

# Kroppsøvingsprosjektet

---

SLUTTRAPPORT

Joensen, Malene

IDRETTSKLYNGE VEST | STYRKE FYSISK AKTIVITET OG KROPPSØVING I BARNEHAGE OG SKULE

## Innhold

Prosjektorganisering.....	5
Frafall i den videregående skolen.....	6
Økonomiske kostnader ved et frafall .....	7
Helse og frafall.....	8
Hvem faller fra?.....	8
Rammer for kroppsøving i den videregående opplæringen .....	9
Kroppsøving som helsefremmende og helseforebyggende fag.....	11
Fravær og frafall i kroppsøving.....	13
Kroppsøving, lægeerklinger og skriv fra helsepersonell .....	14
Oppsummering.....	15
Effekt mål .....	16
Resultatmål.....	17
Økonomiske rammer.....	18
Kommunikasjon og media .....	20
Bakgrunn .....	21
Os-modellen .....	21
Økte ressurser i kroppsøvingsfaget.....	22
Heldagsvurdering i kroppsøving.....	23
Generelt større fokus på gjennomføring og tilrettelegging i faget .....	23
Prosjektskolene ved prosjektets start .....	23
Voss videregående skole .....	24
Kroppsøving i dag: .....	24
Utfordringer i kroppsøving:.....	25
Ønskede tiltak i prosjektet: .....	25
Årstad videregående skole .....	25
Kroppsøving i dag: .....	26
Utfordringer i kroppsøving: .....	27
Ønskede tiltak i prosjektet: .....	27
Prosjekttiltak knyttet til resultatmål 1 og effekt mål 1 .....	28
Ekstra ressurs i kroppsøving.....	28
Studentpraksis.....	30
Heldagsvurdering .....	31
Fagsamling/fagseminar .....	31

Gjennomføring av prosjekttiltak knyttet til resultatmål 1 og effektmål 1 .....	32
Ekstra ressurs i kroppsøving .....	32
Studentpraksis .....	32
Heldagsvurdering .....	33
Fagseminar .....	33
Evaluering prosjekttiltak knyttet til resultatmål 1.....	35
Evalueringsmål 1: .....	35
Fraværstatistikk, yrkesfaglige linjer termin 1 19 og termin 1 20: .....	35
Statistikk over elever uten vurderingsgrunnlag i kroppsøving, yrkesfaglige linjer termin 1 19 og termin 1 20: .....	36
Statistikk over frafall, yrkesfaglige linjer termin 1 19 og termin 1 20: .....	36
Kommentar:.....	37
Evalueringsmål 2: .....	37
Kommentar:.....	37
Evalueringsmål 3: .....	39
Kommentar:.....	39
Bakgrunn .....	40
Prosjekttiltak knyttet til resultatmål 2 og effektmål 2 .....	40
Utarbeiding av mal for fastleger.....	40
Utarbeiding av mal og rutiner for fysioterapeuter/aktivitetspedagoger i spesialisthelsetjenesten. ....	41
Gjennomføring av prosjekttiltak knyttet til resultatmål 2 og effektmål 2 .....	42
Utarbeiding av mal for fastleger og leger i spesialisthelsetjenesten .....	42
Utarbeiding av mal for fysioterapeuter/idrettspedagoger i spesialisthelsetjenesten.....	44
Evaluering prosjekttiltak knyttet til resultatmål 2.....	45
Evalueringsmål 1: .....	45
Kommentar:.....	45
Evalueringsmål 2: .....	45
Kommentar:.....	45
Evalueringsmål 3: .....	46
Kommentar:.....	46
Evalueringsmål 4: .....	47
Kommentar:.....	47
Evaluering av milepælplan .....	48



# 1. Bakgrunn for prosjektet

---

Idrettsklynge Vest (IKV) er en samarbeidsorganisasjon bestående av åtte tunge aktører på fysisk aktivitet, idrett og helse i Bergens- og Vestlandsregionen: Høgskolen på Vestlandet, Universitetet i Bergen, Idrettskretsen Vest, Olympiatoppen Vest, Vestland Fylkeskommune, Bergen kommune, Sportsklubben Brann og Haukeland Universitetssjukehus. ICB legger til rette for samarbeid og møtepunkter på tvers av organisasjonene for å sikre kompetanseutvikling og kompetanseformidling i og utanfor organisasjonen (Idrettsklynge Vest,, u.å).

IKV har flere møteplasser (tidligere *satsningsgrupper*) som jobber med ulike aspekter av fysisk aktivitet, idrett og helse. En av gruppene har tittel «Styrke kroppsøvfingsfaget og fysisk aktivitet i barnehage og skule». Satsningsgruppen, bestående av medlemmer fra alle de åtte aktørene i ICB, jobber med ulike prosjekt som blant annet har mål om å styrke posisjonen til kroppsøvfingsfaget. Et av prosjektene til gruppen har vært «Kroppsøvfingsprosjektet», som har hatt som mål å øke deltagelse og gjennomføring av kroppsøving på yrkesfaglige linjer i den videregående skolen. Prosjektet er dermed i tråd med regjeringens mål i «Kompetanseplattformen – Lære hele livet» (Meld. St. 14, 2019-2020) om at 9 av 10 elever skal fullføre og bestå videregående skole. Prosjektets er også i tråd med handlingprogrammet til Hordaland fylkeskommune 2019-2021 (Hordaland fylkeskommune, Regionavdelinga, Sekjson for næring- og lokalsamfunnutvikling, 2017), hvor man har som mål at 90% av alle elever i videregående gjennomfører opplæringen i løpet av fem år, gjennom blant annet å øke andel elever som får karakter i kroppsøvfingsfaget.

Prosjektet er en videreføring av IKV-prosjektet «Os-modellen» som ble avsluttet våren 2018. I Os-modellen gjennomførte Os Videregående skole i samarbeid med IKV flere tiltak som man så hadde effekt på frafallsstatistikken på skolen. Tiltakene, med lokale tilpassinger, skal i «Kroppsøvfingsprosjektet» overføres til to nye skoler, Voss Videregående skole og Årstad Videregående skole. Gjennom arbeidet med Os-modellen ble det også kjent at kroppsøvfingslærere opplever utfordringer til bruken og utformingen av legeerklæringer

knyttet til fravær i kroppsøving. Denne problemstillingen er en sentral del av «Kroppsøvingsprosjektet», hvor flere av prosjekttiltakene har til hensikt å løse deler av utfordringen.

Kroppsøvingsprosjektet er dermed delt i to målområder:

- 1) Lokale tiltak for å øke deltagelse i kroppsøving på prosjektskolene
- 2) Tiltak for å bedre samhandling mellom skole og helsevesen

Prosjektet startet høsten 2019 og evalueres februar 2021. Prosjektet er finansiert gjennom midler fra Vestland Fylkeskommune (tidligere Hordaland Fylkeskommune), Energisenteret for barn og unge og interne midler i IKV.

## Prosjektorganisering

*Prosjekteier/prosjektansvarlig:* Robert Brancovic

*Prosjektleder:* Malene Joensen

*Styringsgruppe:* Møteplassen «Styrke fysisk aktivitet og kroppsøving i barnehage og skule».

### Effektmål 1:

*Referansegruppe Os:* VGS Espen Rognaldsvåg (kroppsøvingslærer) og Harald Natvik (avd.lærer)

*Kontaktpersoner Voss VGS:* Marin Landmark (kroppsøvingslærer), Marit Rykke (avd.leder)

*Kontaktpersoner Årstad VGS:* Eivind Johansen (kroppsøvingslærer), Sissel Næsheim Riise (avd.leder)

### Effektmål 2:

*Arbeidsgruppe:* Malene Joensen, Harald Hauge, Martin Kvalø

*Eksterne deltakere i arbeidsgruppe etter behov:* Sven Heggheim (Opplæringsavd., VFLK), Jon Andreas Brattberg (Assisterande fylkeslege), Elsa-Kristine Rach (Energiteamet PBU, HBE), Gunn Kvernvik (fysioavd., HBE), Jorun Riise (fysioavd. HBE).

## 2. Faktagrunnlag

---

### Frafall i den videregående skolen

Frafall fra den videregående skolen er en stor samfunnsutfordring. I følge tall på Utdanningsdirektoratet (UDIR) sine nettsider (2019a) for skoleåret 2018/2019 var det 3,4% elever på landsbasis som avbrøt skoleforløpet sitt uten å ha fullført. I samme tidsperiode var det 3,7% elever i Hordaland som avsluttet videregående opplæring uten å ha fullført. Ser man på andel elever som har fullført videregående innen fem år, fullfører 74% av elevene den videregående utdanningen på landsbasis, og vi finner tilsvarende tall for Hordaland (Utdanningsdirektoratet, 2019b).

Antall elever som fullfører studieløpet innen fem år var i 2017 60% på yrkesfaglige program mot 90% på studieforbredende program (NOU 2019:2). Med tanke på at yrkesfaglige program er minst fire år (to år videregående skole pluss to år i lære) er disse tallene noe misvisende i studieforbredede programs favør; Ser man derimot på fullføringsgraden på yrkesfaglige linjer etter *mer* enn fem år, øker nemlig andel fullførte studieforløp til 70% på yrkesfaglige linjer. Likevel ser vi at det er flere som fullfører studieforbredende forløp enn yrkesfaglige forløp.

Ikke-fullført videregående opplæring eller manglende vitnemål gjør at eleven ikke har mulighet til å søke seg inn på høyere utdanning. Samtidig vil mangelfull videregående opplæring og høyt fravær gjøre det utfordrende for elever og skaffe seg læreplass. I tillegg vil elever som ikke fullfører videregående skole trolig ha større utfordringer med å få en stabil tilknytning til arbeidsmarkedet (NOU 209:2), noe som kan forklare hvorfor personer uten fullført videregående skole er høyere forbrukere av trygdeordninger. Sannsynligheten for å bli uføretrygdet er høyere for individ som har grunnskole som høyeste utdanningsnivå enn for individer med høyere utdanningsnivå (Bruusgaard et al, 2010). I Norge mottar seks til tolv prosent i alderen 20 til 34 år en form for offentlig stønad, og andelen er økende (Bergsli, 2013).

Å igangsette tiltak som øker gjennomføringen i videregående skole, særlig på yrkesfaglige linjer, kan dermed tenkes å redusere individets sannsynligheten for å bli uføretrygdet, samt redusere andelen unge voksne som behøver offentlig stønad.

### Økonomiske kostnader ved et frafall

Det er betydelige offentlige utgifter knyttet frafall fra den videregående skolen.

Falch et al (2009) har beregnet kostnadene staten bærer ved et frafall fra den videregående skolen ut i fra den forventede arbeidsinntekten individet har dersom han/hun fullfører videregående skole (inntektseffekt). Dette vil være et indirekte mål på skatteinntekter fra individet til staten, og på trygdeutgifter fra staten til individet. Forfatterne har tatt utgangspunkt i ulike nivåer av inntektseffekten og trygdeutbetalinger, og kommet frem til at et frafall ville i 2008 bære nå-verdien 900 000 kr (lav inntektseffekt, lav stønad) til 1 470 000 kr (høy inntektseffekt, høy stønad) for staten. Dette inkluderer utgifter som er direkte knyttet til avbrutt skolegang. Videre konkluderer forfatterne med at dersom man klarer å redusere frafallet fra den videregående skolen med en tredjedel, fra 18 000 frafall til 12 000 frafall per årskull elever, så vil dette gi en aggregert kostnadsreduksjon på 5,4 milliarder 2008-kroner per årskull.

Vinje og Bredesen (2016) beregner at det økonomiske tapet det offentlige genererer per individ som ikke fullfører videregående skole, vil være 6,4 millioner 2016-kroner per arbeidsliv. Et arbeidsliv blir i rapporten definert som 44 år. Tapet skyldes at individ som fullfører videregående skole betaler lavere skatt (inntekt til staten) enn det individet får tildelt av trygd (utgift for staten). Tapte kostnader knyttet til avbrutt skolegang er ikke medberegnet i rapporten.

Å forebygge frafall og igangsette tiltak som øker gjennomføring av den videregående skolen kan altså spare både individ og det offentlige for store inntektstap på kort og lang sikt.



## Helse og frafall

I rapporten til Bergsli (2013) er helsemessige konsekvenser ved frafall fra den videregående skolen hvor arbeidsledighet er utfallet, omtalt. Hun trekker blant annet frem at det er høyere forekomst av angst, depresjon og dårlig selvbilde hos arbeidsledige. Mentale helseutfordringer er også forbundet med sosial isolasjon, som gir ytterligere negative konsekvenser for helsen. Motsatt er det vist at utdanning og høyere inntekt gir mulighet til bedre boforhold, ernæring, helseordninger og tilgang til informasjon om positive helsevaner, og at utdanning i seg selv er assosiert med bedre helse.

Tiltak for økt gjennomføring av videregående opplæring kan derfor spille positivt inn på helsen til individet på kort og lang sikt.

## Hvem faller fra?

Studier viser at det i større grad er gutter enn jenter som faller fra den videregående opplæringen (NOU: 2019:2). I følge Bergsli (2013) er unge med nedsatt funksjonsevne, barnevernsklineter og sosialmottakere særlig sårbare grupper for både frafall og for konsekvensene et frafall gir. Unge med nedsatt funksjonsevne omfavner unge med reduserte psykiske, fysiske og kognitive funksjonsevner. Unge med nedsatt funksjonsevne har vanskeligere å komme seg inn i arbeidsmarkedet enn andre. Sannsynligheten for å faktisk få en jobb øker likevel med høyere grad av utdanning. Å hindre frafall fra videregående opplæring gjennom tilpasset og tilrettelagt opplæring hos denne gruppen kan derfor tenkes å være ekstra viktig for individets helse og sosioøkonomiske status.

Videre viser Bergsli (2013) til at elever som selv vurderer sin helse som middels eller dårlig vil ha større sannsynlighet for å falle ut av videregående, og at ungdom som har hatt dårlig helse i barne- og ungdomstiden øker risikoen for frafall fra den videregående opplæringen. I en studie av Markussen og Seland (2012) konkluderes det med at 42,2% av frafallene i videregående opplæring i Akershus er knyttet til psykisk helse. Særlig har elever med internaliserte mentale helseproblemer (depresjon, angst, spiseforstyrrelser) og

eksternaliserte mentale helseproblemer (aggresjon, atferdsproblemer, opposisjon, kriminalitet), samt ADHD, større sannsynlighet for å ikke fullføre opplæringen.

I en rapport for SINTEF av Kaspersen et al (2012), blir det trukket frem at det ikke er en enkeltfaktor som fører til fravær og frafall, men et kompleks sammensetning av det forfatterne kaller nærværsfaktorer (hvorfor en elev velger å gå på skolen) og fraværsfaktorer (hvorfor en elev velger å ikke gå på skolen). Av fraværsfaktorer blir blant annet dårlig relasjon til lærer og medelever, lærere med liten tid, vilje og/eller evne til å se den enkelte, frustrasjon over manglende mestring og lite tilpasset opplæring trukket frem. Av nærværsfaktorer nevner forfatterne *den gode læreren* som den viktigste faktoren. Dette blir beskrevet som en lærer som ser og tar seg tid til den enkelte elev. Andre nærværsfaktorer som blir nevnt er mestringsopplevelser, individuell oppfølging, utfordringer på riktig nivå, variasjon, motivasjon og trygghet.

Bergsli (2013) henviser i sin rapport til en spørreundersøkelse fra 2008, hvor lærere fra yrkesfaglige linjer forteller at tett oppfølging og tid til den enkelte elev, samt bedre samarbeid mellom ungdomsskole og videregående skole kan bedre oppfølgingen av enkeltelever og redusere frafallet.

Å gjennomføre tiltak som reduserer fraværsfaktorer, øker nærværsfaktorer og øker tiden læreren har til den enkelte elev, særlig hos elever med internaliserte og/eller eksternaliserte mentale helseproblemer, kan derfor tenkes å ha positive effekter på deltagelse og gjennomføring av videregående opplæring.

### Rammer for kroppsøving i den videregående opplæringen

I Læreplan for kroppsøving (2020a) og Fravær i videregående (2020b) på

Utdanningsdirektoratet sine nettsider, er rammer for kroppsøving i den videregående skolen beskrevet.

Den nye læreplanen i kroppsøving innføres høsten 2021 i VG1 og VG2, og høsten 2023 i VG3. Den nye læreplanen setter stort fokus på bevegelsesaktivitet, lek og øving, og skal bidra til å «Motivere elevene til livslang bevegelsesglede og til å holde ved like en fysisk aktiv og helsefremmende livsstil ut fra egne forutsetninger» (Utdanningsdirektoratet, 2020a). Den nye læreplanen vil i større grad enn tidligere læreplaner fokusere på bevegelsesaktiviteter, helse og selvbilde, og i mindre grad på idrett og idrettslige aktiviteter.

Kroppsøving er et totimers fellesfag på i den videregående opplæringen. Med andre ord må alle elever, uavhengig av studieprogram, gjennom to skoletimer med kroppsøving i uken. Elever som ikke deltar i kroppsøving uten dokumentasjon tilsvarende 10% av det totale timetallet for faget i løpet av en termin, har *ikke vurderingsgrunnlag* i faget (IV) for denne terminen. Det betyr at eleven blir stående uten karakter i faget. Siden faget er et relativt lite fag med sine to timer i uken, vil det være relativt få timer med fravær som skal til før eleven har nådd grensen på 10%.

Elever kan få godkjent fravær over 10% dersom eleven har gyldig dokumentasjon. Likevel, overstiger fraværet et visst nivå, vil kroppsøvingslærer ikke ha mulighet til å sette karakter på eleven – rett og slett fordi læreren ikke har sett eleven tilstrekkelig i faget til å kunne si noe om hans/hennes faglige ferdigheter. At eleven deltar i faget til tross for særskilte behov, som for eksempel som følge av en skade eller sykdom, kan derfor være viktig for å få karaktergrunnlag i kroppsøving.

Kroppsøvingsfaget skal på lik linje med andre fag legge til rette for at elever med særlige behov skal få faget tilpasset sine ferdigheter. Fritak fra faget skal kun gis når det ikke er mulig å tilrettelegge for eleven, og der fagets gjennomføring vil være til skade for eleven. Fritak fra opplæring gis av rektor etter søknad og fremvisning av legeerklæring som dokumenterer elevens behov for fritak.

*Elevar som ikkje kan følgje opplæringa i kroppsøvingfaget, skal få tilrettelagd opplæring så langt dette er mogleg for eleven. Elevar kan få fritak frå vurdering med karakter i faget når den tilrettelagde opplæringa eleven får ikkje kan vurderast med karakter. Avgjerda er eit enkeltvedtak. Fritekne elevar skal ha halvårsvurdering og anna undervegsvurdering utan karakter.*

(Forskrift til Opplæringsloven, 2020, §3-23).

I videregående skole er alle kroppsøvingslærere faglærere, det vil si at de minst har en 3-årig bachelorgrad på høyskole eller univisitet innenfor kroppsøvings -og idrettsfag (Utdanningsforbundet, u.å.). Kroppsøvingslærere i den videregående skolen har med andre høy faglig kompetanse til å kunne tilrettelegge for elever med særlige behov i kroppsøving.

Eleven kan også søke om fritak fra vurdering med karakter. Eleven får da halvtårsvurdering og annen undervegsvurdering, men uten karaktervurdering. Eleven er på lik linje med sine medelever pliktig å møte i timene og følge undervisningeopplegget i den grad eleven mestrer det ut i fra sine forutsetninger. Fritak fra vurdering med karakter er særlig aktuell for elever med langvarig sykdom, skade eller funksjonsutfordring.

### **Kroppsøving som helsefremmende og helseforebyggende fag**

Personer som er aktive gjennom hele livet vil oppnå en bedre fysisk og psykisk helse enn de som er inaktive. Regelmessig fysisk aktivitet forebygger en rekke sykdommer som hjerte- og karsykdommer, diabetes, flere kreftformer, muskel- og skjelettplager, og kan redusere risikoen for tidlig død (Helsedirektoratet, 2019a). Fysisk aktivitet kan «Gi glede, mestring opplevelser, tilhørighet, sosialt samvær, livskvalitet, frihet og mulighet for utfoldelse fra egne forutsetninger» (Helse- og omsorgsdepartementet, 2020).

Vi finner systematiske forskjeller i helsetilstand ut i fra sosioøkonomiske faktorer som yrke, utdanning og inntekt (Helsedirektoratet, 2018). Enkelt kan man si at jo bedre sosial og økonomiske forhold du lever i, jo bedre er helsen din. Regelmessig fysisk aktivitet er med

andre ord en viktig faktor for et langt og godt liv. Barn og ungdom som er i regelmessig fysisk aktivitet øker sannsynligheten for å også være i regelmessig fysisk aktivitet som voksne (Folkehelseinstituttet, 2016).

Vi vet at under halvparten av norske jenter og gutter oppfyller myndighetene sine råd om 60 minutters fysisk aktivitet hver dag (Helsedirektoratet, 2019b). Fysisk aktivitet gjennom skolen blir derfor viktig for å bidra til at minimumsanbefalingene blir fulgt, både direkte gjennom felles aktivitet, men også indirekte gjennom å skape bevegelsesglede, mestring og motivasjon til å være i fysisk aktivitet på egenhånd.

Kroppsøving kan, særlig for elever som i liten grad er aktive på fritiden, dermed være en viktig bidragsyter til at eleven når myndighetene sine anbefalinger for fysisk aktivitet i løpet av den dag, og dermed også være en viktig bidragsyter til at eleven innhenter de helsemessige fordelene fysisk aktivitet gir.

Videre vet vi at fysisk aktivitet kan bidra til bedre læring (Kolle et al, 2019). Kroppsøving kan på så måte bidra til bedre læring og prestasjon i andre fag enn kroppsøving alene.

I den nye læreplanen i kroppsøving er det lagt opp til at eleven i større grad «Skal utforske egen identitet og selvbygge og forstå sammenhengene mellom bevegelse, kropp, trening og helse» (Utdanningsdirektoratet, 2018). Dette er egenskaper som er viktige å ha med seg resten av livet; Å vite hvordan man kan være i fysisk aktivitet og ha grunnleggende kunnskap om hvordan man kan trene ulike fysiske ferdigheter, kan bidra til økt fysisk aktivitet gjennom hele livsløpet. Deltagelse i kroppsøving kan på denne måten bidra til bedre helse hos eleven, også i det lange løp.

## Fravær og frafall i kroppsøving

Tall fra skoleåret 2017-2018 (Utdanningsdirektoratet, 2018) viser at kroppsøving VG2 er det fellesfaget flest elever får karakteren IV (ikke vurderingsgrunnlag) i, hvor 3% av elevene får denne karakteren.

I et intervju med Tormod Korpås, Leder i Utdanningsforbundet utført av NRK i 2018 (Wernersen, 2018), uttaler den mangeårige rektoren at høyt fravær og høy IV i kroppsøving skyldes at kroppsøving stiller helt andre krav til kropp, utsende og prestasjon enn andre akademiske fag. Elever kan ikke gjemme bort dårlige prestasjoner og prøver i skolesekken - i kroppsøvingfaget blottlegges den faglige prestasjonen istedenfor foran hele klassen. Garderobesituasjon blir også trukket frem som en faktor som gjør at mange elever kvir seg for kroppsøving.

Erfaringer fra kroppsøvingslærere på prosjektskolene og fra kroppsøvingslærere sittende i prosjektgruppen bygger opp under disse påstandene. Erfaring blant kroppsøvingslæreren viser også at fravær fra kroppsøving er høyere hos elever som faller ut av videregående opplæring enn hos andre. Med andre ord starter frafallet fra den videregående opplæringen med frafall i kroppsøving, og det er derfor nærliggende å tro at tiltak mot fravær og frafall i kroppsøving kan bidra til å redusere frafallet i den videregående opplæringen.

Säfvenbom et al (2016) viser i sin studie at det er gjerne de som ikke er i (organisert) aktivitet på fritiden som mistrives i kroppsøving. Helsedirektoratet (2019b) sine råd om 60 minutters fysisk aktivitet om dagen blir da vanskelig å følge for elever som faller fra kroppsøving.

Vi vet at lærlingbedrifter velger elever med gode skoleprestasjoner og lavt fravær (Bergsli, 2013), og at høyt fravær dermed kan gjøre det vanskelig å få seg lære plass. Erfaring fra prosjektskoler viser at lærlingbedrifter er særlig opptatt av karakter og fravær i gym. Det kan tenkes at lærebedriftene ser på kroppsøving karakterer som en indikator for eleven sin

fysiske helse, som kan si noe om hvor arbeidsfør eleven er i fysisk krevende yrker som tømrer, helsefagarbeider og andre yrkesfaglige yrker. Tilstedeværelse og deltagelse i kroppsøving kan derfor tenkes at er særlig viktig for elever på yrkesfaglige program for å sikre læreplass, men også for å legge et godt grunnlag for en sunn og sterk kropp som tåler en fysisk krevende jobb i et langt arbeidsliv.

### Kroppsøving, legeerklæringer og skriv fra helsepersonell

Selv om barn og ungdom har en tilstand som gjør at de treng tilsyn av lege, mener vi at de aller fleste likevel kan delta i kroppsøvingstimene. Noen kan delta som alle andre, andre trenger tilpasset opplegg i større eller mindre grad. Som vi har sett i forskrift til Opplæringslova §3-23, så skal fritak fra kroppsøving kun benyttes når *tilrettelegging ikke* er mulig.

Vi vet at måten fysisk aktivitet tilrettelegges på, vil ha stor betydning for motivasjonen en ungdom har for å være i fysisk aktivitet (Fjørtoft et al, 2018). Å få tilrettelagt kroppsøving etter sine behov og sitt utgangspunkt kan gjøre at eleven opplever mer mestring i aktivitet, og dermed også at mer motivasjon og glede i fysisk aktivitet, som kan bidra til at eleven vil fortsette å være fysisk aktiv i kroppsøvingstimer og på fritiden.

Likevel, erfaring fra kroppsøvingslærere tilsier at mange barn og unge med en sykdomstilstand, samt deres pårørende, ofte kan være engstelige for å deltakelse i kroppsøving og fysisk aktivitet. Mange etterspør derfor (fast)legen sin etter en legeerklæring for å få dokumentert og godkjent fravær fra kroppsøving for en kortere eller lengre periode. Selv om legeerklæringene er ment som en *anbefaling* fra legen til skolen, ligger det en forventning hos elev og pårørende om at eleven ikke skal ha kroppsøving, selv der tilrettelegging og dermed deltagelse i faget er fullt mulig. Skolene opplever at det er vanskelig å overprøve en legeerklæring, og at elever det er fullt mulig å lage et tilpasset

kroppsøvingsopplegg, benytter en legeerklæring for å slippe å delta i timene.

Skolene opplever også at mange legeerklæringer er for generelle og ikke veiledende for hva eleven kan gjøre og ikke gjøre i kroppsøving. Å individuelt tilrettelegge undervisningen i faget kan derfor bli utfordrende når man ikke vet hva som gjør at eleven ikke kan delta i ordinært opplegg, og om det eventuelt er noen aktivitetsformer som kan være til skade for eleven. Skrivet fra legen til kroppsøvingslæreren kan med andre ord være et viktig verktøy for kroppsøvingslæreren for å kunne lage et tilpasset aktivitetsopplegg, og det bør derfor utformes på en måte som gjør at det er nyttig for begge parter.

Det kan også tenkes at måten og i hvilken grad helsepersonell omtaler og oppfordrer til fysisk aktivitet kan påvirke deltagelse i kroppsøving. Det er nærliggende å tro at informasjon om og «ufarliggjøring» av fysisk aktivitet fra helsepersonell til eleven selv og hans/hennes pårørende kan påvirke eleven positivt med tanke på deltagelse i kroppsøving. Dersom en fagperson sier at til en elev at fysisk aktivitet er lite farlig, *kanskje til og med bra (!)*, for den tilstanden eleven har, kan man trolig påvirke elevens vilje og lyst til å være i fysisk aktivitet.

At fysisk aktivitet er ufarlig og viktig for helse og utdanning, vil derfor kunne være viktig at kommer frem i et skriv fra helsepersonell, og viktig at kommer frem i samtale med andre ressurspersoner, som kroppsøvingslærer, kontaktlærer, rådgiver og helsesykepleier.

## Oppsummering

Oppsummert ser vi at deltagelse i kroppsøving er viktig for helse og livskvalitet, både direkte gjennom å øke eleven mestring, sosiale og motoriske kompetanse og gjennom sin tidsbruk på i fysisk aktivitet, men også indirekte gjennom å bidra til vitnemål, lærlingplass og mulighet for høyere utdanning. Legeerklæringer og skriv fra helsepersonell kan være en viktig faktor for eleven sin deltagelse i faget.



# 3.Mål i prosjektet

---

## Effektmål

Med bakgrunn i faktagrunnlaget bak prosjektet og erfaring fra involverte parter i prosjektet, har Kroppsøvingprosjektet følgende to effektmål:

### 1. Øke deltagelse og gjennomføring av kroppsøvingfaget hos elever i videregående opplæring i Vestland Fylkeskommune.

---

Tiltak:

- Ekstra ressursar i kroppsøvingfaget
- Tilrettelegge for erfaringsutveksling og kompetanseheving blant kroppsøvingslærere
- Implementere heldagsvurdering på de nye prosjektskolene

Involverte organisasjoner:

- Vestland Fylkeskommune ved Opplæringsavdelinga
- Voss VGS
- Årstad VGS
- Os VGS

### 2. Redusere antall elever som får legeerklæring om fritak fra kroppsøving

---

Tiltak:

- Utarbeide en mal for legeerklæringer som skal benyttes som en standard når fastleger møter elever trenger behov for tilrettelegging i kroppsøvingfaget
- Utarbeide en mal for journalskriv som skal benyttes som en standard når fysioterapeuter i spesialisthelsetjenesten møter elever trenger behov for tilrettelegging i kroppsøvingfaget
- Bevisstgjøre fastleger og elever om mulighetene de videregående skolene har for tilrettelegging

- Bevisstgjøre fastleger, elever, lærere, pårørende og andre ressurspersoner i elevens omgangskrets om viktigheten av deltagelse i kroppsøving

Involverte organisasjoner:

- Vestland Fylkeskommune ved Opplæringsavdelinga
- Representant fra kroppsøvingslærere på videregående skoler i Vestland Fylkeskommune
- Representant fra fastlegene i Bergen kommune
- Fylkeslegen
- Haukeland Universitetssjukehus ved Fysioterapiavdelingen og Energiteamet PBU

## Resultatmål

For å nå effektmålene, vil prosjektet jobbe mot følgende to resultatmål i prosjektperioden oktober 2019 til desember 2020.

1. [Utvikle og teste ut relevante tiltak som kan bidra til å øke gjennomføring og deltagelse i kroppsøving på Voss VGS og Årstad VGS høstterminen 2020, som kan danne grunnlag for videre implementering i Vestland fylke.](#)
- 

Evaluering:

- Fraværs- og frafallsstatistikk på prosjektskolene sammenlignet med lands- og fylkesgjennomsnittet, og sammenlignet med fraværs- og frafallstatistikk på de aktuelle skolene fra tidligere år.
- Kvalitativ rapport fra skoleledelse og aktuelle kroppsøvingslærere ved prosjektskolene.
- Bacheloroppgave med kvalitativt intervju som metode, som tar utgangspunkt i ansatte på Os VGS sin erfaring med Os-modellen.

2. [Utvikle og teste ut mal/standar for legeerklæring og journalnotat som omhandler kroppsøvingsfaget og pasientens mulighet for deltagelse i faget.](#)
- 

Evaluering:

- Elektronisk spørreskjema til fastleger i Bergen kommune.

- Elektronisk spørreskjema til fysioterapeuter i spesialisthelsetjenesten.
- Elektronisk spørreskjema til kroppsøvingslærere på videregående skole i Vestland fylkeskommune.
- Fraværs- og frafallsstatistikk i Vestland fylkeskommune sammenlignet med landsgjennomsnittet, og sammenlignet med fraværs- og frafallstatistikk fra tidligere år.

## Økonomiske rammer

Prosjektet er finansiert gjennom midler fra Vestland Fylkeskommune, Energisenteret for barn og unge og interne midler i Idrettscampus Bergen.

Prosjektet er budsjettert med 260 000 kr.

Kostnader		Finansiering	
Kostnadsart/Kostnad pr. hovedakt	Beløp	Finansieringstype og kilde	Beløp
20% Prosjektleder 10 mnd (jan-mai, sept-des)	110 000	Bidrag Helse Bergen	55 000
20% Miljøfagarb Årstad 5 mnd	50 000	Prosjektmidlar	50 000
Ca 5% Legeressurs	20 000	Bidrag frå Helse Bergen	20 000
10% lærar Voss 5 mnd	35 000	Prosjektmidlar	35 000
Erfaringskonsulent Os VGS	30 000	Prosjektmidlar	30 000
Fagdag	10 000	Prosjektmidlar	10 000
Reise/møter	5000	Prosjektmidlar	5000
<b>Sum</b>	<b>260 000 (130 HB+130 ICB)</b>	<b>Sum</b>	<b>260 000</b>

## 4. Overordnet prosjektprosess

---

Prosjektet har gått i perioden september 2019 til februar 2021.

I august 2019 ble det bestemt at tiltak fra Os-modellen skulle prøves ut i tre nye videregående skoler. Prosjektet fikk samtidig ny prosjektleder. I september/oktober ble det klargjort hvilke to skoler som skulle ta del i prosjektet. En skole trakk seg. Det ble gjennomført møter med alle skolene for å innhente erfaringer og behov tilknyttet kroppsøving. På bakgrunn av dette ble mandatet fra Os-modellen revidert, og det ble forfattet ny prosjektplan. For å skape større eierskap til prosjektet blant de andre prosjektskolene, ble også navnet på prosjektet endret fra «Os-modellen» til «Kroppsøvingsprosjektet». I oktober ble prosjektet flyttet fra prosjektgruppen *Knutepunktet* i Idrettscampus Bergen (ICB) til *Styrke fysisk aktivitet og kroppsøving i barnehage og skole*, som også godkjente prosjektplan, mandat og foreslått budsjett.

Prosjektet har vært diskutert på alle møter *Styrke fysisk aktivitet og kroppsøving i barnehage og skole* i Idrettsklynge Vest har hatt (1 stk), hvor gruppelemmene har kommet med tilbakemelding om retning i prosjektet. Prosjektleder har hatt jevnlig statusmøter med Fylkeskommunen avdeling for Opplæring.

Prosjektleder har deltatt på to fagnettverkssamlinger for kroppsøvlingslærere i Hordaland Fylkeskommune, hvor prosjektet ble presentert på en av nettverkssamlingene.

Det har vært felles møter og individuelle møter med kroppsøvlingslærere og avd.leder på prosjektskolene ved behov gjennom hele prosjektperioden. I tillegg har prosjektleder hatt jevnlig statusmøter med kroppsøvlingslærere på prosjektskolene høsten 2020.

## Kommunikasjon og media

I forbindelse med prosjektet har det vært produsert flere interne og eksterne presentasjoner, informasjonsmøter og mediasaker. Hovedmålet med sakene har vært å rette søkelys på problemstillingene, samt å gjøre relevante yrkesgrupper oppmerksom på (nye) løsninger som kan bidra til å øke deltagelse og gjennomføring i kroppsøving.

Se vedlegg 6 for oversikt over interne og eksterne mediasaker og/eller presentasjoner knyttet til Kroppsøvingsprosjektet.

## 5. Lokale tiltak for å sikre deltakelse og gjennomføring av kroppsøvningsfaget på prosjektskoler

---

Her beskrives bakgrunn, prosjekttiltak og resultat knyttet til resultatmål 1 og effektmål 1 (målområde 1).

### Bakgrunn

Prosjektet har vært tilknyttet tre videregående skoler. Voss videregående skole og Årstad videregående skole er blitt tildelt midler fra VFLK og IKV til å teste ut nye tiltak i kroppsøving under prosjektperioden. Os videregående skole har fungert som ressursgruppe og har deltatt på møter med de andre skolene for å dele erfaring knyttet til tiltak gjennomført hos seg. Prosjektleder har hatt felles møter og individuelle møter med alle skolene, hvor en eller flere kroppsøvlingslærere på skolene og avdelingsleder på skolene har deltatt.

Prosjektskolene er blitt valgt ut av Hordaland Fylkeskommune avd. for Opplæring.

Fra start av var det egentlig tenkt at enda en skole skulle delta i prosjektet, men skolen trakk seg før prosjektoppstart.

### Os-modellen

Os Videregående skole ligger ved Ulvenvatnet i Bjøråfjorden kommune.

Skolen tilbyr yrkesfaglige studieprogram. Skolen har 480 elevplasser fordelt på cirka 30 klasser.

Idrettscampus Bergen-prosjektet «Os-modellen» testet ut ulike tiltak for økt deltagelse i kroppsøving på Os Videregående skole. Kroppsøvningsprosjektet er en videreføring av «Os-modellen».

Os VGS er erfaringskonsulenter i prosjektet, og det er derfor ikke prosjekttiltak direkte knyttet

til skolen i prosjektperioden. Bruken av begrepet «prosjektskoler» omfatter altså ikke Os VGS.

Gjennom Os-modellen gjennomførte Os VGS tiltak som gjorde at flere elever enn tidligere år fikk karakter i kroppsøving (figur 1). Under er det listet opp tre tiltak Os VGS i sin rapport trekker frem at var særlig effektive for å forebygge frafall i faget, og som vil være retningsgivende for prosjekttiltakene i Kroppsøvingsprosjektet.

Skuleår	Elevar IV / prosentandel	Fritak i (fag/vurdering)	Tal elever på skulen
2018/19	-	5 (4/1) – 1,0%	460
2017/18	6 – 1,6 %	15 (3/15) – 3,1 %	471
2016/17	4 – 1,1 %	17 (6/11) – 3,9 %	432
2015/16	12 – 3,4 %	27 (9/18) – 6,1 %	443
2014/15	19 – 4,9 %	11 (2/9) – 2,6%	418
2013/14	20 – 5,6 %	20 (8/12) – 5,2 %	384

Figur 1: Statistikk over IV og fritak i kroppsøving på Os videregående skole i perioden 2013-2019

### Økte ressurser i kroppsøvingfaget

Skolen ansatte en miljøfagarbeider med idrettsbakgrunn i minimum 20% stilling (stillingsprosenten økte ut over i forløpet). Miljøfagarbeideren var med i de kroppsøvingstimene som hadde elever med begynnende frafall eller behov for tilrettelegging. På denne måten kunne elevene som stod i fare for frafall få ekstra støtte og tilrettelegging fra kroppsøvingslærer uten at det gikk ut over den planlagte undervisningen til resten av klassen, fordi kroppsøvingslærer og miljøfagarbeider kunne samarbeide om gjennomføring av kroppsøvingstimene. I noen tilfeller og perioder av skoleåret kunne også miljøfagarbeider ta med seg en mindre gruppe av elever for å gjennomføre et eget, tilpasset opplegg i kroppsøving. Kroppsøvingslærer står ansvarlig om både planlegging, gjennomføring og vurdering av elever, men får støtte av miljøfagarbeideren i selve utførelsen. Fordelen med å tilsette en miljøfagarbeider er at dette er en billigere ressurs enn en kroppsøvingslærer. Dermed kan dette være et økonomisk effektivt tiltak for å redusere frafall fra videregående.

### Heldagsvurdering i kroppsøving

Elever som står i fare for å nå grensen på 10% udokumentert fravær, og dermed ikke få vurderingsgrunnlag i faget, får tilbud om å delta på en til to hele dager med kroppsøving, hvor man går igjennom et bredt spekter av læreplanens aktiviteter og mål. Dagene gjennomføres fire til fem uker før terminslutt. Målet med disse dagene er at eleven skal opparbeide seg nok timer til at faglærer har nok grunnlag til å sette en vurdering, slik at eleven likevel får karakter i faget. Elevene får ikke lansert ordningen om heldagsvurdering før på slutten av terminen, og på den måten unngår man at elevene bruker ordningen som en hvilepute for å ikke delta i ordinær kroppsøvingsundervisning. Elevene som får tilbud om og deltar i en slik ordning får fjernet udokumentert fravær fra ordinær undervisning. Elever som velger å ikke takke ja til tilbudet, får karakteren IV grunnet udokumentert fravær >10%.

### Generelt større fokus på gjennomføring og tilrettelegging i faget

Hele den videregående skolen, fra administrasjon til ulike faglærere, har generelt hatt større fokus på gjennomføring i kroppsøvingsfaget. Dette betyr at de har hatt større fokus på å finne måter å tilrettelegge for elever som er i ferd med å falle ut av undervisningen, i ferd med å overstige 10%-regelen eller elever som har søkt enkeltvedtak om fritak fra vurdering i faget. De har blant annet stort fokus på samtale med eleven for å finne tilrettelegginger som passer den enkelte, samt for å informere eleven om konsekvensene av å ikke delta i kroppsøving.

Det har også vært diskutert å teste ut tilsvarende opplegg, «Alternativ gym», som blir gjennomført på Årstad VGS «Alternativ gym». Sidne et slikt opplegg blir lagt til etter skoletid, vil det være utfordrende å gjennomføre på skolen, fordi en stor andel av elevene er avhengig av skoleskyss som har rutetid lagt ut i fra ordinær skoletid.

### Prosjektskolene ved prosjektets start

I forkant av utarbeiding av konkrete tiltak på prosjektskolene, var prosjektleder på besøk hos skolene for å kartlegge dagens situasjon, utfordringer og ønsker for kroppsøvingsundervisning på skolen.



## Voss videregående skole

Voss videregående skole er en av to videregående skoler i Voss kommune (Vestland Fylkeskommune, u.å. a). Skolen har omtrent 400 elever som får opplæring på en av de fem yrkesfaglige studieprogram skolen tilbyr. Skolen har mange borteboere, og har eget internat. I skoleåret 2018-2019 var det 3,9% av elevene (15 elever) som avsluttet den videregående opplæringen uten å ha fullført (Utdanningsdirektoratet, 2020c), og medianeleven hadde et fravær på to dager og fire timer, som er en dag mindre en medianeleven i Hordaland fylke (Utdanningsdirektoratet, 2020d).

### Kroppsøving i dag:

Tall fra skolen viser at totalt fem elever i termin 1 og to elever i termin 2 som fikk IV i kroppsøving skoleåret 2018/2019, noe som vurderes som lavt. Skolen har egen friluftslinje, og det kan derfor tenkes at mange elever som trives med fysisk aktivitet og kroppsøving søker seg til skolen.

Prosjektleder hadde oppstartsmøte med kroppsøvingslærerne på skolen høsten 2019. I dette møtet kom det frem følgende om daværende praksis i og erfaring fra kroppsøving på Voss VGS:

- 15 elever per klasse. Lærerne føler dette er et håndterbart antall, hvor de har mulighet å se og følge opp hver enkelt elev.
- Skolen har nye og store fasiliteter for kroppsøving, med eget styrkerom lokalisert rett ved siden av gymsalen. Bruker styrkerommet aktivt både som del av ordinær undervisning og som til tilrettelagte opplegg dersom det er aktuelt.
- Har tett samarbeid med kommunefysioterapeut i oppfølging av elever med særlige behov.
- Gjennom å organisere timeplanen på en slik måte at man kan ha kroppsøving samtidig for to klasser (delt gymsal), har de muligheten til å samarbeide og bruke hverandre i et «to-lærer-system». Dette er særlig aktuelt i forbindelse med individuelle midtveis- og terminsamtaler med elevene, da kroppsøvingslærer ofte må gjennomføre disse utenfor gymsalen, samtidig som resten av klassen har aktivitet i gymsalen.
- Vektlegger samtaler med eleven midtveis og avslutningsvis i terminen som særlig viktig for å kunne tilrettelegge undervisningsopplegget for eleven. I samtalen er

målsetningen til eleven i faget sentralt, og vil være styrende for hvilke tilretteleggingstiltak man går i gang med.

#### Utfordringer i kroppsøving:

Kroppsøvingslærerne opplever at følgende kan være ekstra utfordrende i kroppsøving:

- Kan være stort sprik i elevmassen: Noen jobber for å få toppkarakterer, andre jobber for å få ståkarakter. Det kan være utfordrende å lage undervisningsopplegg som treffer alle like godt.
- Opplever stor variasjon i motivasjon til deltagelse i kroppsøving hos elevene fra de ulike programområdene.
- Har lite tid til annet arbeid utenfor selve forberedelse og gjennomføring av kroppsøvingstimene, som for eksempel ekstra oppfølgingsamtaler med elever eller å lese seg opp på ny faglitteratur.
- Få møteplasser for kroppsøvingslærere på skolen og i fylket. Ønske om flere fora for å møte kroppsøvingslærere, påfyll av ny fagkunnskap og utveksle erfaringer.
- Vanskelig å gi tilbakemelding og vurdering til personer som kan delta i kroppsøving, men har nedsatt funksjon i en kortere periode.
- Utfordrende å tilrettelegge for elever som kan delta med tilrettelegging, men som får legeerklæringer på at han/hun ikke kan ha kroppsøving. Legeerklæringene sier lite om hva eleven kan gjøre/ikke kan gjøre, og fremstår for diffuse og generelle.

#### Ønskede tiltak i prosjektet:

- Flere felles møteplasser for kroppsøvingslærere, både på skolen og i fylket.
- Økt fokus på deltagelse og gjennomføring av kroppsøving på skolen, gjennom å ha bedre tid til tilretteleggingsarbeid, kompetanseheving individuelt og i lærergruppene.
- Endring av praksis/rutine for legeerklæring på fritak i fra kroppsøving.

#### Årstad videregående skole

Årstad videregående skole ligger på Danmarks plass sør for Bergen sentrum. Skolen tilbyr både yrkesfaglige og studiespesialiserende utdanningsprogram. Skolen har rundt 1100 elever, hvor en høy andel er flerkulturelle (Vestland Fylkeskommune, u.å b).

Skoleåret 2018-2019 avsluttet 76 (11.5%) av elevene på de yrkesfaglige studieprogrammene opplæringen (Utdanningsdirektoratet, 2020c). Medianeleven hadde fravær på seks dager og 15 timer (Utdanningsdirektoratet, 2020d).

#### Kroppsøving i dag:

Prosjektleder hadde oppstartsmøte med kroppsøvingslærerne på skolen høsten 2019. I dette møtet kom det frem følgende om daværende praksis i og erfaring fra kroppsøving på Årstad VGS:

- 30 elever per klasse, ofte enda flere i starten av året da inntaket er stort grunnet forventet frafall første uker av nytt skoleår.
- Har i mange år jobbet målrettet mot kroppsøving gjennom blant annet et prosjekt som undersøkte forskjellen på deltagelse i lek vs. Idrettsfokusert kroppsøving, prosjektet «Innenfor skolen» og det pågående tiltaket «Alternativ gym».
- «Alternativ gym» er et eget opplegg for elever som har utfordringer i kroppsøving, ofte knyttet til psykososiale vansker og angst. Elever som får tilbudet blir satt sammen i grupper på ti til tolv elever. Gruppen har kroppsøving etter skoletid, hvor fokuset er på å gjøre eleven trygg i klassen og i kroppsøving. Opplegget følger vanlig læreplan. Målet er at eleven etter en periode med «Alternativ gym» kan komme tilbake i ordinær klasse. Kroppsøvingslærerne har erfart at opplegget fungerer godt for mange elever.
- Tett samarbeid med Kronstad DPS rundt psykisk helse og livsmestring.
- Har ekstra helsesykepleier på skolen.
- Har egen skolepsykolog.
- Har stort fokus på å forsøke å tilrettelegge i kroppsøving, fremfor å innvilge søknad om fritak.  
Godtar ikke alle legeerklæringer.
- Har samtaler med elever som er i ferd med å droppe ut av faget for å undersøke hvordan man kan tilrettelegge, øke motivasjon for faget, samt informere om konsekvensene av å droppe ut av faget.

### Utfordringer i kroppsøving:

Kroppsøvingslærerne opplever at følgende kan være ekstra utfordrende i kroppsøving:

- Store klasser, særlig i starten av skoleåret, kan gjøre det utfordrende og se alle, kartlegge hvem som trenger tilrettelegging og følge opp elever som ikke møter.
- Mange elever har angstproblematikk.
- «Nye» problemstillinger som kjønnskifte.
- For få og for lite tid til fagsamlinger for kroppsøvingslærere.
- Ingen gode systemer for kroppsøvingslærer til å koble på fysioterapeut dersom det er behov.
- Opplever stor variasjon i motivasjon til deltagelse i kroppsøving hos elevene fra de ulike programområdene.
- Utfordrende å tilrettelegge for elever som kan delta med tilrettelegging, men som får legeerklæringer på at han/hun ikke kan ha kroppsøving. Legeerklæringene sier lite om hva eleven kan gjøre/ikke kan gjøre, fremstår for diffuse og generelle.

### Ønskede tiltak i prosjektet:

- Flere felles møteplasser for kroppsøvingslærere, både på skolen og i fylket, hvor særlig konkrete tiltak for tilrettelegging i kroppsøvingstimer kan diskuteres.
- Økte ressurser til kroppsøvingsfaget, slik at læreren får bedre tid til hver enkelt elev.
- Endring av praksis/rutine for legeerklæring på fritak i fra kroppsøving.

## Prosjekttiltak knyttet til resultatmål 1 og effektmål 1

På bakgrunn av faktagrunnlaget, erfaringer fra Os VGS og erfaringer og særegenheter med den enkelte skole, ble følgende tiltak planlagt gjennomført på de videregående skolene:

### Ekstra ressurs i kroppsøving

Voss VGS har fått tildelt midler til en 5% ekstra kroppsøvingslærerstilling høsten 2020. De ekstra ressursene skal brukes der skolen ser det er mest hensiktsmessig for å øke deltagelse og gjennomføring i kroppsøving, samt skal bidra til økt fokus på gjennomføring i kroppsøving på hele skolen. De ekstra ressursene blir særlig aktuelle i situasjoner med underveisvurdering og sluttvurdering hvor det er nyttig med et to-lærer-system, i klasser hvor man trenger ekstra oppfølging av elever med særskilte behov (i og utenfor kroppsøvingstimene), og til å ha ekstra tid til faglig oppdatering som videre kan deles i lærergruppen.

Årstad VGS har fått tildelt midler til en 20% miljøfagarbeider høsten 2020. Miljøfagarbeideren skal være en ekstra ressurs i kroppsøvingstimer, hvor skolen selv vurderer i hvilke timer dette er størst behov for. Miljøfagarbeideren skal bistå kroppsøvingslærer i timene slik at faglærer får bedre tid til å starte, gjennomføre og avslutte timer, samt til å sette i gang hensiktsmessige tilretteleggingstiltak for elever som behøver det. Miljøfagarbeider kan ikke vurdere eller sette karakter på eleven, men kan for eksempel sette i gang aktivitet for elever som kommer for sent til timen, følge opp elever som trenger opplegg utenom ordinært opplegg eller gjennomføre samtaler med elever som ikke møter til timen eller ikke ønsker å delta i timen. Et godt samarbeid mellom faglærer og miljøfagarbeider vurderes som viktig.

Årsaken til at Voss VGS får tildelt en lærerressurs og Årstad VGS får tildelt en miljøfagarbeiderressurs skyldes først og fremst at Voss VGS har færre elever per klasse og uttrykker at klassestørrelsene er håndterbar. Skolen har heller ikke stort fravær eller frafall fra faget. De ser likevel behov for en ekstra *lærer* «innimellom», som for eksempel ved underveissamtaler og i noen tilfeller i tilrettelegging for enkelte elever. De uttrykker også et behov mer ressurser til faglig oppdatering, noe som følgelig er mer aktuelt for en

kroppsøvingslærer enn en miljøfagarbeider. Ressursen kan også brukes i planlegging og gjennomføring av heldagsvurderinger.

Årstad VGS på sin side har fått tildelt miljøfagarbeider, noe de har hatt stor suksess med på Os VGS. En fagarbeider har minstelønn på 350 000 kr i året, mens en kroppsøvingslærer med fem års utdanning tjener 514 000 kr i året (Fagforbundet, 2019). Det er altså billigere å ansette en miljøfagarbeider enn en kroppsøvingslærer, og dette tiltaket, gitt at det er vellykket, er derfor mer realistisk å kunne videreføre på prosjektskoler og andre skoler i fylket etter prosjektperioden er over.

## Studentpraksis

Som vi ser ut i fra teorigrunnlaget og erfaring fra skolene, er nok tid til den enkelte elev en viktig faktor for å øke deltagelse og gjennomføring i kroppsøving. Ekstra ressurser til faget kan bidra til at faglærer får mer tid med hver elev og får større anledning til å tilrettelegge undervisningsopplegget etter eleven sine behov og forutsetninger uten at det går på bekostning av det ordinære undervisningsopplegget. Å tilføre faget ekstra ressurser vil koste det offentlige mye (selv om vi kan stille oss spørsmål om det egentlig vil lønne seg på lang sikt), og er trolig lite realistisk blir prioritert. Å benytte kompetansen og ressursene som fins blant kroppsøvingslærerstudenter kan derfor være en billig løsning, og organisert på en hensiktsmessig måte, en vinn-vinn-situasjon både for den videregående skolen, for utdanningen og for studentene. Studentene får god erfaring i «real life»-situasjoner, utdanningen får fylt opp praksisplassene utdanningen trenger og de videregående skolene får ekstra ressurser inn i kroppsøvingfaget som kan bistå i planlegging, gjennomføring og oppfølging av både ordinært undervisningsopplegg eller undervisningsopplegg for elever med tilretteleggingsbehov. For å sikre at både elever, studenter og veiledere/faglærere får kontinuitet i praksisopplegget og kroppsøvingstimene, vil det være hensiktsmessig og gjennomføre praksisen som en deltidspraksis over en lengre tidsperiode; I stedet for å ha fem arbeidsdager på rad i fire uker, fordeler man praksis over 20 uker hvor mesteparten av dagene blir konsentrert rundt praktisk gjennomføring av kroppsøvingfaget. Lignende deltidspraksis er testet ut på Fysioterapiutdannelsen på Høgskolen Vestlandet, hvor studenter, pasienter og veiledere sitter igjen med gode erfaringer.

I prosjektet vil det være aktuelt å teste ut en slik type studentpraksis i liten skala, det vil si to til tre studenter, som gjennomfører praksisen frivillig (det vil si at studentene ikke får studiepoeng). På grunn av lokalisasjonen til prosjektskolene, vil det i første omgang kun være aktuelt å teste ut tiltaket på Årstad VGS.

## Heldagsvurdering

Heldagsvurdering som er blitt gjennomført på Os VGS, er tidligere beskrevet. Voss VGS og Årstad VGS skal i løpet av høsten 2020 vurdere om det er behov for, og i så fall tilrettelegge for en heldagsvurdering i kroppsøving for elever som står i fare for å ikke få vurdering i faget. I forkant av heldagsvurderingen vil det bli gjennomført ett/flere erfaringsutvekslingsmøter mellom Os VGS og prosjektskolene, samt tilbud om hospitering på en heldagsvurdering hos Os VGS for kroppsøvingslærerne på Voss VGS og Årstad VGS.

## Fagsamling/fagseminar

Begge prosjektskolene uttrykker et ønske om en form for forum for fagutveksling og kompetanseheving. Prosjektet har derfor ambisjoner om å arrangere minst et fagseminar for kroppsøvingslærere i fylket.



## Gjennomføring av prosjekttiltak knyttet til resultatmål 1 og effektmål 1

### Ekstra ressurs i kroppsøving

Gjennom møter og samtaler med skolene våren 2020, ble det avtalt å ansette 5% ekstra faglærerressurs i kroppsøving på Voss VGS august til desember 2020 og 20% miljøfagarbeider på Årstad VGS august til desember 2020.

Grunnet Korona ble et større erfaringsutvekslings- og planleggingsmøte mellom prosjektleder, projektskolene og Os VGS skole i mars utsatt og heller gjennomført på Skype i midten av april. Dette medførte ikke forsinkelser, og skolene fikk utvekslet erfaring på det digitale møtet. Det kan likevel tenkes at man hadde fått enda bedre dialog og erfaringsutveksling, som igjen kunne påvirket planleggingsprosessen, dersom man hadde kunne møttes fysisk.

### Studentpraksis

Det ble gjennomført flere møter og mailkorrespondanser mellom prosjektleder og Høgskolen på Vestlandet (HVL), samt mellom Årstad VGS, HVL og prosjektleder vinteren 2019/2020, med hensikt å planlegge en utprøving av deltidspraksis for studenter i kroppsøvingstimer på Årstad VGS. Både HVL og Årstad fremsto svært positive til utprøvingen, selv om det var knyttet utfordringer til hvordan man skulle få lagt en slik praksis inn i timeplanen til studentene. En løsning kunne være at en slik praksis ikke er obligatorisk, i vertfall i en utprøvingsfase, men heller organisert som del av en masteroppgave, som et frivillig arbeid av studentene eller som et fag studentene kan velge mellom flere andre fag. Grunnet Covid-19-situasjonen våren 2020 kunne dessverre ikke planleggingen av utprøvingen fortsette, da HVL ikke hadde kapasitet til å prioritere prosjektet. Senere har en også sett at en slik praksis ikke er mulig å få inn i timeplanen til studentene slik studieløpet er lagt opp nå.

## Heldagsvurdering

Heldagsvurdering er et tveegget sverd, og er et diskutert tiltak blant kroppsøvingslærere. Fordelen med heldagsvurderinger er at de gir elever som på «ærlig» vis (for eksempel gjennom sykdomsfravær) har oversteget 10%-regelen en sjanse til å få karakter i faget. Eleven får med andre ord vitnemål, og har større sjanse til å få seg læreplass. Ulempen med heldagsvurderinger er at de også gir elever som ikke gidder, orker eller vil delta i kroppsøving, mulighet til å få en «ufortjent» karakter i faget. I tillegg vil en heldagsvurdering ikke bygge opp under målet faget har om livslang bevegelsesglede. En heldagsvurdering i kroppsøving må dessuten ta timer fra andre fellesfag (slik at eleven får fravær i det/de aktuelle faget/ene), eller arrangeres på elevens fritid. Dette setter også ekstra krav til ledige lærerressurser og planlegging. Sistnevnte kan i noen grad løses ved hjelp av ekstra lærerressurser eller miljøfagarbeider. Det er likevel et spørsmål om hvor god lærerressursbruk det er dersom det bare er et fåtall elever som behøver en slik dag, da det vil gå mye tid til både planlegging, gjennomføring og etterarbeid.

Grunnet gode argumenter både for og imot heldagsvurdering og ingen unison enighet verken blant lærerne på de videregående skolene eller i prosjektgruppen, ei heller blant kroppsøvingslærere da prosjektleder tok opp temaet under en presentasjon på fagnettverket til kroppsøvingslærere i Hordaland, blir ikke prosjektskolene «påtvunget» til å teste ut tiltaket. Prosjektskolene skulle få hospitere på Os VGS, men dette ble avlyst flere ganger grunnet Covid-19. Skolene har likevel fått utfyllende skriftlig og muntlig informasjon fra Os VGS om hvordan de pleier å planlegge og gjennomføre dagen, og vil videre internt avgjøre om de anser heldagsvurderingene som et nyttig tiltak på sin skole, eller om de heller vil bruke de ekstra ressursene på annet vis. Ved prosjektslutt har verken Årstad eller Voss VGS testet ut heldagsvurdering, men dette skyldes hovedsakelig Covid-19.

## Fagseminar

Kroppsøvingsgruppen har så smått diskutert muligheten for et kroppsøvingsseminar høsten 2020. Tanken er at deler at dette fagseminaret vil ha gjennomføring i den videregående skolen som tema. På grunn av Covid-19-situasjonen våren 2020 har fagseminaret blitt utsatt. Våren 2021 har møteplassen «Styrke kroppsøving og fysisk aktivitet i barnehage og skule» i

samarbeid med Nasjonal senter for mat, helse og fysisk aktivitet HVL planlagt å arrangere en webinarrekke med ulike temaer knyttet til kroppsøvfingsfaget. Et av de planlagte webinarene vil ha tema tilrettelegging, og et av webinarene vil ha temaet vurdering. Webinarenes innhold vil være en blanding av presentasjoner, paneldebatter, diskusjoner i digitale grupperom og tips og triks til egne kroppsøvfingstimer. Dette vurderes som et tiltak som kan være et felles møtepunkt for kroppsøvfingslærere, slik som etterspurt fra prosjektskolene.

## Evaluering prosjekttiltak knyttet til resultatmål 1

*Utvikle og teste ut relevante tiltak som kan bidra til å øke gjennomføring og deltagelse i kroppsøving på Voss VGS og Årstad VGS høstterminen 2020, som kan danne grunnlag for videre implementering i Vestland fylke.*

### Evalueringsmål 1:

*Fraværs- og frafallsstatistikk på prosjektskolene sammenlignet med lands- og fylkesgjennomsnittet, og sammenlignet med fraværs- og frafallstatistikk på de aktuelle skolene fra tidligere år.*

#### Fraværsstatistikk, yrkesfaglige linjer termin 1 19 og termin 1 20:

Som figurene under viser, ligger Vestland Fylkeskommune på landsgjennomsnittet både hva gjelder fravær i dag- og timetall. Voss VGS ligger på lands- og fylkesgjennomsnitt hva gjelder dager, og under lands- og fylkesgjennomsnittet hva gjelder timefravær. Årstad VGS ligger over lands- og fylkesgjennomsnittet for både antall dager fravær og antall timer fravær.

#### Fravær Voss videregående skole:

<a href="#">Informasjon om utdanningsprogrammene</a>	Alle utdanningsprogram			Yrkesfaglig		
Nasjonalt - Fylke - Enhet	Median dager	Median timer	Antall elever	Median dager	Median timer	Antall elever
- Hele landet	2,0	7,0	163 504	2,0	6,0	57 568
- Vestland	2,0	7,0	19 780	2,0	5,0	7 495
Voss videregående skole	2,0	5,0	304	*	*	*

#### Fravær Årstad videregående skole:

<a href="#">Informasjon om utdanningsprogrammene</a>	Alle utdanningsprogram			Yrkesfaglig		
Nasjonalt - Fylke - Enhet	Median dager	Median timer	Antall elever	Median dager	Median timer	Antall elever
- Hele landet	2,0	7,0	163 504	2,0	6,0	57 568
- Vestland	2,0	7,0	19 780	2,0	5,0	7 495
Årstad videregående skole	4,0	9,0	717	4,0	8,0	497

Statistikk over elever uten vurderingsgrunnlag i kroppsøving, yrkesfaglige linjer termin 1 19 og termin 1 20:

Som tabellene under ser vi at antall elever med IV har økt i fylket, og på prosjektskolene (?). En antar at koronasituasjonen spiller en vesentlig rolle her.

**IV Vestland fylkeskommune 2019/20:**

Fag	IV	Antall svar
Kroppsøving Vg1 (KRO1004)	3,1%	394,0
Kroppsøving Vg2 (KRO1005)	2,9%	341,0
Kroppsøving Vg3 (KRO1006)	3,6%	269,0

**IV Voss videregående skole:**

• SKULEÅR	• ELEVAR MED IV I KRØV
T1 2020/21	8
T1 2019/20	3
T1 2018/19	5
T1 2017/18	9
T1 2016/17	11
<b>SNITT</b>	<b>7,2</b>

*Vi ser her at antall elever med IV har økt med fem elever fra 2019/20 til 2020/21.*

**Fravær Årstad videregående skole:**

Statistikk over frafall, yrkesfaglige linjer termin 1 19 og termin 1 20:

**Frafall Vestland fylkeskommune**

2018/19	Sluttarar	2019/20	Sluttarar	2020/21	Sluttarar
Oktober	281	Oktober	247	Oktober	200
November	103	November	94	November	64
Desember	61	Desember	60	Desember	42
Januar	142	Januar	150		
Februar	88	Februar	61		
Mars	89	Mars	83		
April	68	April	37		
Mai	53	Mai	38		
Juni	23	Juni	16		
Juli	0	Juli	1		
Ukjent	25	Ukjent	23	Ukjent	11
	<b>933</b>		<b>810</b>		<b>317</b>

*Vi ser at antall elever som har sluttet i første termin (oktober-desember) er lavere i 2020/21 (317) enn i 2019/20 (401) og 2018/19 (445).*

#### **Frafall Voss VGS:**

Venter på statistikk – er etterspurt

#### **Frafall Årstad VGS:**

Venter på statistikk – er etterspurt

#### **Kommentar:**

Dessverre har fraværet, elever med IV og frafallet blitt større i løpet av prosjektperioden. Med stor sannsynlighet er mye av årsaken Covid-19-pandemien, noe prosjektskolene selv også uttrykker. Som vi kan se av evalueringsmål 2, vurderes prosjekttiltaket med ekstra ressurser som effektivt av skolene selv, og det er derfor rimelig å anta at frafall, fravær og IV vil være lik eller lavere enn T1 2019 i et normalår.

#### **Evalueringsmål 2:**

*Kvalitativ rapport fra skoleledelse og aktuelle kroppsøvlingslærere ved prosjektskolene.*

#### **Kommentar:**

Basert på statusmøter og sluttrapport fra prosjektskolene fremstår det som at de ekstra ressursene i stor grad har bidratt til økt deltakelse og gjennomføring i kroppsøving. Skolene antar at ressursene har bidratt til at elever som ellers hadde droppet ut av

kroppsøvingstimene, har fått karakter i faget. Lærerne opplever at de har fått bedre mulighet og tid til å tilpasse kroppsøvingsopplegget den enkelte elev.

Ut i fra tilbakemeldingene er det laget et forslag til organisering av en miljøfagarbeider i kroppsøving som kan brukes som utgangspunkt for implementering på andre videregående skoler. Dette forslaget kan eksempelvis ligge tilgjengelig på nettsidene til VFLK. Se vedlegg xx.

*Voss VGS:*

Den ekstra lærerressursen er i stor grad blitt brukt til å kunne bistå kollegaer i klasser/kroppsøvingstimer hvor det har vært særlig behov for at en eller flere elever får tilrettelagt oppfølging (mindre grupper, individuell oppfølging over kortere tidsperiode). Dette har trolig medført at flere av disse elevene har unngått IV, særlig etter nedstenging og restriksjoner. Det har likevel vært utfordrende logistisk sett, da aktuell lærerressurs kun har kunne bidratt i kollegaer sine timer hvor hun ikke har timer selv. I tillegg har lærerressursen måtte ta elever med tilretteleggingsbehov utenom egne kroppsøvingstimer for å gi dem tilsvarende tilbud. De ekstra ressursene har ikke vært knyttet til en fast dag og et fast tidspunkt, men er blitt benyttet etter behov. Skolen vil trolig ikke videreføre ordningen, men ønsker gjerne å teste ut opplegget med miljøfagarbeider.

*Årstad VGS:*

Miljøfagarbeideren er i hovedsak blitt brukt inn i en klasse hvor det har vært særlig utfordringer. Det oppleves at dette har vært effektivt for å hindre frafall, og sikret at klassemiljøet har blitt bedre enn hva det så ut til å bli i starten av skoleåret. Faglærer har startet opp aktiviteten, også har faglærer og miljøfagarbeider vekslet roller underveis i timen. Skolen uttrykker at det trolig hadde vært nyttig å bruke miljøfagarbeideren i flere klasser, men grunnet særlige utfordringer i den gitte klassen har det vært vurdert mest optimalt å ha miljøfagarbeideren her. Miljøfagarbeideren deltar ikke i alle timer. Skolen vektlegger

viktigheten av at miljøfagarbeideren er engasjert i fysisk aktivitet og/eller idrett, og at han/hun har en personlighet som treffer elevene godt.

### Evalueringsmål 3:

*Bacheloroppgave med kvalitativt intervju som metode, som tar utgangspunkt i ansatte på Os VGS sin erfaring med Os-modellen.*

#### Kommentar:

Grunnet Covid-19 ble en planlagt bacheloroppgave omhandlende kroppsøvlingslærere og miljøfagarbeidere sin erfaring om samarbeid i kroppsøvingstimer, utsatt.

Det er kommet forespørsler fra masterstudenter om å bruke prosjektet som grunnlag for prosjektfag eller masteroppgave. Studentene er tilknyttet master for helsefremmende arbeid på Universitetet i Bergen. Det har også vært prøvd å koble på studenter fra HVL uten suksess.



# 6. Tiltak for å bedre samhandling mellom skole og helsevesen

---

Her beskrives bakgrunn, prosjekttiltak og resultat knyttet til resultatmål 2 og effektmål 2 (målområde 2).

## Bakgrunn

Som nevnt i kapittel 2, avsnitt: Kroppsøving, legeerklæringer og skriv fra helsepersonell er det ytra et behov om bedre samhandling mellom helsetjeneste og skole. Prosjektet har derfor satt seg mål om å utarbeide og ta i bruk et nytt skriv for elever som er i kontakt med lege om problemstillinger knyttet til kroppsøving.

## Prosjekttiltak knyttet til resultatmål 2 og effektmål 2

På bakgrunn av teorigrunlagt, loverket og erfaringer fra kroppsøvingslærere, er følgende tiltak gjennomført for å bedre samhandlingen mellom helsetjenestene og skolene:

### Utarbeiding av mal for fastleger

Gjennom prosjektperioden skal det utarbeides en mal for legeerklæring omhandlende kroppsøving. Malen skal ta til sikte på å bedre kommunikasjon mellom leger og kroppsøvingslærere, og derfor vil tilbakemelding fra både leger og lærere være essensielt. Malen skal videre implementeres i journalsystemet i Bergen kommune (InfoDocs), samt ligge tilgjengelig for nedlastning på fylket sine nettsider, og alle de videregående skolene i fylket sine egne nettsider. Fylkeslegen vil bistå med å spre informasjon om skrivet til kommuneoverleger og fastleger, mens Vestland Fylkeskommune ved avdeling for Opplæring vil gjennom brev til alle rektorer og nettsideinformasjon oppfordre elver, foresatte og lærere til bruk av skjemaet. Det blir gjennomført jevnlige møter i arbeidsgruppen og med andre ressurser ved behov for å sikre fremgang i tiltaket.

## Utarbeiding av mal og rutiner for fysioterapeuter/aktivitetspedagoger i spesialisthelsetjenesten

Fysioterapeutene/idrettspedagogene på Barne- og ungdomsklinikken (BUK) og i Energiteamet Klinikk Psykisk Helse Barn og Unge (Energiteamet PBU) på Haukeland Univeristetssykehus (HUS) møter daglig barn og unge i skolealder med ulike tilretteleggingsbehov i fysisk aktivitet og kroppsøving. Selv om den enkelte fysioterapeut/idrettspedagog følger opp elever som trenger tilrettelegging i kroppsøving på ulike vis, fins der ikke rutiner for dette på systemnivå eller en egen journalmal for formidling av tilretteleggingsbehov i kroppsøving til primærhelsetjenesten og/eller kroppsøvingslærer. Gjennom prosjektet ønsker vi å bidra til at fysioterapeuter/idrettspedagoger på BUK og Energiteamet PBU får enda større bevissthet rundt kroppsøving, slik at de i større grad er med på å oppfordre til deltagelse i faget, og bidrar til å «ufarliggjøre» fysisk aktivitet i kombinasjon med sykdom. Dette gjør vi gjennom å samarbeide med BUK/Energiteamet PBU om å utarbeide en rutine for hvordan man skal vurdere tilretteleggingsbehovet for barn i skolealder, et eget punkt for kroppsøving i journalmalen fysioterapeutene/Energiteamet PBU bruker, samt en brevmal som beskriver eleven sitt tilretteleggingsbehov og som kan benyttes som kommunikasjon mellom fysioterapeut og andre ressurspersoner rundt eleven (gitt tillatelse fra elev og/eller pårørende om at dette blir sendt).

Årsaken til at man fokuserer på fysioterapeuter/idrettspedagoger i spesialisthelsetjenesten er todelt. For det første har prosjektleder gjennom tidligere arbeid som fysioterapeut på BUK og daglig arbeid på Energisenteret for barn og unge (EBU) på HUS, som hyppig blir brukt av fysioterapeutene og Energiteamet PBU, god kjennskap til arbeidshverdag, rutiner og har kort vei til de aktuelle fysioterapeutene og aktuell leder. Implementering og forankring av nye rutiner vil trolig være enklere og mindre tidkrevende her enn hos andre profesjoner organisert tungt under andre klinikker og avdelinger på sykehuset. Det kan tenkes at en videre/lignende rutine vil være enklere å implementere hos for eksempel barnelegene dersom man har erfaring med at det fungerer hos fysioterapeutene/Energiteamet PBU først. Det samme argumentet kan brukes om implementering av tilsvarende rutiner for fysioterapeuter i kommunehelsetjenesten.

For det andre vil de aller fleste barn og unge i spesialisthelsetjenesten med utfordringer knyttet til bevegelse og fysisk aktivitet, sannsynligvis bli henvist til en fysioterapeut/aktivitets på BUK/PBU. Vi kan derfor anta at en slik rutine vil dekke store deler av barn og unge i spesialisthelsetjenesten som trenger tilrettelegging i kroppsøving.

Det vil bli gjennomført jevnlig møter med fysioterapeut på BUK og med Energiteamet PBU for å sikre fremgang i prosjektet og følge opp aktuelle tiltak.

## Gjennomføring av prosjekttiltak knyttet til resultatmål 2 og effektmål 2

### Utarbeiding av mal for fastleger og leger i spesialisthelsetjenesten

For å utarbeide mal for fastleger har Martin Kvalø, Harald Hauge og prosjektleder møttes jevnlig for å lage et utkast til e standardisert journalmal. Videre har malen blitt sendt til en gruppe kroppsøvingslærere og en gruppe fastleger for tilbakemelding og innspill. Malen er etter dette blitt revidert, og sendt på ny for innspill til fastlegegruppen. Etter siste innspillsrunde og revisjon har malen blitt sendt for å implementeres i InfoDocs, journalprogrammet som blir brukt av fastleger i Bergen kommune.

Skjemaet ble sendt inn i mai, og i slutten av juli lå det klart til bruk hos alle fastleger.

Parallelt og i etterkant av utarbeidingen av journalmalen, har det gått en møterekke sammen med arbeidsgruppen, Sven Heggheim, opplæringsavd. VFLK., og assisterende fylkeslege Jon Andreas Bratberg hos Fylkeslegen, med hensikt å gjøre skjemamalen kjent for fastleger, elever, kroppsøvingslærere og videregående skoler for øvrig, slik at skjemaet ble brukt.

Følgende har blitt gjort:

- Fylkeskommunen har i mai 2020 sendt ut mail til alle rektorer på VGS i fylket om skjemaet og informasjon om problemstillingen, samt en oppfordring til å videre oppfordre elever om å benytte dette skjemaet i forbindelse med legebepøk.

- Fylkeskommunen har i august 2020 på sine nettsider lagt ut en nedlastbar versjon av skjemaet og informasjon om skjemaet, samt informasjon om viktigheten av gjennomføring i kroppsøving. Tilsvarende er lagt ut på de enkelte skolene sine nettsider.
- Fylkeslegen har i august 2020 sendt ut informasjon om skrivet og oppfordring om å bruke det skrivet i forbindelse med behandling av barn og ungdom i skolealder til alle kommuneoverleger i Vestland fylket. I e-posten er det også vedlagt informasjon om hvorfor dette skjemaet er et viktig tiltak for å øke gjennomføring og deltagelse i kroppsøving.

Som en bonus i prosjektet har en også fått implementert samme journalmal i journalsystemet til legene på Haukeland Universitetssykehus. For å gjøre malen kjent for legene i spesialisthelsetjenesten er følgende blitt gjort:

- Informasjon på morgenmøte for alle leger tilknyttet til Barne- og ungdomsklinikken, gjennom barnelege og leder for ressursgruppen for Ungdomsmedisin Ida Hammer.
- Utarbeidet informasjonsskriv om journalmalen som henger på alle poliklinikkrom i Barne- og ungdomsklinikken.
- Nettsidesak om prosjektet og skjemamalene på Haukeland sine interne nettsider.

## Utarbeiding av mal for fysioterapeuter/idrettspedagoger i spesialisthelsetjenesten

For å utarbeide mal for fysioterapeuter/idrettspedagoger i spesialisthelsetjeneste, har prosjektleder hatt flere møter med en gruppe fysioterapeuter og idrettspedagoger knyttet til Barne- og ungdomsklinikken (BUK) og Energiteamet PBU (E-PBU) på Haukeland Universitetssykehus (HUS). Med utgangspunkt i pasientgrupper, pasientforløp, og allerede eksisterende journalmaler, er det utarbeidet egne rutiner og en egen journalmal tilpasset fysioterapeuter og idrettspedagoger. Skjemaet er tatt i bruk i august 2020, og er implementert i sykehuset sitt journalsystem DIPS.

I september 2020 er rutinen implementert som en overordnet rutine for alle fysioterapeuter som jobber på Fysioterapiavdelingen ved HUS. Med andre ord favner rutinen om fysioterapeuter som jobber ved andre klinikker enn BUK eller E- PBU. Dette er viktig, da særlig eldre barn/ungdommer ofte ikke blir pasient på BUK/PBU, men heller pasient på «voksenavdelingen» som passer ungdommen sin sykdomstilstand (for eksempel Lungeavdelingen eller Hjerteravdelingen). For å gjøre rutinene kjent for alle ved Fysioterapiavdelingen HUS har leder for Fysioterapiavdelingen sendt informasjonsmail til alle ansatte om rutinen. Videre har prosjektleder presentert prosjektet og rutinen på Fysioterapiavdelingen sitt avdelingsmøte i september. Kommunikasjonsavdelingen har laget en sak om teamet som har blitt publisert på intranettsidene til HUS, Innsiden, i september.

Spørreskjemaene sendt til fysioterapeuter er utarbeidet i samarbeid med Gunn Kvernvik, fysioterapeut BUK, Journ Riise, fysioterapeut BUK og Elsa-Kristine Rach, fysioterapeut, Energiteamet PBU.

## Evaluering prosjekttiltak knyttet til resultatmål 2

*Utvikle og teste ut mal/standar for legeerklæring og journalnotat som omhandler kroppsøvingfaget og pasientens mulighet for deltagelse i faget.*

### Evalueringsmål 1:

*Elektronisk spørreskjema til fastleger i Bergen kommune.*

#### Kommentar:

Siden vi ikke fikk til å informere om prosjektet slik vi ville på allmennlegemøte i Bergen kommune, og siden Covid-19-pandemien generelt har gjort det vanskelig å nå ut til fastlegene, ble det etter råd fra FoU-gruppen i IKV bestemt å avvente spørreskjema til fastleger til et senere tidspunkt. Semistrukturerte intervju eller fokusgruppeintervju med fastleger er likevel foreslått og trolig aktuelt som en del av masteroppgave (vår 2022) eller prosjektoppgave (vår 2021) for masterstudenter ved helsefremmende arbeid på Universitet i Bergen.

### Evalueringsmål 2:

*Elektronisk spørreskjema til fysioterapeuter i spesialisthelsetjenesten.*

#### Kommentar:

Det var sendt ut et elektronisk spørreskjema til alle fysioterapeuter ved Haukeland US, samt Energiteamet PBU og Sykehuskolen 1.februar 2021. Da hadde «Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving» vært tilgjengelig siden august. Dessverre er svarprosenten lav, med n= 5. Skjemaet ble sendt ut fra ledelsen i Fysioterapiavdelingen på HUS, samt påminnelsemail til fysioterapeutene ved Barne- og ungdomsklinikken og egen mail til Energiteamet PBU og Sykehuskolen. Se vedlegg 7 for link til spørreskjemaet.

#### *Bruk av skjemaet*

80% sier de har brukt skjemaet på noen pasienter i skolealder (n=4). Ingen oppgir å ha brukt skjemaet på alle pasienter i skolealder. Det forklares blant annet med at en ikke jobber med barn og ungdom, eller at pasient/pårørende selv ikke har ønsket det. De fleste oppgir at pasientene opplever skjemaet som positivt og som en støtte (n=4). Noen pasienter forteller de får god hjelp med tilrettelegging fra før, og derfor ikke har behov for et slikt skjema (n=1).

#### *Brukervennligheten av skjemaet*

Noen oppgir at skjemaet kan virke omfattende, mens ønsker at det skal tillegges flere detaljer. Noen sier de bruker skjemaet som en «huskeliste», hvor de fjerner informasjon som ikke er relevant. En sier det kan være utfordrende å ikke gjøre skjemaet for omfattende. 20% (n=1) oppgir at fokuset på gjennomføring og tilrettelegging i kroppsøving har endret seg det siste halvåret, gjennom å ha blitt mer bevisst på viktigheten av faget og hva som kan gjøres for at deltakelse i faget skal øke.

#### *Kommentar*

Svarprosenten er dessverre lav, og det er derfor vanskelig å trekke noen sikre konklusjoner om bruken av skjemaet og dens brukervennlighet. Svarene en har fått i skjemaet, sammen med muntlige, uformelle tilbakemeldinger til prosjektleder, viser likevel at skjemaet kan tyde på å fungere til sitt formål. Det kan tenkes at et halvt år er for kort tid til at store deler av fysioterapiavdelingen skulle ha behov for skjemaet (mange møter sjeldent skolepliktige barn), og det anbefales derfor at «Styrke fysisk aktivitet og kroppsøving i barnehage og skole» tar oppgaven med å gjennomføre en ny evaluering våren 2022, og eventuelt på senere tidspunkt dersom det blir aktuelt ut i fra svarene en får da. Se også under *Konklusjon og anbefaling til videreføring*.

### Evalueringsmål 3:

#### ***Elektronisk spørreskjema til kroppsøvingslærere på videregående skole i Vestland fylkeskommune.***

##### **Kommentar:**

Det var sendt ut et elektronisk spørreskjema til alle kroppsøvingslærere i Vestland Fylke 1.februar 2021. Skjemaet «Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving» hadde da vært tilgjengelig siden august i fastlegenes journalsystemer. Dessverre er svarprosenten lav, med n= 17. Skjemaet ble delt via administrasjonen i fylket, på sosiale medier og via gamle fagnettverket for kroppsøvingslærer i Hordaland Fylkeskommune. Se vedlegg 7 for link til spørreskjemaet.

##### *Bruken av skjemaet*

Svarene viser at skjemaet er tatt i bruk, men stort sett av under halvparten av tilfellene hvor elevene kommer med legeerklæring (n=9). Rett under halvparten av lærerne har ikke fått skjemaet i det hele tatt (n=8). Lærerne som har brukt skjemaet mener det gir tilstrekkelig og relevant informasjon om skjemaet, men at tidsramme for tiltak gjerne kan spesifiseres.

##### *Brukervennligheten til skjemaet*

Svarene er sprikende. Noen mener skjemaet fungerer godt for sitt formål (n=6), mens andre synes legene skriver for generelt (n=2) eller for detaljert (n=1), eller at skjemaet i seg selv ikke er godt nok utformet (n=5). Bare 13,3% (n=2) mener fokuset på gjennomføring og tilrettelegging i kroppsøvfingsfaget har endret seg til det bedre blant elevene, og 14,3% (n=2) mener det tilsvarende om lærerstaben og ledelsen sitt fokus. Dette begrunnes med økt fokus på tilrettelegging, flere møter og kontinuerlig arbeid med å redusere omfang av søknader om fritak.

Det kommenteres også at noen elever ikke ønsker å bruke skjemaet fordi de ikke ønsker å ha kroppsøving..

*Kommentar:*

Svarprosenten er dessverre for lav til at spørreskjemaet gir tydelig informasjon om både bruken av skjemaet og brukervennligheten til skjemaet. En bidragene faktor til den lave svarprosenten kan være endringen til rødt nivå for alle skoler i Bergens-området, og et økt arbeidspress på lærerne. Trolig har covid-19-situasjonen og mangelfull informasjon til fastleger også gjort at skjemaet har blitt brukt i liten grad, slik at det er få kroppsøvfingslærere som faktisk har fått dette skjemaet fra elever.

Det jobbes for at masterstudenter kan gjennomføre en ytterligere evaluering av bruken og brukervennligheten av «Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving» som en del av et prosjektfag våren 2021. Dette vil trolig bli gjennomført som intervju. I tillegg anbefales det at «Styrke fysisk aktivitet og kroppsøving i barnehage og skole» tar oppgaven med å gjennomføre en ny evaluering våren 2022, og eventuelt på senere tidspunkt dersom det blir aktuelt ut i fra svarene en får da. Se også under *Konklusjon og anbefaling til videreføring*.

#### Evalueringsmål 4:

***Fraværs- og frafallsstatistikk i Vestland fylkeskommune sammenlignet med landsgjennomsnittet, og sammenlignet med fraværs- og frafallstatistikk fra tidligere år.***

*Kommentar:*

Se under *Evalueringsmål 3, Evaluering av resultatmål 1*.



## 7. Milepælsplan

---

### Evaluering av milepælplan

- Milepæl 01:** Godkjent prosjektmandat og prosjektplan i styringsgruppa:  
Prosjektmandat og prosjektplan godkjend av styringsgruppa i des 19.
- Milepæl 02:** Ferdig journalmal krø.-vurdering for fysioterapeutar i spes.helsetenesten  
Implementert som rutine for Fysioterapiavdelinga HUS august 2020.
- Milepæl 03:** Møte HFK, BK, EBU, Fylkeslegen ang. legeerklæring på fritak kroppsøving.  
Utarbeida tidsplan for «arbeidet med legeerklæringar».  
Gjennomført etter planen.
- Milepæl 04:** Deltatt og haldt innlegg om fråfall frå kroppsøving på nettverkssamling for kroppsøvingslærar  
Gjennomført etter planen.
- Milepæl 05:** Tatt i bruk journalmal for kroppsøvingsvurdering hos fysioterapeutar i spesialisthelsetjenesten  
Gjennomført, noko forseinka grunna covid-19.
- Milepæl 06:** Statusrapport levert til oppdragsgjevar og til styringsgruppe  
Gjennomført etter planen.
- Milepæl 07:** Mediasak på legeerklæringar for å sette fokus på problemstillinga  
Har mediasak om Os VGS («gladsak») liggande klar hos kommunikasjonsavdelinga på HUS. Ikkje publisert før jul som planlagd pga sjukdom, men klar for publisering no. Heller ikkje aktuelt i vår grunna Korona-situasjonen. Diskutert moglegheiter rundt mediasak med kommunikasjonsavdelinga HUS og VFLK hausten 2020. Anbefaling om å avvente mediasak til ein har evaluert tiltak.
- Milepæl 08:** Gjennomføre nettverksdag kroppsøving VGS (må få dato når alle krø.-lærere HFK/Vestland har undervisningsfri)  
Utgått frå prosjektet og gjort som eige prosjekt i Kroppsøvingsgruppa grunna ynskje om ein større fagdag.  
Det er planlagd ei webinarrekke våren 2021 omhandlande
- Milepæl 09:** Ferdig plan for deltidspøving for kroppsøvingsstudentar i kroppsøvingstimar  
Utgår. Ikkje aktuelt slik utdanninga er organisert i dag.
- Milepæl 10:** Ferdig utarbeida plan for heildagsvurdering, prosjektdag og lærarressurs. Voss  
Gjennomført etter planen.

- Milepæl 11:** Ferdig utarbeida plan for heildagsvurdering, prosjektdag og miljøfagarbeidar Årstad  
Gjennomført.
- Milepæl 12:** Evaluert og evt justert journalpunkt kroppsøving for muskel-skjelett vurdert av fysio i spesialisthelsetjenesten  
Ikkje aktuelt – innlemma i overordna journalmal for fysioterapeutar i spesialisthelsetenesta.
- Milepæl 13:** Levert statusrapport til styringsgruppa.  
Gjennomført etter planen.
- Milepæl 14:** Oppstart miljøfagarbeidar Årstad og lærarressurs Voss  
Gjennomført etter planen.
- Milepæl 15:** Oppstart deltidspraksis for kroppsøvingstudentar i kroppsøvingstimar på Årstad  
Sjå punkt 09. Ikkje aktuelt.
- Milepæl 16:** Gjennomført «Kroppsøvingdag» på skulane  
Sjå punkt 10 og 11. Vurdert saman med kroppsøvingslærarar på prosjektskulane at dette ikkje er eit aktuelt tiltak.
- Milepæl 17:** Gjennomført heildagsvurdering på Voss og Årstad  
Ikkje gjennomført grunna Covid-19. Erfaringsutveksling over digitalt møte og skriftleg informasjon.
- Milepæl 18:** Ferdigstilt foreløpig evaluering av deltidspraksis for krø.-studentar  
Ikkje aktuelt.
- Milepæl 19:** Ferdigstilt sluttrapport og forslag til ev vidareføring av prosjekt med prosjektplan og prosjektmandat for våren 2021  
Levert prosjektrapport og forslag til vidareføring mars 2021.

## 8. utfordringer

Det har vært en ambisiøs tiltaksrekke, hvor mange punkt dessverre ikke har kunne la seg gjennomføre på grunn av Covid-19. Særlig har dette påvirket arbeidet på skolene, da hjemmeskole har gjort at en har fått testet tiltaket, «Ekstra ressursar», ut i mindre grad i praksis enn faktisk tenkt. Det har også gjort at lærere og avd.ledere naturlig nok har hatt mye uforutsett arbeid som kan tenkes har gått ut over prosjektoppfølgning. Pandemien har også påvirket fraværs- og frafallsstatistikken, noe som gjør at det er utfordrende og sammenligne årets resultat med fjorårets resultat.

Det har også vært utfordrende å nå ut til fastlegene med informasjon om legeerklæringsskrivet, då planlagte informasjonsmøter, skriftlige saker og møter med Allmenlegeforeningen i Bergen har vært utsatt på ubestemt tid grunna Covid-19. Selv om fylkeslegen har sendt ut informasjon til alle kommuneoverlegene, er det ikke gitt at dette blir sendt videre til alle fastlegene, og heller ikke gitt at dette blir lest i en travel (korona-)hverdag.

Det har heller ikke vært mange møter i «Styrke fysisk aktivitet i barnehage og skule», noe som har gjort at prosjektet har vært lite diskutert i fellesskap, og i liten grad forankret godt i gruppen. Det har også vore utskiftingar av leder og gruppelemmar i IKV overordnet og i møteplassen. Grunnet omorganisering i fylkeskommunen har det også vært en del utskifting i hvem som har holdt i prosjektet frå avd. for opplæring sin side. Dette har medført at prosjektet *kan* ha blitt dårligere forankert i både møteplassen «Styrke kroppsøving og fysisk aktivitet i barnehage og skule» og fylkeskommunen enn ønskelig.

Som ny prosjektleder og ny i Idrettsklyge Vest har det også vært utfordrende å sette seg inn i og forstå organiseringen av Os-prosjektet (forløperen til dette prosjektet); hva som konkret var tiltak, mål og evalueringspunkt.

## 9. Økonomi

<b>Budsjett</b>		<b>Regnskap</b>	
<i>Kostnadsart/kostnad pr aktivitet</i>	<i>Beløp</i>	<i>Kostnadsart/kostnad pr aktivitet</i>	<i>Beløp</i>
20% Prosjektleder 10 mnd (jan-mai, sept-des)	110 000 kr	20% Prosjektleder 10 mnd (jan-mai, sept-des)	110 000 kr
20% Miljøfagarb Årstad 5 mnd	50 000 kr	20% Miljøfagarb Årstad 5 mnd	50 000 kr
Ca 5% Legeressurs	20 000 kr	Ca 5% Legeressurs	Ca. 15 000 kr brukt sept 2020, Ca. 5000 kr gjenstående
10% lærar Voss 5 mnd	35 000 kr	10% lærar Voss 5 mnd	35 000 kr
Erfaringskonsulent Os VGS	30 000 kr	Erfaringskonsulent Os VGS	30 000 kr
Fagdag	10 000 kr	Implementering i Info Docs	6 000 kr
Reise/møter	5000 kr	Honorar til ressursgruppe av fastlegar for innspill på skjema for anbefaling av tilrettelegging i kroppsøving.	3000 kr
		Fagdag	4 000 kr gjenstående
		Møter/reiser	2 000 kr gjenstående
Sum	260 000 kr	Sum	260 000 kr (11 000 kr gjenstående)

### Kommentar regnskap:

10 000 kr av prosjektmidlene avsatt til reiser/møter og fagdag er avsatt til implementering av legererklærings skjema i InfoDocs (6000 kr) og til honorar til ressursgruppen av fastleger som har gitt innspill på skjema for anbefaling av tilrettelegging i kroppsøving (1000 kr x 3).

Dette er gjort i sammen med prosjektleiar for «Styrke kroppsøving og fysisk aktivitet i kroppsøving i barnehage og skule» (Robert Brancovick).

Det er vurdert at postene «Reiser/møter» og «Fagdag» er mindre viktige for måloppnåelse i prosjektet enn implementering og tilbakemelding frå fastlegene, og derfor er det flyttet midler fra disse postene til «Resurssgruppe-posten».

## 10. Måloppnåelse

---

Evaluering av «Kroppsøvningsprosjektet» viser at en del av tiltakene har vært vanskelige å gjennomføre eller evaluere grunnet Covid-19. Det ser likevel ut til at prosjekttiltakene har bidratt økt deltagelse og gjennomføring i kroppsøvningsfaget:

- Prosjektet har utviklet og testet ut relevante tiltak som kan bidra til å gjennomføre deltagelse og gjennomføring i kroppsøving på Voss VGS og Årstad VGS høstterminen 2020. Erfaringer fra de aktuelle skolene er samlet til en overordnet modell, som kan benyttes for videre implementering i Vestland fylke (Resultatmål 1).
- Prosjektet har utviklet og testet ut mal/standard for legeerklæring og journalnotat som omhandler kroppsøvningsfaget og pasientens mulighet for deltagelse i faget (Resultatmål 2).
- Det er usikkert om prosjektet har økt deltagelse og gjennomføring av kroppsøvningsfaget hos elever i videregående opplæring i Vestland Fylkeskommune, da covid-19-pandemien gjør sammenligning til tidligere år utfordrende. Prosjektskolenes erfaring er likevel at elever som stod i fare for å falle fra, har deltatt i faget fordi en har hatt bedre muligheter for å tilrettelegge opplæring med ekstra ressurser. (Effektmål 1).
- Der er usikkert om prosjektet har redusert antall elever som får legeerklæring om fritak i kroppsøvningsfaget, selv om spørreundersøkelsen til kroppsøvningslærere kan indikere dette (Effektmål 2).

## 11. Konklusjon og forslag til videreføring

---

«Kroppsøvningsprosjektet» har hatt som mål å øke deltagelse og gjennomføring i kroppsøving i den videregående opplæringen, gjennom tiltak knyttet direkte til prosjektskolene og tiltak knyttet til å bedre samhandling mellom helsetjeneste og skole. Evalueringen viser at prosjekttiltakene trolig har fungert til sitt formål, men at Covid-19-pandemien gjør det vanskelig å vurdere sikkert.

På bakgrunn av faktagrunnlaget, erfaringer fra tidligere prosjekt, gjennomføring av prosjekttiltak og evaluering, er det nærliggende å anta at utprøvde tiltak kan videreføres på andre skoler for å øke gjennomføring av kroppsøving og videregående opplæring, gjennom at Vestland Fylkeskommune:

- (Stimulerer til (veileder til?) ansettelse av miljøfagarbeidere med interesse for fysisk aktivitet/idrett på videregående skoler som skal delta planlegging, gjennomføring og oppfølging av kroppsøvingstimer sammen med kroppsøvingslærer.
  
- Utarbeider en nettressurs/ta i bruk allerede eksisterende nettressurser for å gjøre erfaringer fra prosjektet tilgjengelig for alle videregående skoler i Vestland:
  - Overordnet forslag til organisering for bruk av miljøfagarbeider/to-lærer-system (se vedlegg 4)
  - Overordnet modell for heldagsvurderinger fra Os VGS (se vedlegg 5)
  - Opptak fra kroppsøvingseminar i regi av IKV og Nasjonalt senter for fysisk mat, helse og fysisk aktivitet.
  - Legeerklæringskjemaet: «Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving».
  - Fysioterapiskjemaet: «Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving».
  - Informasjon om andre tiltak tilknyttet gjennomføring og deltakelse i kroppsøving på andre VGS i fylket (eksempelvis «Alternativ gym» på Årstad VGS).
  
- Fortsetter å oppfordre til at elever bruker «Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving» i spørsmål om kroppsøving i møte med fastlege.

Videre vil prosjektgruppen på bakgrunn av teorigrunnlaget, erfaringsgrunnlaget, gjennomføring av prosjekttiltak og evaluering, anbefale at Idrettsklynge Vest gjør følgende:

- Gjennom Helse Bergen sin deltakelse i IKV: Fortsette å oppfordre fastleger og annet helsepersonell til å benytte «Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving» gjennom arbeid i «Styrke fysisk aktivitet og kroppsøvingfaget i barnehage og skole».
  
- Fortsette å arrangere webinar for kroppsøvingslærere i fylket, med fokus på erfaringsutveksling, kompetanseheving og faglige diskusjoner.

- Være biveileder for masterstudenter i forbindelse med studentoppgaver tilknyttet Kroppsøvingsprosjektet. Per i dag er det en masterstudent, samt et prosjektfag som er interessert i å bruke Kroppsøvingsprosjektet.
- Gjennomfører ny evaluering og revisjon av journalmal for fysioterapeuter/idrettspedagoger og «Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving» i januar 2022 (1 år etter implementering), og eventuelt 1-2 år igjen etter dette.

I et langsiktig perspektiv foreslås det at Idrettsklynge Vest:

- Gjennomfører et pilotprosjekt som retter seg mot tiltak mellom primærhelsetjenesten og skolen, med tilsvarende rutine og mal for journalskriv/brev omhandlende kroppsøving som er utarbeidet i spesialisthelsetjenesten. Aktuelle profesjoner kan være fysioterapeuter og helsesykepleiere.
- Gjennomfører et pilotprosjekt på studentpraksis beskrevet i kapittel xx., med mål om å teste ut om en slik type studentpraksis kan gi økt kompetanse og erfaring hos studenten og en økt gjennomføring og deltagelse i kroppsøving for eleven, uten at det fører til store ekstra kostnader eller merarbeid for verken lærer, skole eller fylkeskommune.

# Vedlegg

---

1. Retningslinje for kartlegging av kroppsøving for pasienter i skolealder, for fysioterapeuter i spesialisthelsetjenesten
2. «Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving», standardmal for fysioterapeuter
3. «Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving», standardmal for leger
4. Miljøfagarbeider i kroppsøving – forslag til organisering
5. Heldagsvurdering i kroppsøving – forslag til organisering (fra Os VGS)
6. Kommunikasjon- og mediaomtale av prosjektet
7. Link til spørreskjema



# Vedlegg 1: Retningslinje for kartlegging av deltaking i kroppsøving hos pasientar i skulealder

---

Det er viktig at fysioterapeutar som møter barn og unge i skulealder bidreg til at barnet/ungdommen deltek i faget kroppsøving.

Dette kan fysioterapeuten gjere gjennom faglege råd til elev, føresette og faglærer om nyttige tilretteleggingstiltak, samt gjennom oppmoding og ufarleggjering av fysisk aktivitet trass helsetilstanden til barnet/ungdommen.

Fysioterapeuten kan ut i frå fagleg ståstad vurdere i kva grad den aktuelle pasienten har behov for tilrettelegging i kroppsøving, og gjere tiltak deretter:

## 1) *Dersom det ikkje er tilretteleggingsbehov*

Dersom pasienten ikkje har tilretteleggingsbehov i kroppsøving, skriv fysioterapeuten under eit eige punkt kalla «Kroppsøving» i journalen at «Barnet/ungdommen kan og bør ha kroppsøving på lik linje som andre».

Dersom fysioterapeut ut i frå fagleg ståstad ser at det er fare for at kroppsøving kan bli utfordrande i framtida, oppgir fysioterapeut enten kontaktinformasjon til seg sjølv eller til kommunal fysioterapeut, slik at pårørande/pasient kan ta kontakt om dei treng råd og rettleiing i framtida.

## 2) *Dersom det er små tilretteleggingsbehov*

Dersom pasienten har små tilretteleggingsbehov som ikkje krev tett oppfølging, bruker fysioterapeuten frasen «Råd for tilrettelegging i kroppsøving» som eige punkt i journalnotatet sitt. Her er det viktig at fysioterapeuten understrekar at pasienten kan og bør ha kroppsøving, slik at fysioterapeuten er med å synleggjere viktigheita av faget.

Dersom pasient og næraste pårørande ynskjer, kan fysioterapeuten vidare sende «Råd for tilrettelegging i kroppsøving» til kroppsøvingslærer og trenar, enten via post eller via foreldre.

## 3) *Dersom det er store tilretteleggingsbehov*

Dersom pasienten har behov som gjer at han/ho i stor grad må ha tilpassa og spesialisert opplegg i kroppsøvingstimane, tilviser fysioterapeut i spesialisthelsetenesta pasienten til kommunefysioterapeut eller privat fysioterapeut på heimstaden til pasienten.

Det er då fysioterapeuten som tek i mot tilvisninga i kommunen/på heimstaden som gjer vurdering og i gangsetjing av tiltak i kroppsøvingstimane/treningane, samt vurderer kor ofte og kor lenge oppfølginga skal skje. Tilvisande fysioterapeut i spesialisthelsetenesta kan konfererast med.

I DIPS er det ei eiga frase som fysioterapeuten kan bruke som mal for å dokumentere kva tilretteleggingstiltak som kan vere hensiktsmessig hos den enkelte pasient. Denne frasen kan vidare nyttast som kommunikasjonsverktøy mellom helsetjenesten og skulen.

I DIPS har frasen navn *fys\_kroppsøving*. Søkeord: *Kroppsøving tilrettelegging lærer elev anbefaling*

Frasen nyttast på følgande måte:

- 1) Fysioterapeuten spør om samtykke fra pasient og føresette til å sende brev til aktuell lærar og skule. Sendinga kan skje via pasient/føresette eller via post, alt etter kva pasient/føresette ynskjer. Journalfør at dette er gjort i frasen.
- 2) Gå gjennom skjemaet.
  - a. Fyll inn nødvendig informasjon i skjemaet.
  - b. Fjern råd som ikkje er aktuelle.
  - c. Tillegg råd som er aktuelle, men som ikke står oppført.
  - d. Fjern eventuelt tema/ bokser som ikkje er aktuelle.
- 3) Skriv inn meir informasjon i tekstboksen nederst dersom naudsynt.
- 4) Skriv ein kort konklusjon i tekstboksen nederst. Her er det fint å vektlegge viktigheita av å delta i kroppsøving.
- 5) Skriv under brevet.

## Vedlegg 2: Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving - fysioterapeutar

*Enkelte elever har behov for særlig tilrettelegging i kroppsøving for å kunne oppnå bevegelsesglede, trygghet og mestring i faget. Gode opplevelser i kroppsøving kan bidra til økt gjennomføring i kroppsøving, til bedre biopsykososal helse nå og i fremtiden og til bedre integrering i klassemiljøet. Det anses derfor som viktig å legge til rette for at alle elever, uavhengig av situasjon, helsetilstand og bakgrunn, kan oppleve mestring i faget.*

**Eleven sitt navn:**

**Foresatte/pasient \*navn\* samtykker til at skrivet blir sendt til kroppsøvingslærer \_\_\_\_\_ ved \_\_\_\_\_ skole.**

Ut i fra **dagens/periodens undersøkelse/oppfølging av pasient**, ser vi at han/hun trolig vil profitere av at følgende tiltak blir brukt som en del av tilrettelegging i kroppsøvingstimen:

	<i>Behov for særlig tilrettelegging; Tips for tilrettelegging:</i>
<i>Øktens oppbygging</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vil profitere av å kunne fokusere på få øvelser eller aktiviteter i løpet av en skoletime</li><li>• Lite utstyr og ryddig rom vil gjøre det enklere å konsentrere seg om oppgavene i timen.</li><li>• Vil trolig bedre konsentrasjonen dersom støy (i form av lyd og unødvendige gjenstander) er på et minimum.</li><li>• Vil profitere av å ha hyppige pauser.</li><li>• Vil profitere av variert intensitet på øvelsene/aktivitetene gjennom en skoletime.</li><li>• Vil profitere på å ha pauser med lekbasert aktivitet, særlig i timer som bærer preg av aktiviteter med mye regler eller konkurransepreg.</li><li>• Vil trolig oppleve mer mestring og bevegelsesglede med lekbasert aktivitet fremfor strukturert trening eller konkurransepreget aktivitet.</li></ul>
<i>Samspill</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bør forberedes i forkant av aktivitetsoverganger og avslutning av aktiviteter.</li></ul>
<i>Instruksjon</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vil trolig profitere av hyppige positive tilbakemeldinger på innsats og vellykkede forsøk, da dette kan gi økt motivasjon og opplevelse av mestring.</li><li>• Vil trolig profitere av korte og tydelige instruksjoner.</li><li>• Det kan være lurt og sikre at instruksjon er forstått</li><li>• Det kan være lurt og sikre blikkontakt når instruksjon gis</li><li>• Vil trolig profitere av at man teller høyt</li><li>• Vil trolig profitere av at øvelsesprogrammet ligger synlig</li><li>• Det kan være lurt å forklar hvorfor en øvelse gjøres</li><li>• Gi gjerne «starthjelp» (f.eks. i form av individuell veiledning) ved oppstart av nye øvelser/aktiviteter</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tid bør forklares i handling og ikke i minutter (f.eks. «Vi avslutter om fem pasninger» fremfor «Vi avslutter om fem minutter»).</li> <li>• Vil trolig ta visuell og muntlig instruksjon bedre enn muntlig instruksjon alene.</li> </ul>
<i>Kommunikasjon</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profitterer av hyppige tilbakemeldinger</li> <li>• Profitterer av hyppige og korte instruksjoner</li> </ul>
<i>Gruppeaktivitet</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Man bør tilstrebe grupper på maks xxx antall elever</li> <li>• Han/hun bør være i gruppe med andre han/hun er trygg på</li> </ul>
<i>Kroppskontakt</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Man bør unngå øvelser med stor grad av kroppskontakt.</li> </ul>
<i>Garderobesituasjon</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eleven vil trolig øke deltagelse i kroppsøvingstimene dersom han/hun kan få tilbud om egen garderobe, gitt skolen sine tilgjengelige fasiliteter.</li> <li>• Eleven vil trolig øke deltagelse i kroppsøvingstimene dersom han/hun kan få gå i garderoben 10 min før de andre/10 min etter de andre.</li> </ul>
<i>Innlæring av nye øvelser</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vil trolig profitere av manuell guiding som hjelp i innlæring av nye øvelser.</li> <li>• Vil profitere av visuell instruksjon fremfor verbal instruksjon.</li> <li>• Vil profitere av å ha beskrivelse av øvelse (bilder) på papir liggende fremme.</li> <li>• Vil kunne profitere av å ha sett øvelsen på film i forkant.</li> <li>• Vil trolig ha nytte av hyppige tilbakemeldinger på suksessfulle forsøk i innlæringsfasen.</li> <li>• Bør få kortfattet instruksjon.</li> <li>• Vil trolig ha nytte av å øve på en del av øvelsen om gangen, istedenfor hele øvelsen i ett.</li> <li>• I ballaktivitet kan eleven benytte en større og mykere ball, hvor man kan redusere størrelse og øke hardhet på ball etter hvert som han/hun mestrer.</li> <li>• Vil profitere av å øke vanskelighetsgrad trinnvis, og gjerne med en enkelt ferdighet (utholdenhet, muskelstyrke, koordinasjon, persepsjon osv) av gangen.</li> <li>• Øke krav til hurtighet i øvelsen etter hvert som eleven mestrer øvelsen.</li> <li>• Øke krav til styrke i øvelsen etter hvert som eleven mestrer øvelsen.</li> <li>• Øke krav til koordinasjon og balanse etter hvert som eleven mestrer øvelsen.</li> <li>• Øke krav til ytre momenter (medspillere, ekstra utstyr, nye regler) etter hvert som eleven mestrer øvelsen.</li> </ul>
<i>Ballspill</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kan profitere av å bruke stor, myk ball fremfor liten, hard ball. Gå gradvis ned på ballstørrelse og hardhet etter hvert som han/hun mestrer øvelsen.</li> <li>• Responderer bedre på balløvelser i par, fremfor ballspill med mange.</li> </ul>
<i>Koordinasjonsøvelser</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eleven vil trolig ha større mestring dersom man reduserer kompleksitet i øvelsene.</li> <li>• Eleven vil trolig ha større mestring dersom man reduserer krav til ballferdighet/finmotorisk ferdighet/styrke/balanse/utholdenhet/vendinger/kraft i øvelsen.</li> <li>• Vil trenge god tid på innlæring</li> <li>• Unngå å legg opp synlig «feiling», f.eks. gjennom køaktivitet eller stafetter.</li> </ul>
<i>Styrketrening</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bør være forsiktig med ytre belastning i ytterstilling av leddet.</li> </ul>
<i>Kondisjonstrening</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Platfothet gjør at langdistanseløping (&gt;2 km) kan gi smerter i føtter. Pasienten kan derfor profitere av å gjennomføre kondisjonstrening f.eks. på ergometersykkel eller</li> </ul>
<i>Håndtering av smerter</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bør ha fokus på øvelser/aktiviteter som ikke belaster kroppsdelen(e) som er smertefulle</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Fysisk aktivitet med en viss intensitet frigir endorfiner, et hormon som virker smertedempende. Fysisk aktivitet er derfor bra og kan virke dempende på smertene.</li><li>• Fysisk aktivitet kan bidra til å ta fokus bort fra den vonde kroppsdelene, og fysisk aktivitet kan derfor være en viktig del av behandling av (funksjonelle) smerter.</li></ul>
--	---

Oppsummering/tilleggsinformasjon:

Etter samtykke med foresatte kan undertegnede kontaktes dersom kroppsøvingslærer har spørsmål.

**Tilrettelegginger gjøres av skole og kroppsøvingslærer, og vil være avhengig av skolens ressurser.**

Vennlig hilsen

Navn Etternavn

Stilling

Avd. tilhørighet

Telefonnummer

# Vedlegg 3: Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving - legar

**Pasientnavn:** Automatisk utfylt

**Fødselsdato:** Automatisk utfylt

**Adresse:** Automatisk utfylt

**Er du elevens fastlege?** JA NEI

**Dersom nei, fastlegen sitt navn:** Automatisk utfylt

**Bakgrunn for tilrettelegging:** Dersom bakgrunn/diagnose er nødvendig for å kunne legge til rette, blir årsak til begrensning i deltakelse skrevet her.

Kan delta (sett kryss)				
Aktivitetsform	Ja	Med litt tilrettelegging	Med mye tilrettelegging	Nei
Ballspill, lek og andre kontaktaktiviteter				
Utholdenhetstrening i form av løp				
Andre former for utholdenhetstrening				
Styrketrening				
Bevegelsestrening og dans				
Svømming				
Koordinasjon og enkle turnøvelser				

**Supplerende informasjon (dersom nødvendig):**

T.d. tidsperiode for tilrettelegging, forslag til tilrettelegging, samarbeid skole-hjem om tilpassing (se forslag til tekst under), osv.

**Eleven møter til kroppsøving, og tilrettelegging skjer i samråd med skole og kroppsøvingslærer.**

Med vennlig hilsen

**Forskrift til opplæringsloven § 3-23:**

Elever som ikke kan følge opplæringen i kroppsøvingsfaget, skal få tilrettelagt opplæring så langt dette er mulig for eleven.

**Lov om helsepersonell § 6:**

Helsepersonell skal sørge for at helsehjelpen ikke påfører pasient, helseinstitusjon, trygden eller andre unødvendig tidstap eller utgift.

**Lov om helsepersonell § 15:**

Den som utsteder attest, erklæring o.l. skal være varsam, nøyaktig og objektiv. Attest, erklæring o.l. skal være korrekt og bare inneholde opplysninger som er nødvendige for formålet. Attest, erklæring o.l. skal inneholde alle opplysninger som helsepersonellet bør forstå er av betydning for mottakeren og for formålet med attesten, erklæringa o.l. Helsepersonellet skal gjøre det klart dersom attesten, erklæringene o.l. bare bygger på en begrenset del av de relevante opplysningene helsepersonellet har. Helsepersonell som er inhabil etter forvaltningsloven § 6, skal ikke utstede attest, erklæring o.l.

# Vedlegg 4: Miljøfagarbeider i kroppsøving – forslag til organisering

---

*Gjennom flere prosjekt i Vestland Fylkeskommune har en hatt svært positive erfaringer med bruk av en fast miljøfagarbeider som ekstraressurs for faglærer inn i kroppsøvingsfaget. Prosjektene sin erfaring tilsier at bruk av miljøfagarbeider er en økonomisk og effektivt for å øke deltagelse og gjennomføring i faget.*

*Erfaring frå skolene viser at følgende organisering av miljøfagarbeider i kroppsøving er hensiktsmessig:*

## Miljøfagarbeider sine arbeidsoppgaver:

- Bistå kroppsøvingslærer i planleggingsarbeidet av kroppsøvingstimer.
- Bistå kroppsøvingslærer i gjennomføring av timer:
  - Ta lederansvar for klassen når kroppsøvingslærer følger opp elever med tilretteleggingsbehov
  - Føle opp elever med tilretteleggingsbehov når kroppsøvingslærer følger opp resten av klassen
  - Være tilgjengelig for ikke-faglige samtaler med elever som har behov for dette

## Kroppsøvingslærer sine arbeidsoppgaver:

- Er vurderingsansvarlig for alle elever
- Er gjennomføringsansvarlig for alle timer
- Er planleggingsansvarlig for alle timer
- Er oppfølgingsansvarlig for alle elever

## Miljøfagarbeider og ansettelse:

- Miljøfagarbeider bør ansettes i minst 20% for å kunne være tilgjengelig nok til å være opplevd som en faktisk ressurs for lærere og elever.
- Miljøfagarbeider ansettes som en hjelp til alle elever i kroppsøving, han/hun skal ikke være fast kontakt til en gitt elev.
- Miljøfagarbeideren kan følge en mindre gruppe elever med ekstra behov for støtte i kortere perioder, men dette skal skje i tilknytning til kroppsøvingsfaget. Elever det oppdages har behov for langvarig støtte for, skal henvises skolehelsetjeneste.

- Miljøfagarbeideren benyttes i de klasser hvor skolen vurderer ut i fra totalsituasjonen at det vil gi mest effekt med tanke på gjennomføringsgrad og deltakelse. Det kan bety at miljøfagarbeideren:
  - 1) Følger alle timer med en bestemt klasse gjennom hele året  
*Fordel:* Bli godt kjent med faglærer og elever, og deres behov.  
*Ulempe:* Kan være flere klasser enn en per skole som har behov.
  - 2) Alternerer mellom klasser og er dermed ikke med i alle timer hos en gitt klasse  
*Fordel:*  
*Ulempe:*
  - 3) Følger en klasse fast i alle timer for en periode, før han/hun bytter til en ny klasse
- Prosentene avsatt til miljøfagarbeideren skal utelukket brukes til kroppsøvfaget.
- Erfaring tilsier at det er svært nyttig at miljøfagarbeideren har tidligere bakgrunn fra idrett, og fremdeles er interessert i idrett og fysisk aktivitet.



# Vedlegg 5: Forslag til organisering av heldagsvurdering

---

## Modell fra Os VGS:

En skisse på hvordan heldagsundervisning i kroppsøving kan gjennomføres:

- Det settes av to hele dager til undervisning.
- Timene er lagt inn i ressursen til faglærer fra starten av året. For elevene er dette å regne som heldagsvurdering på lik linje med andre fellesfag.
  
- **Avd. leder** for fellesfag sender ut melding til faglærere om hvilke elever som er aktuell for heldagsvurdering i kroppsøving inneværende termin. Ca 4-5 uker før terminslutt.
  - o Faglærere melder inn til avd. leder med liste over aktuelle elever med udokumentert fravær over 10%.
  - o Avd.leder administrerer videre innkalling av elever: Via kontaktlærere og til elever via SMS.
  
- **Faglærer** organiserer undervisningsopplegg som dekker over gjeldende kompetansemål i faget. Undervisningen kan deles opp med ulike emner gjennom dagen. Husk å ta elevenes forsetninger med i planleggingen. Ofte er dette elever som generelt er lite aktive.
  - o Dag 1 – før lunsj: (Idrettsaktivitet + Trening og livsstil)
    - Oppvarmingsøvelser – generell og spesifikk oppvarming (leikbaserte øvelser + aktivitetsspesifikk oppvarming).
    - Grunnleggende innføring i et utvalg av lagspill. (innebandy, basketball, volleyball eller andre lagspill).
  
  - o Dag 1 – etter lunsj (Trening og livsstil)
    - Dele ut MAL for øktplan til elevene. Elevene planlegger og gjennomfører en sirkeltreningsøkt i gymsalen basert på enkle og kjente styrkeøvelser.

- Hvis tilgang på Svømmehall (vi har Osbadet ) kan man ved mange elever også dele gruppen i to og bytte ved lunsj.
- Dag 2 – Hel dag (Trening og livsstil + Friluftsliv)
    - Fjelltur – legg gjerne opp til noen tilleggsoppgaver underveis. F.eks bruk av GPS / app , Geo caching, Fotspor, Tur-Orientering m.m. Her kan man også trekke inn flere moment innenfor begge emner.
    - Gi elevene huskeliste
- **Elevene** bør få tilsendt info om opplegg oppmøtetid/sted i god tid slik at de får mulighet til å skaffe seg nødvendig utstyr.
  - Elever som deltar i heldags i kroppsøving får fjernet udokumentert fravær fra ordinær undervisning.
  - Heldagsundervisningen er et tilbud som gis til eleven. Om eleven ikke stiller til heldagsvurderingen får det ingen ytterligere konsekvenser for eleven i form av fraværstføring osv. annet enn at eleven får IV pga høyt udok.fravær.
  - Elevene får ikke lansert ordningen om heldagsvurdering i starten av året. Dette for å unngå at elevene bruker ordningen som en hvilepute.

Mvh

Kroppsøvingssesksjonen v/ Os vgs

## Vedlegg 6: Kommunikasjon- og mediaomtale

---

<i>Dato</i>	<i>Tittel</i>	<i>Målgruppe</i>	<i>Plassering</i>	<i>Link til sak</i>
<b>Januar 2020</b>	<i>Presentasjon av prosjektet og kartlegging av krø.-lærarar sine meiningar og tankar</i>	<i>Idrettslærarar i Hordaland</i>	<i>Fysisk foredrag på Amalie Skram VGS i forbindelse med Fagnettverk for krø.-lærere i Hordaland</i>	
<b>Juni 2020</b>	<i>Brev til alle i rektorar i fylket</i>	<i>Alle rektorar, lærarar og elevar i Vestland Fylke</i>	<i>Mail</i>	
<b>August 2020</b>	<i>Brev til alle kommuneoverlegar i fylket</i>	<i>Alle allemennlegar i fylket</i>	<i>Mail</i>	
<b>August 2020</b>	<i>Informasjonsskriv til kommune</i>	<i>Lærarar, helsesjukepleiarar, habilitering/re-habiliteringstjenesten</i>	<i>Mail</i>	
<b>August 2020</b>	<i>«Tilrettelegging i kroppsøving»</i>	<i>Lærarar, skuleleiarar, helsepersonell</i>	<i>IKV sine eksterne nettsider</i>	<a href="#"><u>Tilrettelegging i kroppsøving   Idrettscampus Bergen</u></a>
<b>August 2020</b>	<i>«Slik kan elevar hindre fråfall i kroppsøvingfaget»</i>	<i>Lærarar i Vestland Fylkeskommune</i>	<i>VFLK sine eksterne nettsider</i>	<a href="#"><u>Slik kan elevar hindre fråfall i kroppsøvingfaget - Vestland fylkeskommune</u></a>
<b>August 2020</b>	<i>«Skjema for tilrettelagt undervisning i kroppsøving»</i>	<i>Lærarar i Vestland Fylkeskommune</i>	<i>VFLK sine eksterne nettsider</i>	<a href="#"><u>Skjema for tilrettelagt undervisning i kroppsøving - Vestland fylkeskommune</u></a>
<b>August 2020</b>	<i>«Slik kan fastlegane bidra til at fleire elevar deltek i kroppsøving»</i>	<i>Fastlegar</i>	<i>Statsforvaltaeren sine eksterne nettsider</i>	<a href="#"><u>Slik kan fastlegane bidra til at fleire elevar deltek i kroppsøving   Statsforvalteren i Vestland (statsforvalteren.no)</u></a>
<b>September 2020</b>	<i>«Tilrettelagt kroppsøving framfor gymfritak for elevar i vidaregåande skolar»</i>	<i>Tilsette i Helse Bergen</i>	<i>Intranettsider til Helse Bergen</i>	<a href="#"><u>Helse Bergen Innsiden - Tilrettelagt kroppsøving framfor gymfritak for elevar i vidaregåande skolar (helse-bergen.no)</u></a>
<b>September 2020</b>	<i>Presentasjon av prosjektet på avdelingsmøte for Fysioterapiavdelinga</i>	<i>Fysioterapeutar i Helse Bergen</i>	<i>Presentasjon over zoom</i>	

<i>Desember 2020</i>	<i>Presentasjon av prosjektet og moglege studentoppgåver</i>	<i>Masterstudentar Helsefremjande arbeid, UIB.</i>	<i>Presentasjon over zoom</i>	
<i>Januar 2021</i>	<i>«Tilrettelagt kroppsøving skal førebygge fråfall»</i>	<i>Tilsette i Helse Bergen</i>	<i>Intranettsider til Helse Bergen</i>	<a href="https://www.helse-bergen.no/innside">Helse Bergen Innsiden - Tilrettelagt kroppsøving skal førebygge fråfall (helse-bergen.no)</a>
<i>Januar 2021</i>	<i>Presentasjon av journalmal i DIPS</i>	<i>Barnelegespesialistar på Haukeland</i>	<i>Presentasjon på morgenmøte</i>	
<i>Januar 2021</i>	<i>Webinar «Fagfornyninga i kroppsøving»</i>	<i>Kroppsøvlingslærarar, skuleleiarar, studentar</i>	<i>HVL+IKV sine kanalar (zoom)</i>	

## Vedlegg 7: Link til spørreskjema

---

Link til svar spørreskjema – kroppsøvingslærere: [Dine erfaringer med skjemaet "Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving" \(google.com\)](#)

Link til spørreskjema – kroppsøvingslærere: [Kartlegging av bruken og brukervennligheten av verktøyet "Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving" - Google Skjemaer](#)

Link til svar på spørreskjema – fysioterapeuter: [Dine erfaringer med skjemaet "Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving" \(google.com\)](#)

Link til spørreskjema – fysioterapeuter: [Kartlegging av bruken og brukervennligheten av verktøyet "Anbefaling for tilrettelegging i kroppsøving" fysioterapeuters erfaring - Google Skjemaer](#)

# Referanser

---

Bergsli (2013) *Helse og frafall i videregående opplæring, Underlagsrapport til Sosial ulikhet i helse: En norsk kunnskapsoversikt*. Oslo: Sosialforsk, Høgskolen i Oslo og Akershus.

Bruusgard et al (2010) Education and disability pension: A stronger association than previously found, *Scandinavian Journal of Public Health* (28:686-690).

Falch et al (2009) *Kostnader av frafall i videregående opplæring*. Trondheim: Senter for økonomisk forskning AS.

Fjørtoft, Kjønneksen og Støa (2018), *Barn – unge og fysisk aktivitet. Operasjonalisering av anbefalingene om fysisk aktivitet og stillesitting for barn og unge i alderen 0-18 år*. Skriftserien fra Universitetet i Sørøst-Norge nr.12. Notodden: Universitetet i Sør-Øst Norge for Helsedirektoratet.

Forskrift til opplæringslova. *Forskrift 29.juni 2020 nr. 1474 om fritak frå vurdering med karakter*.

Helsedirektoratet (2018). Sosial ulikhet påvirker helse – tiltak og råd. Tilgjengelig fra:

<https://www.helsedirektoratet.no/tema/sosial-ulikhet-i-helse/sosial-ulikhet-pavirker-helse-tiltak-og-rad>

(Hentet: 20.07.2020)

Helsedirektoratet (2019a) *Hva fysisk aktivitet gjør med kroppen*. Tilgjengelig fra:

<https://helsenorge.no/trening-og-fysisk-aktivitet/hva-fysisk-aktivitet-gjor-med-kroppen> (Hentet

20.07.2020).

Helsedirektoratet (2019b) *Bekymret over lite fysisk aktivitet blant barn og unge*. Tilgjengelig fra:

<https://www.helsedirektoratet.no/nyheter/bekymret-over-lite-fysisk-aktivitet-blant-barn-og-unge>

(Hentet: 20.07.2020).

Helsedirektoratet (2019c) *Fysisk aktivitet for barn og unge*. Tilgjengelig fra:

<https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/fysisk-aktivitet-for-barn-unge-voksne-eldre-og-gravide/fysisk-aktivitet-for-barn-og-unge> (Hentet: 20.07.2020)

Helse- og omsorgsdepartementet (2020) *Sammen for et aktivt liv, Handlingsplan for fysisk aktivitet 2020-2029*. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet.

Hordaland Fylkeskommune, Regionalavdelinga, Seksjon for næring- og lokalsamfunnsutvikling (2017) *Handlingsprogram 2018-2021*, November 2017

Hva er nytt i kroppsøving (18.11.2019), i *Utdanningsdirektoratet*. Tilgjengelig fra: <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/fagspesifikk-stotte/nytt-i-fagene/hva-er-nytt-i-kroppsoving/> (Hentet: 20.07.2020)

Idrettscampus Bergen (u.å). Hovudmål og satsningsområde. Tilgjengelig fra: <https://www.idrettscampusbergen.no/test-ocs/> (Hentet 20.07.2020).

Kaspersen et al (2012): *Holdninger til fravær og nærvær i skole og arbeidsliv*. Rapport nr. A23298. Trondheim: SINTEF Teknologi og samfunn.

Kolle et al (2019). *School in motion*. Hovedrapport Oslo: Norges Idrettshøgskole

Markussen og Seland (2012) *Å redusere bortvalg – bare skolenes ansvar?* Rapport 6/2012. Oslo: Nordisk insitutt for studier av innovasjon, forskning og utdanning.

NOU 2019:2 *Fremtidige kompetansebehov II – utfordringer for kompetansepolitikken*

Säfvenbom et al (2014). Attitudes toward and motivation for PE. Who collects the benefits of the subject? *Physical Education and Sport Pedagogy*. Vol 20, no. 6, 629-646.

St. Meld. 14 nr. (2019-2020) *Kompetansereformen – Lære hele livet*

Vestland Fylkeskommune, *Om skulen*, u.å. Tilgjengelig fra: <https://www.hordaland.no/nn-NO/skole/vossvgs/praktisk-info/om-skulen/?id=25752> (Hentet 23.07.2020)

Vinje og Bredesen (2016) *Samfunnsgevinst ved redusert frafall og passivitet*. NyAnalyse for Statped.

Utdanningsdirektoratet (2018) *Fraværet i videregående stabiliserer seg – analyse av foreløpige fraværstall 2017-18*. Tilgjengelig fra: <https://www.udir.no/tall-og-forskning/finn-forskning/tema/fravar2/forelopige-fravarstall-etter-skolearet-2017-18/> (Hentet: 20.07.2020).

Utdanningsdirektoratet (2019a) Tall for fravær i videregående skole. Tilgjengelig fra: <https://www.udir.no/tall-og-forskning/statistikk/statistikk-videregaende-skole/fravar-vgs/> (Hentet: 21.oktober 2019).

Utdanningsdirektoratet (2019b) *Utdanningsspeilet 2019*. Tilgjengelig fra: <https://www.udir.no/tall-og-forskning/finn-forskning/tema/utdanningsspeilet-2019/gjennomforing/> (Hentet: 21.07.2020).



Utdanningsdirektoratet (2020a). *Læreplan i Kroppsøving (KR001-05)*. Tilgjengelig fra: <https://www.udir.no/lk20/kro01-05> (Hentet 20.07.2020).

Utdanningsdirektoratet (2020b) *Fravær i videregående*. Tilgjengelig fra: <https://www.udir.no/regelverk-og-tilsyn/skole-og-opplaring/saksbehandling/fravar/fravar-i-videregaende/> (Hentet 20.07.2020).

Utdanningsdirektoratet (2020c) *Tall for fravær i videregående skole*. Tilgjengelig fra: <https://www.udir.no/tall-og-forskning/statistikk/statistikk-videregaende-skole/sluttet/> (Hentet: 23.07.2020)

Utdanningsforbundet (u.å) *Slik blir du lærer i videregående opplæring* Tilgjengelig fra: <https://www.utdanningsforbundet.no/medlemsgrupper/videregaende-opplaring/slik-blir-du-larer-i-videregaende-opplaring/> (Hentet 20.07.2020).

Wernersen (2019) Dette faget må flest elever ta om igjen, *NRK*, 29.08.2018. Tilgjengelig fra: <https://www.nrk.no/norge/dette-faget-ma-flest-elever-ta-om-igjen-1.14185747> (Hentet: 20.07.2020).