämnet tas upp i klassrummet handlar det snarare om elevers sociala problem eller personliga dilemman än om gemensamma värden i läroplanen.

Det visar Camilla Löf, Malmö högskola, i sin färskavhandling Med livet på schemat. Om skolämnet livskunskap och den riskfyllda barndomen.

För mer information om avhandlingen [Läs här!](#)

Länkar

Skolmatsforum

En kanal för spridning av erfarenheter, goda idéer och recept inom skolmåltider över hela landet – ett slags hjälp till självhjälp, tillgängligt dygnet runt. www.skolmatsforum.se

Föreningen Svenska Skolrestaurangers Framtid

Finns på Facebook och ger daglig uppdatering om vad som händer runt om i landet. www.facebook.com

Fokus matglädje

Fokus matglädje är ett projekt som Hushållningssällskapen framgångsrikt driver i 15 kommuner. www.fokusmatgladje.nu

Kalasguiden.se

Kalasguiden har nu fler än 170 lekar i sitt arkiv. Lekarna passar såväl småbarn, tonåringar och vuxna. www.kalasguiden.se

Lajv i skolan

Skollajv 08 – Guldvittring är en rapport från Södertälje kommun och projekt Guldvittring där 500 mellanstadiebarn fick arbeta med lajv som tema i skolan. Rapporten innehåller en utförlig beskrivning av hur studieplanen såg ut, hur lajvet byggdes upp och vilket material som användes. www.sverok.se

Interaktiv historia

Det historiska material som "Interaktiv Historia" utarbetat till rollspelspaketet är användbart för lärare som vill arbeta med rollspel på exempelvis temadagar. Det omfattar både livet i Sverige och Finland under tidigt 1800-tal och de historiska skeenden som ledde till Finlands splittring från Sverige i och med finska kriget 1808-1809. www.interaktivhistoria.se

Skolbarnens Trafikkalender

Skolbarnens Trafikkalender har i 20 års tid arbetat för en bättre trafiksäkerhet i barnens närmiljö. Genom att tillhandahålla ett omfattande trafiksäkerhetsmaterial till barn, lärare, föräldrar och det lokala näringslivet uppnås samspelet som krävs för att skapa bättre förutsättningar för barnen i trafiken. www.trafikkalendern.com

Övrigt

Barnen sportar inte längre på sportlovet

Det finns 100 000-tals barn som, på grund av familjernas dåliga ekonomi eller föräldrarnas bristande sport- och friluftsintrasse, tillbringar sportlovet inomhus, ofta stillasittande framför datorn.

Denna debattartikel är undertecknad av:

- Hans Gerremo, Ordförande i Svenska Skidrådet
- Maria Mattsson, Ordförande Svenska idrottslärarförbundet
- Bo Sköld, Generalsekreterare Friluftsrådet

[Läs hela debattartikeln!](#)

Hög arbetsbelastning för rektorer påverkar hela skolans arbetsmiljöarbete

Skolförvaltningarna måste bli bättre på att fånga upp och åtgärda bristerna i rektorernas arbetsmiljö. Det konstaterar Arbetsmiljöverket efter inspektioner i 52 västsvenska kommuner.

Endast ett fåtal, 10 procent av besökta förvaltningar, gör vad som krävs för att förebygga stressrelaterad och annan psykosocial ohälsa hos rektorerna.

[Läs mer här!](#)

NCFF Nyhetsbrev

Nyhetsbrev från NCFF utkommer 4 gånger per år och att prenumerera på dessa nummer är helt gratis! Besök vår hemsida www.ncff.nu och anmäl dig! Nästa nyhetsbrev utkommer i slutet av maj och kommer att vara ett temanummer kring skolämnet Hem- och konsumentkunskap.

Om du har några frågor eller önskemål och tips på innehåll, så kontakta oss gärna via e-post: camilla.bergholm@oru.se

Ansvarig utgivare: Charli Eriksson
charli.eriksson@oru.se

Redaktör och layout: Camilla Bergholm
camilla.bergholm@oru.se