

Aktiv365 – Idrett i skolen

Daglig fysisk aktivitet i skoletiden

Aktiv365 – Hva er det?

- Et prosjektsamarbeid mellom Buskerud, Telemark og Vestfold idrettskrets som har til hensikt å øke mengden fysisk aktivitet i skolen.

Aktiv365 - Hovedmål

- Barn og ungdom i grunnskole skal oppleve minst 1 time daglig fysisk aktivitet med god kvalitet.
- Utvikle utvalgte ressurselever på 10 ungdomsskoler i fylket til aktivitetsledere.

Aktiv365 - Delmål

- Utvikle modeller som øker aktivitet i tilknytning til skolehverdagen gjennom langsiktig utvikling av trenere/ledere i alderen 13-16 år.
- Styrke idrettslagenes forutsetninger for å utvikle sitt tilbud om fysisk aktivitet for barn og unge.
- Være tilrettelegger for særforbund som tilbyr aktivitet og kurs.
- Styrke kompetansen på ansatte innen aktivitet i skole og SFO

Aktiv365 - Beskrivelse

Prosjektet sørger for opplæring av utvalgte ressurselever på 10 ungdomsskoler i Vestfold til å bli aktivitetsledere.

Prosjektet har fire hensikter:

1. Benytte ressurselevne som aktivitetsledere på skolen for å øke den fysiske aktiviteten blant skolens elever.
2. Utdanne flere unge aktivitetsledere som kan bidra i sitt eget idrettslag, og dermed også finne ut om dette er en yrkesretning eller fritidsgeskjeft de ønsker seg.
3. Bidra til at de unge aktivitetslederne via idrettslaget kan benyttes for å gi et økt tilbud om fysisk aktivitet i SFO og/eller barneskole.
4. Bidra og inspirere til faglig utvikling og tilrettelegging for fysisk aktivitet blant elever og lærere.

Aktiv365 - Arbeidsfordeling

1. Vestfold idrettskrets oppretter samarbeidsavtale med den aktuelle skolen, samt kommunen.
2. Kommunen stiller med økonomiske midler ut fra antall skoler.
3. Skolen stiller med koordinator for tiltaket på skolen
4. Skolen setter av tid og arealer og legger til rette for økt tilbud om fysisk aktivitet.
5. Skolen velger ut 10 ressurselever våren i 8. trinn.
6. Vestfold idrettskrets gjennomfører kursmodellen

Aktiv365 - Kursmodellen

Tidsrom	Omfang	Tema	Hva
8.trinn Vår	1-2 timer	Inspirasjons-samling	For nyvalgte ressurselever på den enkelte skole
9.trinn Høst	6 timer skoledag	Aktivitetssamling	Felles konferanse/samling for alle ressurselever (9.trinn) i Vestfold.
9. trinn Høst	24 timer	Aktivitetsleder-kurs	Aktivitetslederkurs med vekt på aktivitetsledelse, lederutfordringer og ulike aktiviteter/idretter/leker. Overnatting
9. og 10.trinn Høst/vinter	4 timer (min. ett)	Særforbundskurs	Aktivitetskurs fra særforbund vi til enhver tid har et samarbeid med.
9.trinn vår til 10.trinn høst	4-6 timer	Mentorprogram i lokalt idrettslag	Ressurselever knyttes til aktivitetsledelse i sitt lokale idrettslag med minimum 4 økter.
10. Trinn	4 timer	Hospitering idrettslinje på videregående.	Halv dags hospitering/jobbskygging

Aktiv365 - Kontaktinfo



Vestfold idrettskrets
v/ Lisbeth Danielsen
Tlf: 48 23 43 60

E-post: Lisbeth.Danielsen@idrettsforbundet.no