



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INST FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

Hälsofrämjande arbete i grundskolan

Hur arbetar skolpersonalen för att främja elevernas hälsa?

Karin Andersson och Petronella Pohto

Rapportnummer:	VT13-66
Uppsats/Examensarbete:	15 hp
Program/kurs:	Hälsopromotionsprogrammet
Nivå:	Grundnivå
Termin/år:	Vt/2013
Handledare:	Peter Korp
Examinator:	Monica Petersson



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INST FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

Rapportnummer:	VT13-66
Titel:	Hälsofrämjande arbete i grundskolan
Författare:	Karin Andersson och Petronella Pohto
Uppsats/Examensarbete:	15 hp
Program/kurs:	Hälsopromotionsprogrammet/Kandidatuppsats
Nivå:	Grundnivå
Handledare:	Peter Korp
Examinator:	Monica Petersson
Antal sidor:	31
Termin/år:	Vt /2013
Nyckelord:	grundskola, hälsofrämjande, idrott och hälsa, måltidssituation, skolpersonal

Sammanfattning

Levnadsvanorna hos barn och unga i dagens samhälle har ändrats i en negativ riktning, med begränsad fysisk aktivitet och sämre matvanor. Skolan är en plats som kan gynna barn och ungas kost och hälsovanor. Idrott och hälsa samt hem och konsumentkunskap är två ämnen som kan bidra till att främja elevernas hälsa. En bra skolgårdsmiljö och en lugn måltidssituation har betydelse för elevernas prestationer och trivsel. Barn äter många av sina måltider i skolan och skolan har möjlighet att påverka deras matval i en positiv riktning. Vid skolan ska ett elevhälsoteam finnas närvarande för att jobba främjande med elevernas hälsa.

Syftet med uppsatsen är att utifrån olika verksamma professioner vid skolan undersöka hur hälsofrämjande arbete bedrivs med utgångspunkt i deras ansvarsområde och kompetens. De professioner som intervjuades var idrottslärare, hem och konsumentkunskapslärare, måltidspersonal och skolsköterska.

Undersökningen bygger på en semistrukturerad intervjustudie, där ämneslärare och skolpersonal vid två skolor deltog. Intervjuerna visar att de tillfrågade anser att det inte bedrivs tillräckligt med hälsofrämjande arbete på skolorna. I ämnet idrott och hälsa ska det finnas både teori och praktik, de tillfrågade idrottslärarna uppger att mest tid läggs på praktik och att teoridelen prioriteras bort i förmån för rörelse. Måltidssituationen på båda skolorna anses vara bullrig och eleverna äter under tidspress. Båda skolsköterskorna uppger att de inte har tid till att jobba främjande utöver de hälsosamtal som ingår i grundskoleutbildningen.

Resultaten visar att skolorna jobbar utifrån sina förutsättningar men tidbrist, pressade kursplaner och dålig ekonomi är begränsade faktorer i det hälsofrämjande arbetet.

Innehåll

Inledning.....	5
Syfte	6
Frågeställning	6
Bakgrund	7
Vad är hälsa och hälsofrämjande?	7
Hälsan är påverkingsbar	8
Hälsofrämjande skola	8
Grundskola.....	9
Elevernas kost och motionsvanor – en översikt	10
Måltidssituationen i skolan.....	11
Idrott och Hälsa & Hem och Konsumentkunskap	3
Elevhälsan, en viktig del av skolan	14
Metod	15
Design	15
Urval	16
Datainsamling	16
Bearbetning och analys.....	17
Resultat.....	18
Äppleskolan	18
Päronskolan	20
Diskussion	24
Metoddiskussion.....	24
Resultatdiskussion	24
Slutsats.....	27
Referenser.....	28
Bilaga 1	30
Bilaga 2	31

Förord

Vi vill börja med att tacka vår handledare Peter Korp för all konstruktiv kritik och den hjälp vi fått med att komma vidare då vi fastnat. Vi vill även tacka de medverkande lärarna och yrkesverksamma personer som ställt upp på intervjuer, utan er hade detta inte varit möjligt!

Vi vill också tacka Mats Anderson och Dan Anderson för hjälp med det skriftliga språket. Ibland blir man blind på sina egna texter och det har hjälpt oss otroligt att få låna deras kritiska ögon.

Arbetsfördelningen bland författarna har varit jämnt fördelad och vi har stöttat varandra genom denna process, i med och motgångar. Genom aktiv pausgympa och onsdagssimning blandat med hembakat fika har vi tagit oss igenom långa veckor av arbete.

Vår ledstjärna genom arbetet har varit dikten Nöjd Levnad från 1700-talet;

Nöjd Levnad

Äta lagom, dricka vatten

Roligt sällskap, sömn om natten.

Käckt arbeta, lägligt bo,

Stillhet någon stund om dagen.

Det är lagen för min hälsa och min ro.

Olof von Dahlin

Inledning

Det är många som har ett delat ansvar för barn och ungas uppväxt. En roll tilldelas givetvis föräldrarna, men skolan är samhällets viktigaste institution för att påverka lärande, hälsa och kunskap. Barn och unga spenderar över 6000 timmar i grundskolan och har skolplikt fram till nionde klass. Det gör skolan till en bra arena för att agera främjande för barn och ungas kost och hälsovanor (Rasmussen, 2004). Ungas levnadsvanor är en viktig fråga i samhället och det är viktigt att i tidig ålder bygga upp en bra grund för en hälsosam livsstil.

Barn i Sverige mår överlag bra enligt Folkhälsorapporten (2009), men andelen barn som lider av övervikt har fördubblats de senaste två decennierna och det är fyra till fem gånger vanligare med feta barn idag. Barnen äter mer frukt och grönsaker än vad de gjort tidigare, men fortfarande når inte alla upp till de rekommendationer som finns. Bland elvaåringar som svarat på frågor kring sina hälsovanor uppger ungefär en av fem att de når upp till de rekommenderade 60 minuter motion varje dag, vid 15 års ålder har den siffran halverats (FHI, 2009).

Hälsofrämjande arbete i skolan fokuserar på mycket mer än bara kost och fysisk aktivitet. Det är viktigt att skolan arbetar aktivt mot flera områden: jämställdhet, mobbing, rökning, alkohol och droger är några angelägna områden. Det finns många olika sätt en skola kan jobba hälsofrämjande (NCCFF, 2012). Många olika lärare och professioner är viktiga i det dagliga arbetet för att främja elevernas hälsa. Men granskningar från Skolinspektionen (2012) visar att det finns många brister i det främjande arbetet, framför allt i idrott och hälsa som fokuserar mer på rörelse än på hälsa.

Under åren i grundskolan ska eleverna få kunskaper och förståelse om sin egen livsstils betydelse för hälsan, samhället och miljön (SFS 2010:800), kunskaper som kan involveras i många olika ämnen. Idrott och hälsa har i sin kursplan som mål att lära eleverna rörelseglädje och grundförutsättningar för en hälsosam livsstil. Läraren har till uppgift att främja elevernas kunskaper och motivation till fysisk aktivitet och hälsosamma livsstilsval. Tillika har hem och konsumentkunskapsläraren en viktig uppgift att lära eleverna att göra bra livsmedelsval och förstå vilka konsekvenser besluten i hemmet har för den egna hälsan. Barn och unga äter många av sina måltider i skolan, de ska enligt lag få näringsriktig och varierad mat serverad. Genom aktivt arbete i skolmatsalen kan måltidspersonalen främja goda matvanor.

Skolsköterskan har en central roll i det hälsofrämjande arbetet i en skola. Genom hälsosamtal kan de fånga upp elever som går i en negativ riktning på vikt och beteendekurvor och främja deras hälsa genom åtgärdsprogram. Elevhälsan finns på skolan som stöd för barnen och ska ge en trygghet i skolmiljön.

Det finns få studier som visar på lyckade resultat när enbart en person har huvudansvaret för det hälsofrämjande arbetet (Bremberg & Eriksson, 2010). De interventioner där samverkan mellan olika professioner på skolan har varit en tyngdpunkt, har det fungerat bättre än interventioner där en person varit ansvarig. Enligt Bremberg och Eriksson (2010) fungerar

hälsofrämjande arbete som bäst när hela skolan är involverad i arbetet och det finns tydliga dokument att arbeta utifrån.

Skolan har möjlighet att ta tillvara på de olika kompetenser som finns i yrkeskåren och utveckla ett hälsofrämjande arbetssätt för att främja elevernas hälsa och framtida livsstil. Men folkhälsorapporter och Skolinspektionens granskningar tyder på att barn idag inte når upp till de rekommendationer som finns gällande både fysisk aktivitet och kost.

Vi vill se hur lärare och andra verksamma professioner ser på det hälsofrämjande arbetet i skolan. Hur fungerar arbetet enligt de som jobbar på skolan och vad tycker de att man borde göra för att främja barnens hälsa.

Syfte

Syftet med denna uppsats är att utifrån olika verksamma professioner vid skolan, med utgångspunkt i deras ansvarsområde och kompetens, undersöka hur hälsofrämjande arbete bedrivs.

De ämneslärare och skolpersonal vars åsikter ska undersökas är lärare idrott och hälsa, hem och konsumentkunskapslärare, måltidspersonal och skolsköterska.

Frågeställning

Hur anser berörda lärare och skolpersonal att skolan jobbar med att främja elevernas hälsa och kostvanor?

Vilka är enligt informanterna delaktiga och engagerade i skolans hälsofrämjande arbete?

Bakgrund

Vad är hälsa och hälsofrämjande?

Hälsa är ett mångtydigt begrepp som många har försökt att definiera. Hälsa har många olika dimensioner och påverkas av olika faktorer och situationer. World Health Organisation (WHO) är en organisation som jobbar för att främja hälsa bland människor i världen. Vi har valt att använda oss av deras definition på hälsa som lyder:

Health is a state of complete physical, mental and social wellbeing and not merely the absence of illness or infirmity (WHO, 1948).

Efter WHO konferens i Ottawa 1986 utvecklade man den ursprungliga definitionen från 1948 till att människans hälsa beskrivs som en resurs i det dagliga livet och inte målet med livet. WHO har även definierat vad hälsofrämjande arbete är;

Health promotion is the process of enabling people to increase control over, and to improve, their health. To reach a state of complete physical mental and social wellbeing, an individual or group must be able to identify and to realize aspirations, to satisfy needs, and to change or cope with the environment. Health is, therefore, seen as a resource for everyday life, not the objective of living. Health is a positive concept emphasizing social and personal resources, as well as physical capacities. Therefore, health promotion is not just the responsibility of the health sector, but goes beyond healthy lifestyles to wellbeing (WHO, 1986).

Översättningen av "health promotion" till svenska är hälsofrämjande (Korp, 2004). Vi har i vår undersökning valt att använda ordet hälsofrämjande då vi vill fokusera på den främjande processen i skolan.

Hälsofrämjande arbete bygger på begreppet salutogenes som Antonovsky (2005) förklarar i sin hälsoteori. Teorin grundar sig i en beskrivning av människors hälsotillstånd utifrån ett kontinuum, där människor inte ska betraktas som friska eller sjuka. Det innebär att man under sin livstid rör sig mellan två pooler, ohälsa och fullständig hälsa. Hälsoteorin beskriver att det finns två utgångslägen, ohälsa (patogenes) och hälsa (salutogenes). Med ett patogenes perspektiv så förklarar man varför man har blivit sjuk eller drabbats av ohälsa, i motsatts med salutogenes där man utgår från orsaker som gör att man vidmakthåller en god hälsa.

Grundförutsättningarna för att bevara psykisk hälsa och god livskvalitet är att man upplever tillvaron som meningsfull, begriplig och hanterbar (Antonovsky, 2005). Det här kallas att ha en känsla av sammanhang, KASAM. Antonovsky menar att hälsan är beroende på hur högt KASAM en människa känner och KASAM grundas till stor del under uppväxten. Känslan av sammanhang är möjlig att utveckla och är i stor omfattning beroende av samspelet med omgivningen. Skolan har möjlighet att hjälpa eleverna genom att jobba för att öka begripligheten, meningsfullheten och hanterbarheten i lärandemiljön.

Hälsan är påverkingsbar

För att vi ska kunna påverka vår hälsa positivt är det nödvändigt att förstå bakomliggande faktorer och förhållandet mellan hälsa och ohälsa (Statens folkhälsoinstitut, 2012). Det finns olika bestämningsfaktorer för hälsa. De vi kan påverka är bland annat omgivningsfaktorer, livsvillkor, levnadsvanor och sociala nätverk. Faktorer som vi inte kan påverka är ålder, kön och arv. Alla faktorerna samspelar med varandra och påverkar varandra på olika sätt.

Individuella handlingar kan påverka levnadsvanor och livsstil, men i allmänhet behövs det politiska beslut och åtgärder på kollektiv nivå för att påverka och förändra faktorer eftersom våra val hör ihop med de möjligheter vi har att tillgå.

Miljön vi lever i inverkar på hälsan. Den fysiska miljön kan exempelvis innehålla olika gifter och buller som kan vara ett hot mot vår hälsa (FHI, 2012). Det är betydelsefullt för vår hälsa att vi ska kunna påverka vår tillvaro och har makt i vår vardag. De människor som har möjlighet att planera och styra sina liv har i större utsträckning en bättre hälsa än de som inte har den möjligheten.

Hälsofrämjande skola

För barn och ungdomar är skolan en arena som kan verka främjande för deras kostvanor och hälsa (Livsmedelsverket 2007). Det finns flera ämnen i skolan som kan bidra till att främja hälsa bland eleverna, idrott och hälsa samt hem och konsumentkunskap är två av dem. Men även skolmiljön och måltiderna har stor betydelse för barnens hälsa.

Barn och ungdomar spenderar en stor del av sin tid i skolan (Livsmedelsverket, 2007). De äter många av sina måltider i skolan och kosten har en viktig inverkan på barns hälsa, därför är det centralt att skolan bidrar till grundläggande kunskaper om en hälsosam livsstil.

Skolan ansvarar för att varje elev (...) har grundläggande kunskaper om förutsättningarna för en god hälsa samt har förståelse för den egna livsstilens betydelse för hälsan.(Lpo 94 s 10)

WHO är engagerad i projekt om hälsofrämjande skola och introducerade på 1980-talet tanken om hälsofrämjande skolor (Paulus, 2005). Tillsammans med Europarådet och EU skapade WHO, 1992, European Network of Health Promoting Schools (ENHPS). Målet med nätverket är att integrera hälsoarbetet i undervisningen och skolans läroplaner. På det viset vill de öka hälsan bland eleverna och personalen på skolan.

Hälsofrämjande arbete bör fokusera på att påverka hälsorelaterade beteende genom att ge ökad kunskap, färdigheter, attityder och stöd för att utveckla en hälsosamlivsstil (Paulus, 2005) ENHPS beskriver det hälsofrämjande arbetet utifrån fyra delar (ENHPS, 2007)

- Att identifiera friskfaktorer som främjar hälsan samt främja faktorerna i sig. Det här förutsätter att det finns en helhetssyn på människan och dess miljö.
- Insatserna ska avgränsas till ett sammanhang, en arena, där människor har en naturlig mötesplats, som en skola eller en arbetsplats. Arbetet bedrivs på olika nivåer parallellt, både individ-, grupp- och organisations nivå.
- Det är viktigt att alla inblandade känner delaktighet och har inflytande. Ta tillvara på de kunskaper som finns i en grupp för att göra insatserna mer individanpassade och för att främja engagemang.
- Arbetet är processinriktat för att nå resultat på sikt. Man utgår från en nulägesplan i förändringsarbetet.

I Sverige finns Nationellt Centrum för Främjande av God Hälsa hos Barn och Ungdom (NCFE, 2012). NCFE är ett centrum som inrättades av regeringen och har som uppdrag att stödja skolor i deras hälsofrämjande arbete. NCFE fick 2005 ytterligare ett uppdrag av regeringen som innebar att främja en god kosthållning i skolan, deras uppdrag involverade då både fysisk aktivitet och kost, två viktiga komponenter för god hälsa.

Det går att förebygga fetma och övervikt hos unga genom hälsofrämjande åtgärder i skolan, det framgår av rapporten från STOPP-projektet (Marcus, Nyberg, Nordenfelt, Karpmyr, Kowalski & Ekelund, 2009). Interventionen i studien byggde på att barnen fick mjölkprodukter med låg fetthalt, fiberrika livsmedel och alla söta produkter och sockerrika drycker togs bort på skolan. Projektet uppmuntrade även till att barnen skulle ha 30 minuter fysisk aktivitet varje dag i skolan. Enligt rapporten minskade förekomsten av övervikt och fetma med 3,2 % i de skolor där man gjort hälsofrämjande insatser till skillnad mot en minskning av 2,8 % i referensskolorna.

Grundskola

Skolplikt gäller i princip alla barn som är bosatta i Sverige; undantag är barn som är svenska medborgare men är bosatta utomlands eller har levnadsförhållanden som gör att barnet inte kan begäras delta i skolans verksamhet (Skolverket, 2011a). Svensk grundskola består utav nio årskurser och ett läsår är uppdelat i två terminer, höst- och vårtermin. Vanligtvis börjar barnen skolan på höstterminen det år de fyller sju år, undantagsvis det år de fyller sex men även vid åtta års ålder om särskilda skäl föreligger.

I den svenska grundskolan så ingår grundsärskolan (för barn med utvecklingsstörning), sameskolan och specialskola (Skolverket, 2011b). Specialskolan tar emot barn som på grund av exempelvis sin funktionsnedsättning eller andra skäl inte kan gå i vanlig grundskolan eller grundsärskolan. Det är även möjligt för grundskolorna att profilera sig eller ha olika inriktningar exempelvis: Montessori, engelskaklasser eller kultur- och idrottsklasser.

Skolorna i Sverige delas in i kommunala eller fristående skolor beroende på vem som äger verksamheten (Skolverket, 2011c). De fristående skolorna ägs av till exempel ett bolag, en stiftelse eller en förening. Kommunerna tar hand om de kommunala skolorna men båda verksamheterna granskas av Statens skolinspektion och undervisningen ska uppnå samma mål i båda skolformerna. Både kommunala och fristående skolor följer Skolverkets riktlinjer och läroplaner.

En viktig del av grundskolans miljö är att barn har möjlighet att röra sig utomhus på en skolgård (Lenninger & Olsson, 2006). Dagens barn har många aktiviteter inomhus och deras fritid är ofta baserad på inomhusaktiviteter, så som TV-spel och TV-tittande. Att få möjlighet att röra sig utomhus och finna och skapa egna platser stärker barns självförtroende. En attraktiv utemiljö främjar barns spontana fysiska aktivitet. En studie visar på tre kännetecken för en bra lekmiljö. Ytan har en viktig betydelse, lekmiljön bör ha en kuperad terräng och en viktig faktor är att det finns buskage och träd på gården. Även för äldre elever är en rofylld och tilltalande utemiljö betydelsefull.

Elevernas kost och motionsvanor – en översikt

Levnadsvanorna hos barn och ungdomar är frågor som har en stor betydelse för att förbättra folkhälsan (Rasmussen, 2004). Fysisk aktivitet och matvanor har förändrats i negativ riktning sedan ett par årtionden tillbaka. Förekomsten av övervikt och fetma har ökat i alla åldrar, men de långsiktiga konsekvenserna är speciellt kritiska för unga. Undersökningar från olika delar av Sverige visar på att cirka 3-5 procent av barnen är feta och ungefär 15 - 20 procent är överviktiga (Socialstyrelsen, 2009). Det är vanligare med övervikt hos barn i familjer med låg socioekonomisk status. Om man är överviktig som barn är risken större att man blir överviktig som ung och i vuxen ålder. Barn med fetma har en ökad risk för att utveckla hjärt- och kärlsjukdomar, få ortopediska problem och dö i förtid. Barnfetma är svårt att behandla och fetma i sig har en negativ inverkan på hälsan och livskvalitet i stort. Det är därför viktigt att fokusera på förebyggande åtgärder för att minska barnfetma och främja hälsan.

Livsmedelsverket (2007) rekommenderar 60 minuters fysisk aktivitet dagligen för barn och ungdomar. Ämnet fysisk aktivitet finns med i de nationella folkhälsomålen och de tar upp att en ökad fysisk aktivitet är viktig för att förbättra folkhälsan. Fysisk aktivitet är viktig för att utveckla barn och ungas rörelseförmåga och uppbyggnaden av skelett och muskler (WHO, 2010). Fysisk inaktivitet ökar risken för ohälsa samt en rad olika sjukdomar som benskörhet, typ 2 diabetes, hjärt-kärlsjukdomar och övervikt.

Andelen barn i årskurs fem som uppger att de tränar "nästan aldrig" har minskat enligt Socialstyrelsen (2009), däremot har det blivit vanligare i årskurs nio att inte träna alls. Bland elvaåringar som har svarat på frågor om sina hälsovanor uppger ungefär en av fem att de når upp till den rekommenderade mängden motion varje dag (FHI, 2011). När barnen når 15 årsålder har den siffran halverats. Generellt är pojkar mer aktiva och oftare föreningsaktiva inom någon sport än flickor. Fler barn och unga än tidigare har en stillasittande fritid och detta

ökar med åldern. När det kommer till att främja en aktiv fritid och en aktiv livsstil har skolan och framför allt ämnet Idrott och hälsa en viktig roll. Ämnet bidrar till att utveckla elevernas färdigheter, kunskaper och vanor kring fysisk aktivitet.

Måltidssituationen i skolan

Kommunen har en nyckelroll i arbetet med skolan och är det styrande organ som fattar beslut om styrdokument på området mat och hälsa (Livsmedelsverkets, 2007). Dessa dokument berör skolan och bygger ofta på riksdagens antagna folkhälsomål, där samhället ska skapa förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen. Många kommuner har en kostpolicy eller ett kostpolitiskt program som kommer ur folkhälsopropositionens målområde nr 10; bra matvanor och säkra livsmedel. Dokumenten skiljer sig mellan kommunerna men de omfattar ofta att kommunen ska ha kompetens för måltidsplanering, näringsberäkning av måltiderna, riktlinjer kring hur måltiderna ska serveras och hur måltidsmiljön bör se ut. Kommunen utser den nämnd som har ansvar för att dessa dokument följs och det kan variera mellan kommunerna vilken nämnd det är som har ansvar.

Rektorerna på skolan har det övergripande ansvaret för att skolan samordnas mot de mål som finns uppsatta, där inkluderas även det hälsofrämjande arbetet (Livsmedelsverket, 2007). Skolan gör varje år en kvalitetsredovisning till kommunen där arbetet kring hälsa och livsstil redovisas. I läroplaner och i skollagen beskrivs rektorns ansvar kring detta område. Regeringen och kommunerna uppmuntrar ofta skolan att själva upprätta en hälsopolicy för att ha konkreta mål att arbeta emot.

Bra och näringsrik mat är avgörande för barns hälsa, utveckling och välbefinnande (FN, 1989). Det är viktigt att barn får i sig näringsrika livsmedel för att klara av sin skolgång och utvecklas ordentligt. Enligt Folkhälsorapporten 2009 äter 85 procent av elvaåringarna frukost, en siffra som minskar i 15 års ålder där enbart 60 procent av flickorna och 70 procent bland pojkarna äter frukost. Ungefär var sjätte pojke och var femte flicka i åldern 13 till 15 år hoppar över skollunchen minst en gång i veckan.

En positiv förändring i barns matvanor enligt Folkhälsorapporten 2009 är att fler barn äter mer frukt och grönsaker samtidigt som de har ett minskat intag av godis och läsk. Barn och ungdomar behöver fortfarande förbättra sina matvanor, precis som samhället i stort.

Måltider och mat är centrala delar av våra liv och skolan har bra möjligheter att främja goda matvanor bland barn och unga då de äter många av sina måltider i skola och på fritidshem (Livsmedelsverket, 2007). Enligt en studie som utfördes i Stockholm åt 87,2 % av barnen lunch i skolmatsalen och 83,2% av barnen åt lagad mat till lunch (Rasmussen, 2004). Skollunch är enligt lag kostnadsfri och ska vara näringsriktig så den täcker barnens behov av näring utifrån Svenska näringsrekommendationerna.

Eleverna ska utan kostnad ha tillgång till böcker och andra läroverktyg som behövs för en tidsenlig utbildning samt erbjudas näringsriktiga skolmåltider (SFS 2010:800).

Livsmedelsverket (2007) ger råd om mat i rapporten Bra mat i skolan och skriver att bra mat betyder att all mat som serveras i skolan smakar gott, är näringsriktig och att den motsvarar elevernas behov. Barn tar efter vuxnas beteende och vanor, och det är en fördel om pedagogerna äter tillsammans med barnen i matsalen. Pedagogerna fungerar som förebilder i matsalen och bidrar till en lugnare miljö. De kan främja barnens matvanor genom att tala bra om skolmaten, undervisa om betydelsen av att äta lunch och mellanmål samt uppmuntra till intag av frukt och grönsaker.

Det är viktigt att måltidsmiljön är trivsamt med välfungerande organisation och bra lokaler (Livsmedelsverkets, 2007). Måltiderna bör serveras på fasta, regelbundna tider och det ska finnas tillräckligt med mat, gärna två olika alternativ att välja mellan och ett utbud av sallad och nyckelhålmärka tillbehör. Salladsbordet bör med fördel stå framför varmrätten för att uppmuntra till ett större intag av grönsaker. Det finns många aspekter att tänka på för att främja måltidsmiljön, där ingår bland annat en apptitretande servering, lugn miljö, mat som inte varmhålls för länge samt engagerad måltidspersonal.

Måltidspersonalen har en viktig uppgift i det hälsofrämjande arbetet, de har möjlighet att påverka barnen genom att uppmuntra dem till diskussion kring maten som serveras. Genom att ge dem möjlighet att se arbetet i köket ge barnen en ökad förståelse för matlagning och matsvinn. I matsalen kan måltidspersonalen visa en exempeltallrik där barnen ser hur proportionerna på måltiden kan se ut. För att inspirera barnen till att testa nya måltider är temaveckor ett bra och spännande alternativ.

Idrott och Hälsa & Hem och konsumentkunskap

I skollagen står det skrivet att barn och unga ska få undervisning i ämnet idrott och hälsa (SFS 2010:800) under 500 timmar i grundskolan. År 1994 bytte ämnet namn från idrott till idrott och hälsa (Ronholt, Peitersen, & Annerstedt, 2001). Namnbytet innebar en markering att ämnet nu skulle förändras mot ett tydligare hälsoperspektiv. Kursplanen som presenterades 1994 hade ett mer holistiskt perspektiv på hälsa än tidigare. Sambandet mellan livsstil, livsmiljö, hälsa och livskvalitet lyftes fram. Läraren skulle nu stimulera till medvetenhet kring livsstilens betydelse för den egna hälsan och framhålla vikten av en hälsosam livsstil samt en rik och meningsfull fritid. Idrottsläraren och dennes uppgift har under årens lopp gått från att bara innefatta krav på god fysik och goda färdigheter i idrott till krav på pedagogiska kunskaper och stora kunskaper om hälsa.

Den nya kursplanen (Skolverket, 2010d) i idrott och hälsa liknar den äldre med avseende på lärarens uppgift men har större betoning på de tre olika kunskapsområdena rörelse, hälsa & livsstil och friluftsliv & utevistelse. Undervisningen i ämnet ska skapa förutsättningar för att eleverna under sin skoltid deltar i de fysiska aktiviteter som skolan erbjuder och bidra till att eleverna skapar en god kroppsbild och tilltro till den egna fysiska förmågan (Skolverket,

2011e). Läraren ska undervisa i olika definitioner av hälsa och förklara och belysa sambandet mellan rörelse, kost och hälsa. Ämnets huvudsakliga uppgift är inte att få barnen att bli mer aktiva utan ge dem kunskap om hur de bäst utvecklar kroppens fysiska förmåga. Grundskolans läroplan tar upp att skolan har ett ömsesidigt ansvar för hälso- och livsstilsfrågor och fokuserar på ämnet idrott och hälsas roll;

I läroplanen anges att skolan har ett gemensamt ansvar för hälso- och livsstilsfrågor. För att göra ämnets särskilda bidrag till skolans ”hälsouppdrag” extra tydligt lägger den nya kursplanen starkare betoning på elevernas fysiska förmåga och den fysiska aspekten på hälsa. De psykiska och sociala aspekterna på hälsa finns dock fortfarande kvar som delar i ett helhetsperspektiv på hälsa. (Skolverket, 2011e)

Observationer från Skolinspektionen (2012) visar att många skolor brister i att ge eleverna de kunskaper de behöver inom ämnet. I kvalitetsgranskningen av ämnet framgår det att alla skolor inte kan garantera att eleverna får den undervisning de är berättigade till. Den undervisning de får inte täcker det innehåll som anges i ämnets kursplan. Det är framför allt delen rörelse som får mest undervisningstid, upp till 94 procent av tiden i de undersökta skolorna. Lektionerna är inte bara till för att få eleverna aktiva under lektionstid utan även för att främja förutsättningar för en hälsosam livsstil. Det är viktigt att eleverna får kunskaper om de andra delarna inom ämnet för att på så vis ha en bredare kunskapsbas kring hälsa och livsstil.

Faskunger och Hemmingsson (2005) beskriver en studie som visar att elever som utförde fysisk aktivitet regelbundet uppvisade bättre studieresultat än sina jämnåriga mindre aktiva kamrater. De elever som tränade 3-4 gånger i veckan visade bättre resultat än elever som tränade både mer eller mindre än detta, så det är viktigt att barnen uppmuntras till att ha en fysisk aktiv livsstil. Den studien framhåller vikten av att lära barn fördelarna med fysisk aktivitet och ämnet idrott och hälsa. Lärarna har en viktig roll i att uppmuntra och utveckla barnens fysiska förmåga och hälsosam livsstil.

Undervisningen i ämnet hem- och konsumentkunskap syftar till att ge eleverna kunskaper om arbete, ekonomi, jämställdhet och konsumtion i hemmet (Skolverket, 2010). Av elevernas tid i grundskolan så består hem- och konsumentkunskapen av 118 timmar. De ska efter undervisningen ha kunskap om hur man hanterar och löser praktiska situationer som uppkommer i hemmet. Eleverna ska kunna planera och tillaga mat för olika situationer och sammanhang. Eleverna ska även ha kunskaper om konsumtion utifrån hållbar utveckling.

Skolan ska skapa och förmedla jämställdhet till eleverna, i läroplanen står det att skolan har ett ansvar för att motverka traditionella könsroller. Hem och konsumentkunskap ska ge kunskap och reflektioner över jämställdhet och hur arbetsfördelningen ser ut i hemmet. Ämnet ska ge eleverna en bild om livet i ett hem. Att våra vanor i ett hem påverkar individer och familjens välbefinnande samt samhället och naturen (Skolverket, 2010).

Hälsa, ekonomi och miljö är perspektiv som ska vara centrala i hem och konsumentkunskapen och ska finnas med löpande genom all undervisning. De olika perspektiven i ämnet har delats in i tre kunskapsområden, ”Mat, måltider och hälsa”, ”Konsumtion och ekonomi” samt ”Miljö och livsstil”. Kunskapsområdet ”Mat, måltider och hälsa” inriktar sig på ämnen som handlar om mat och måltider med fokus på vår hälsa (Skolverket, 2011).

Maten är i centrum i hem och konsumentkunskapen. Det som prioriteras i undervisningen är pris och näringsvärde på mat. Undervisningen i hem och konsumentkunskap är mest praktiskt arbete, ibland tillkommer teori delar. I ämnet finns utrymme för läraren att ha ett hälsofrämjande perspektivet i undervisningen och koppla samman de tre kunskapsområdena.

Elevhälsan, en viktig del av skolan

Skolhälsovårdens syfte är att främja elevernas hälsa (Bremberg, 2004). Skolhälsovården bedrivs i skolan av personal som är medicinskt utbildad och fungerar som skolans motsvarighet till företagshälsovård. Skolhälsovården är en uppföljning av barnhälsovården men det finns både skillnader och likheter mellan verksamheterna. Skolhälsovården har enligt Bremberg (2004) tre huvudlinjer; den ska förbättra de enskilda elevernas hälsa, den ska verka för en hälsofrämjande skolmiljö samt stödja skolan som institution.

I den nya skollagen som togs i kraft 2010 har Elevhälsan införts som ett krav (SFS 2010:800). I skolan ska det finnas tillgång till skolläkare, skolsköterska, psykolog och kurator samt personal med specialpedagogisk kompetens. Elever i grundskolan ska erbjudas minst tre hälsobesök som ska innehålla allmänna hälsokontroller och de här besöken ska vara jämnt fördelade över skoltiden. Det bör även finnas en öppen mottagning där skolsköterskan och kuratorer finns närvarande för att eleverna ska kunna få stöd och hjälp i mer akuta frågor.

Målet för skolsköterskan och skolläkaren är att främja elevernas hälsa, inte bara under skolåren utan även i ett större perspektiv (Clausson & Morberg, 2012). Det övergripande målet för Elevhälsan är främst att vara förebyggande och hälsofrämjande och bör syfta till att stödja elevernas progression mot skolans mål.

Skolsköterskan finns med i skolans vardag och har genom hälsosamtalen regelbundna kontakter med eleverna. Skolsköterskan är den person som har störts ansvar för hälsosamtalen och för att fånga upp barn som ligger i riskzonen för ohälsosamma vanor. Det finns goda möjligheter för skolsköterskan att bedriva främjande och förebyggande hälsoarbete på både individ och grupp nivå.

Metod

Design

Undersökningens utformning var en kvalitativ intervjustudie med en semi-strukturerad design (Bryman, 2011). Begreppet semi-strukturerad intervju täcker många olika exempel av intervjuer, men det som är grundläggande för dem är att man följer en uppsättning frågor, till exempel en intervjuguide. Följden på frågorna kan variera men utgår från samma stil och tema genom hela undersökningen.

Valet föll på en kvalitativ ansats då vi önskade undersöka personalens arbetssätt kring hälsofrämjande frågor och hur de såg på arbetet (Trost, 2010). Bryman (2011) visar på skillnaden mellan kvalitativ och kvantitativ ansats. En kvantitativ ansats speglar forskarens intressen medan vid en kvalitativ design är intresset riktat mot de intervjuades ståndpunkter. En intervju ger möjlighet till att låta samtalet styras i olika riktningar för att täcka in kunskap kring den intervjuades upplevelser. Undersökningen hade från start tydligt fokus och tydliga frågeställningar vilket enligt Bryman (2011) är en viktig ståndpunkt då man väljer att arbeta med en semi-strukturerad design.

För att säkerställa kvaliteten på undersökningen och undersöka att frågorna på den intervjuguide (se Bilaga 1) som skulle användas fungerade som planerat, genomfördes en pilotstudie med en hem och konsumentkunskaps lärare (Bryman, 2011). Läraren jobbade vid en utomstående skola som inte var med i undersökningen. Pilotstudien användes även för att träna rapportförfattarna i att utföra intervjuer utifrån intervjuguiden. Efter pilotintervjun omarbetades frågorna för att bli mer lättförståliga för utomstående och det lades även till några fler följdfrågor.

Alla deltagare i undersökningen fick vid förfrågan om medverkan, läsa igenom ett informationsbrev (se Bilaga 2) där de etiska principerna behandlades. Enligt Bryman (2011) finns fyra principer för att delge medverkande information om studien, informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet.

I undersökningens informationsbrev delgavs information om upplägget på undersökningen, deltagarnas samtycke, konfidentialiteten och nyttjandet av intervjun. Deltagarna fick information om att deras identitet var anonym i den kommande rapporten, det skulle inte gå att spåra dem eller den skola de jobbade på, informationen som samlades in skulle enbart nyttjas för undersökningens syfte (Bryman, 2011). De kunde när som helst under undersökningens gång välja att avbryta sitt medverkande. Materialet som spelades in under intervjun skulle i enlighet med konfidentialitetskravet inte att föras vidare (Trost, 2010) och raderas efter undersökningens slut.

Deltagarna fick bekräfta vid intervjun att de läst och godkänt innehållet i informationsbrevet innan de första frågorna ställdes.

Urval

I rapporten undersöktes verksamma professioner på två olika skolor. På grund av tidsbegränsningen på arbetet och materialets omfång valde rapportförfattarna att begränsa urvalet till två skolor och åtta intervjuer. För att få en större spridning på verksamheterna valdes skolor från två olika städer i Sverige.

Vi fick kontakt med skolsköterskorna i de två skolor som användes i undersökningen genom att ringa runt till grundskolor i mellersta och södra Sverige. Ett bekvämlighetsurval gjordes då vi tog fortsatt kontakt med de skolor där vi fick snabbt och positivt gensvar.

Bekvämlighetsurval är en vanlig och praktisk metod inom kvalitativ forskning (Trost, 2010).

Skolsköterskorna förmedlade sedan kontaktuppgifter till resterande personal på skolan.

Bekvämlighetsurvalet utvecklades till ett så kallat snöbollsurval, som är en metod för att söka deltagare genom att få en första kontakt med en person som sedan hjälper till med ytterligare kontakter (Bryman, 2011). I rapporten kallas skolorna för Äpplet och Päronet för att bevara skolornas och deltagarnas anonymitet.

Äppelskolan

Skolan var en kommunal högstadieskola för elever från årskurs sex upp till nionde klass, som låg i en kommun i södra Sverige. På skolan fanns 550 elever uppdelade i olika årskurser.

På skolans område fanns en idrottshall, fotbollsplan och hemkunskapslokal.

På skolan intervjuades lärare i idrott och hälsa, hem och konsumentkunskapslärare, skolsyster och ansvarig kokerska vid måltidsbespisningen.

Päronskolan

Skolan var en fristående grundskola med elever mellan 6 och 16 år. Det var en stiftelseägd icke vinstdrivande verksamhet där all eventuell vinst gick tillbaka in i verksamheten. Den låg i en mellanstor kommun i mellersta Sverige. Skolan hade 450 elever och 60 anställda varav 50 av dem jobbade som pedagoger. På skolan fanns två klasser i varje årskurs och klasserna hade mellan 24-26 elever.

Inom skolans område fanns det bland annat idrottsplats med fotbollsplan, idrottshall och hemkunskapslokal. Elevhälsoteamet hade ett eget annex som delade med administrationen.

På skolan intervjuades lärare i idrott och hälsa, hem och konsumentkunskapslärare, skolsyster samt ansvarig kock vid måltidsbespisningen.

Datainsamling

Intervjuerna i undersökningen byggde på frågor från en intervjuguide som utformades av rapportförfattarna (se Bilaga 1). Intervjuguiden grundades på nio olika teman som utifrån Livsmedelsverkets (2007) rapport Bra mat i skolan ansågs viktiga i ett hälsofrämjande arbete i skolmiljö. Intervjuguiden ansågs vara ett stöd för att få så likartade intervjuer som möjligt men öppnade även upp för flexibilitet på svaren.

Intervjuerna utfördes på de olika skolorna. Deltagarna intervjuades enskilt och samtalen spelades in och det togs även anteckningar av den rapportförfattare som inte utförde intervjun. Alla intervjuer utfördes av samma författare. En intervju på Pärönskolan utfördes via telefon då deltagaren inte hade möjlighet att bli intervjuad under de dagar rapportförfattarna var på plats.

Som inspelningsmetod användes en telefon med mikrofon och vid pilotintervjun samt telefonintervjun användes en dator med inspelningsprogram.

Bearbetning och analys

Intervjuerna transkriberades av rapportförfattarna efter genomförandet. Författarna transkriberade fyra intervjuer var. Intervjuerna skrevs ner i ordagrann muntlig stil i största möjliga mån. För att inte förnärma enskilda individer då citat användes i resultatdelen skrevs de om i ett mer skriftligt språk. Det kan ses som oetiskt att skriva ut citat ordagrant då talspråk kan skilja mycket från det skriftliga språket (Trost, 2010).

Trost (2010) menar att det inte finns några direkta regler att följa som anger hur bearbetning och tolkning av intervjuer ska gå till. Men han menar att det är viktigt att man håller sig till etiska regler, anger källor samt att man är objektiv och sanningsenlig. Med objektivitet och sanningsenlighet gentemot det material som samlades in, bearbetades intervjuerna opartiskt och öppet utan att misstyda innehållet.

Vid bearbetningen av de transkriberade intervjuerna kodades materialet utifrån de nio olika teman som fanns på intervjuguiden. Kodningen fokuserades på hela satser och meningar som behandlade samma ämne bland de intervjuade.

Resultatet delades upp så att resultat från båda skolorna belystes i löpande text med citat från utvalda intervjudeltagare. Texten i resultatet är uppdelad med utgångspunkt i de olika teman som intervjuguiden grundades på.

Resultat

Äppleskolan

Hälsofrämjande arbete

Vid Äppleskolan tycker tre av fyra att man inte tar upp kost och hälsa regelbundet eller att de inte är insatta i det arbetet. En av de tillfrågade, måltidsbespisningen, anser att de borde ta upp ämnet mer i undervisningen.

Endast hemkunskapsläraren nämner vid intervjun en hälsofrämjande insats som gjorts på skolan under det senaste året, den kafeteria som finns på skolan har fått ett nytt hälsosammare sortiment.

Sen hade vi en kafeteria innan också, där man sålde godis och sånt. Men vi valde att ta bort detta och istället har man nu frallor till exempel för att inte uppmuntra med kakor (*Hem och konsumentkunskapslärare*).

Skolsköterskan anser att man inte tar upp kost mer än vid hennes hälsosamtal som sker i årskurs sex och årskurs åtta.

Tre av fyra tillfrågade tycker inte att skolan arbetar aktivt för att främja elevernas hälsa. De intervjuade har ett fåtal förslag på insatser de önskar att skolan skulle arbeta med. Exempel som togs upp var att delge eleverna kunskap om vad färdiglagade produkter innehåller samt hur de påverkar kroppen under dagen. Ett annat förslag var att samarbeta i Idrott och Hälsa och Hem och Konsumentkunskap.

Hälsopolicy och fortutbildning

Tre av fyra tillfrågade visste inte om skolan hade någon hälsopolicy. Den av de intervjuade som nämnde att det fanns en policy betonade att den handlade främst om den sociala hälsan och att policyn finns i vissa moment av skolans arbete. Han förklarar även att de tidigare fokuserades mycket på den fysiska hälsan men att man nu inriktat sig på den sociala hälsan, bland annat mot mobbing. Övrig personal visste inte, eller hade inte hört talas om att det skulle finnas någon hälsopolicy.

Endast en person anser att det finns möjlighet till fortutbildning och att det är upp till läraren själv att ta reda på information. Han tycker inte att de uppmuntras till att söka kurser eller utbildningar. De övriga vet inte om det finns möjlighet till vidareutbildning inom kost och hälsa.

Skolmiljö

Tre av fyra på skolan tycker att måltidssituationen är bullrig och stökig och att eleverna stressar när de äter. Den fjärde upplever miljön som positiv men önskar att matsalen skulle varit något större. En av de intervjuade uppger också att hon önskar att matsalen skulle byggas om så att det blev en bättre atmosfär så eleverna fick bättre matro och stressade mindre;

Vissa dagar äter alla på en gång. Till exempel på fredagar äter alla på 40 minuter, då finns det inte plats till alla och vi hinner inte med att diska bestick och tallrikar. Det blir väldigt rörigt (*Kockerskan*)

Eleverna får ta sin mat själva och först i buffen kommer grönsakerna, uppger en av de intervjuade. Maten tillagas på en närliggande skola, det finns ett varmhållningskök i Äppleskolans lokaler.

Alla intervjuade uppger att de oftast äter i matsalen tillsammans med eleverna, tre av fyra uppger att de alltid äter där. De finns ingen policy att de måste äta i matsalen, men de intervjuade talar om att de uppmuntras till att göra det. En av de intervjuade berättar att han ser tiden i matsalen som en möjlighet att umgås med eleverna och nämner ”pedagogiska luncher”. Måltidspersonalens syn på pedagogerna i matsalen skiljer sig från övrigas syn då hon anser att personalen äter i matsalen men inte alltid sitter med eleverna utan samlas vid ett gemensamt bord.

Tillfrågade på skolan tycker att eleverna har möjlighet att spela fotboll på rasterna. I övrigt finns det inte så mycket att göra. Två av dem nämner att eleverna ofta går till lärliggande mataffär på rasterna. En av de intervjuade har inte reflekterat över skolgårdens miljö och en annan nämner att han inte är nöjd med den ombyggnad som gjordes för några år sedan. Han anser att skolgården inte är anpassad till eleverna som inte spelar fotboll på rasterna.

Idrott och hälsa, en chans till rörelse

Eleverna har idrott två gånger i veckan svarar alla respondenter. En är mer osäker och säger att hon inte vet hur ofta de har idrott men tror att det är två gånger och att idrottsprofilklasserna som finns på skolan har det oftare. I intervjun med Idrottsläraren bekräftar att eleverna har idrott två timmar i veckan samt att idrottsprofilklasserna har ytterligare två tillfällen per vecka.

På skolan finns tillgång till idrottshall, en av de intervjuade anser att inomhusmiljön är för liten och lokalerna är slitna men att utomhusmiljön är bra.

Uppdelningen mellan teori och praktik anser Idrottsläraren vara ojämn. Det ligger stort fokus på praktik men han uppger att efter införandet av den nya kursplanen arbetar dem mer med teori än tidigare. Dem ser på idrotten som en färskvara;

... vi sysslar med en färskvara. Det finns en del elever som inte tränar och då är idrotten den enda möjligheten att röra på sig och då överväger läraren att man lägger ner den teoretiska biten. (...) För mig är det viktigt att vi är igång. Att vi får upp pulsen.
(*Idrottsläraren*)

Hemkunskapsläraren nämner vid frågan om Idrott och Hälsa att hon önskar ett större samarbete mellan sitt ämne och lärarna i Idrott och Hälsa.

Hem och konsumentkunskap

Vid skolan vet tre av fyra tillfrågade inte hur undervisningen i ämnet hem och konsumentkunskap ser ut. Hemkunskapsläraren talar om att eleverna har undervisning i ämnet i årskurs sex, åtta och nio och då har eleverna lektioner varje vecka. Det finns även möjlighet för eleverna att välja Hem och konsumentkunskap som elevens val. Vid skolan finns två kök som är anpassade för undervisningen.

Elevhälsan

Alla fyra intervjuade vid Äppleskolan anser att det alltid finns någon tillgänglig från elevhälsoteamet. En av dem nämner att om inte skolsköterskan finns tillgänglig fanns alltid någon annan där som kan hjälpa till. Tre av fyra vid skolan vet vilka personer som ingår i deras elevhälsoteam. I teamet ingår skolsköterska, kurator, specialpedagog, syokonsulent och rektor.

Skolsköterskan anser själv att hon inte får tillräckligt med tid att hjälpa till i det främjande arbetet. Hon menar att all hennes tid går till hälsosamtalen hon har med eleverna i årskurs sex och åtta.

Elevernas inflytande

På Äppleskolan vet två stycken av de tillfrågade att det finns elevråd, de andra två är osäkra. Tre av dem nämner att skolan har ett matråd. En av dem är osäker på hur elevernas inflytande ser ut, men nämner att systemet är organiserat så att de ska finnas möjlighet för dem. Kockerskan uppger att hon är närvarande vid skolans matråd för att få elevernas åsikter kring måltidssituationen.

En av de intervjuade anser att barnen borde ha mer kunskaper med sig hemifrån gällande goda matvanor. Två av de tillfrågade tror att eleverna har goda kunskaper men att alla inte lever efter dem. Den fjärde personen säger att det är både och, vissa har goda kunskaper, andra inte.

Päronskolan

Hälsofrämjande arbete

Av de yrkesverksamma på skolan anser tre av fyra att kost och hälsa tas upp regelbundet i undervisningen, utöver det de kunskaper som förmedlas på Idrott och Hälsa samt Hem och Konsumentkunskapslektionerna. Idrottsläraren anser att andra ämnen inte tar upp kost och hälsa så som hon önskar.

Vid skolan tycker alla intervjuade att skolan arbetar främjande. Kocken vid Päronskolan tar upp en främjande insats i matsalen där utbudet har ökat från en rätt till två rätter plus ett vegetariskt alternativ.

Två av de intervjuade anser att barnen borde få mer Hem och Konsumentkunskap för att få bättre förberedelse inför framtiden. Men de anser att det finns begränsningar i timplanen och att det skulle främja eleverna med fler lektioner. En av respondenterna belyste det så här;

Många människor skulle må väldigt mycket bättre om man åt en ordentlig frukost, om man åt sin lunch och om man åt sin middag, och att det var hemlagat. Men där tycker jag inte att våra barn förbereds (*Hem och konsumentkunskapsläraren*).

Päronskolan ger sina elever möjlighet att börja hem och konsumentkunskap tidigare än många andra skolor, redan vid årskurs fyra får de möjlighet att vara i köket. Det finns även möjlighet för eleverna att välja hem och konsumentkunskap som elevens val. Men två av de tillfrågade tyckte ändå att man behövde fler lektioner i ämnet.

Skolsköterskan vill se att föräldrarna involveras mer i det främjande arbetet, och då speciellt föräldrar till barn som inte är så aktiva. Tre av fyra på skolan anser att barnen skulle främjas av mer fysisk aktivitet, både i och utanför skolan. En av de intervjuade nämner att skolan ger eleverna bra möjligheter till fysisk aktivitet. Skolan ligger bra till med en främjande miljö.

Hälsopolicy och fortutbildning

På skolan finns ingen nedskrivna hälsopolicy anser de intervjuade. Två av de intervjuade nämner att skolan inte tillåter godis, läsk eller sötsaker under skoltid. Kocken nämner att de följer de lagar och ordningar som finns, exempelvis näringsberäknad mat.

Tre av fyra intervjuade tycker inte att de uppmuntras till fortutbildning inom kost och hälsa. En av dem uppfattar att det är okej med rektorerna att söka utbildningar men att det är upp till lärarna själva att ta initiativ till det. En annan tillfrågad anser inte att de får några pengar för fortutbildning.

I intervjun med idrottsläraren framkommer det att personalen fått fortutbildning i Hjärt- och Lungräddning. Denna insats uppmuntrades av idrottslärare och skolsköterskan.

Vi hade en jättebra sak för personalen, vi hade hjärt- lugnräddning en kväll, fortbildning. Och då var skolsköterskan drivande med det tillsammans med oss idrottslärare. Det är första gången på många år som jag känner att vi fick en insats. Det var väldigt bra (*Idrottsläraren*).

Skolmiljö

Maten på skolan tillagas till största möjliga mån i skolans eget kök. De köper in halvfabrikat ibland nämner en av de pedagogerna. Alla tillfrågade anser att det är bra och varierad mat, men en nämner att barnen säkert skulle svara annorlunda.

Alla de fyra intervjuade nämner att det är hög ljudnivå i matsalen och att det är stökigt och kaosartat. Samtliga tillfrågade upplyser om att det finns matvärdar i matsalen som ska se till att barnen äter och att det är en lugn stämning. En av de tillfrågade nämner att hon helst undviker att äta tillsammans med barnen. Det finns alltid någon pedagog som äter tillsammans med låg och mellanstadieeleverna men det är valfritt för övrig personal som undervisar i äldre klasser. Kocken nämner att eleverna äter under tidspress, något som de har jobbat med att försöka förbättra.

På skolan finns en liten kafeteria som eleverna på elevens val håller i. Där säljs toast, dryck, risifruitti, yoghurt samt en fruktsmoothie.

På skolan anser alla tillfrågade att utemiljön är fantastisk. De nämner närhet till naturen som en positiv tillgång, eleverna har goda möjligheter att vara ute. På skolgården finns möjlighet till fotboll, basket, pingis och liknande idrotter.

En av de tillfrågade nämner att skolgården borde förbättras för att främja även de äldre elevernas hälsa och vilja att röra på sig.

De är ju inne för mycket. De rör ju sig inte spontant. De kommer ju gärna in till mig i gymnasalen och frågar om de får låna min lokal. Men den är ju liksom bokad i princip hela tiden. Men de små hål som jag har försöker jag få dem att vara där
(*Idrottsläraren*).

Idrott och hälsa

Två av de tillfrågade vid skolan vet inte hur mycket idrott eleverna har varje vecka, men alla tillfrågade är medvetna om att lektioner i ämnet hålls regelbundet. En av de intervjuade anser att idrottshallen är för liten för de äldre eleverna.

Idrottsläraren bekräftar att eleverna har idrott två gånger i veckan. Upp till årskurs tre har eleverna lektioner på 45 minuter och från fyran till nian är lektionerna 60 minuter. Med några av de högre klasserna har skolan gjort ett val och har dubbeltimme varannan vecka, detta ser idrottsläraren som berikande för eleverna. De har då möjlighet att vistas på andra platser för att visa vad som finns i samhället, så som simning, gym, badminton och friluftsliv;

Mitt mål är att när de går ur nian ska de kunna idrotta på egen hand också. (...) Det gäller att erbjuda det som finns i samhället att göra, både i naturen som är gratis och andra platser. Så vi är i simhallen och så har vi gymmet där vi kan både dansa och styrketräna och nu har vi hittat badminton som är en bra sport som man kan göra tillsammans med en kompis (*Idrottsläraren*).

Idrottsläraren anser att fördelningen mellan teori och praktik i ämnet är ett dilemma. Det är mer teori nu än tidigare, de har skrivningar, muntliga presentationer och videoinspelningar bland annat. Men hon prioriterar rörelse framför teori.

Hem och konsumentkunskap

Tre av fyra intervjuade vet inte hur undervisningen ser ut i hem och konsumentkunskap. Två av de tillfrågade nämner att de har börjat med ämnet i lägre årskurser än tidigare. På Päröns skolan har eleverna lektioner i ämnet från årskurs fyra upp till årskurs nio med undantag från år sju. Tidsplanen skiljer sig åt mellan årskurserna och de har inte lektioner varje vecka utan har det i olika perioder. Lektionerna hålls i halvklass i anpassade lokaler. Uppdelningen mellan teori och praktik varierar, läraren uppger att de äldre eleverna har mer teori än de yngre.

Elevhälsan

På Pärönskolan vet de flesta vilka som ingår i deras elevhälsoteam. De som ingår är skolsyster, rektor, kurator, skolpsykolog och personal på expeditionen. Alla intervjuade anser att det alltid finns någon tillgänglig från elevhälsan om något skulle inträffa. En av de tillfrågade nämner att hon anser att skolsköterskan är den ”trygga personen” och att det finns en god kontakt mellan skolsköterskan och övrig personal. Skolsköterskan försöker att delta i skolans arbete efter bästa förmåga. Hon nämner att om lärare har hälsoprojekt så ställer hon gärna upp i mån av tid.

Elevinflytande

Alla intervjuade anser att eleverna har möjlighet till inflytande. Det finns husråd, elevråd och matråd vid skolan. En av dem nämner att eleverna själva kanske känner att ingen lyssnar, men att de inte alltid kan få som de vill, men det finns bra möjligheter att få sin röst hörd. Kocken är närvarande vid skolans matråd för att lyssna till elevernas åsikter på måltidssituationen.

Två av de tillfrågade tycker att eleverna börjar få förståelse för vad en hälsosam livsstil är medan de andra två tycker att eleverna redan har god förståelse. De anser även att många elever har kunskap, men att alla inte lever efter det.

Det har jag sagt hela tiden att välja gör ni själva men ni ska i alla fall veta hur det fungerar och då får ni göra ett val utifrån det (*Hem och konsumentkunskapsläraren*).

Diskussion

Metoddiskussion

Kvalitativ forskning möts ofta med kritik då det bygger på små urval och de inte är representativa för befolkningen i statistisk mening (Trost, 2010) Urvalet i studien är litet men undersökningen ger en bra bild på hur det ser ut på de två aktuella skolorna enligt de anställda.

Tidsbegränsningen och omfattningen på undersökningen ledde till att ett så litet urval som två skolor valdes. Det var svårt att motivera skolor till att ta del av information om undersökningen. Det skickades ut information till femton olika skolor och rektorer i landet utan att något svar kom tillbaka. Det behövdes telefonsamtal till skolsköterskorna på skolorna för att väcka intresse om att vara med i undersökningen. Sedan tillkom svårigheten att få kontakt med resterande personal på skolan, för att på så sätt kunna få prata med fyra verksamma personer på samma skola. När en första kontakt med de deltagande hade etablerats så fortlöpte kontakten utan hinder och de tillfrågade var positiva till intervjuerna.

Pilotstudien var till stor hjälp vid utarbetningen av intervjuguiden. Men det hade varit en fördel om det hade kunnat utföras fler pilotintervjuer, gärna med ytterligare en skola. I efterhand märktes det att frågorna i intervjuguiden blev ledande under intervjuerna och det hade hjälpt om det funnits möjlighet och tid att utvärdera intervjuguiden ytterligare. Fler pilotintervjuer hade även hjälpt för träna på att hålla i en intervju.

Resultatet kan även vara missvisande för en av skolorna då en av de intervjuade inte hade jobbat på skolan mer än två månader och hade svårt att svara på frågorna. I övrigt hade de tillfrågade jobbat länge vid skolorna och kunde svara bra på frågorna.

Resultatdiskussion

Hälsofrämjande insatser

Få av de tillfrågade i undersökningen tycker att skolorna har gjort hälsofrämjande insatser för barnen. De två olika insatserna som kommer upp är att utbudet i Äppleskolans kafeteria har ändrats till hälsosammare alternativ samt att det nu erbjuds tre rätter i Pärönskolans matsal. De här två insatserna ligger i linje med de reviderade råd som Livsmedelsverket ger i Bra mat i skolan (2013). Där rekommenderar Livsmedelsverket att skolan ska vara fri från godis, glass och liknande produkter samt att skolan bör servera minst två rätter samt ett vegetariskt alternativ. Kafeterian på Pärönskolan styrs av eleverna och utbudet styrs därför av elevernas önskemål. Hemkunskapsläraren på Pärönskolan anser att utbudet kunde förbättras ur hälsosynpunkt, även detta är i linje med Livsmedelsverkets rekommendationer.

Hälften av de tillfrågade tycker att skolorna tar upp kost och hälsa regelbundet i undervisningen. Förutom ämnen Idrott och Hälsa samt Hem och Konsumentkunskap kan ingen svara på var eller hur kost och hälsa tas upp i undervisningen. Enligt WHO's arbete med

ENHPS (Paulus, 2005) så ska en hälsofrämjande skola bygga på att det hälsofrämjande arbetet integreras i hela skolans verksamhet, något som de anställda på undersökta skolor inte kunde påvisa att skolorna gjorde.

Aktivt arbete med hälsofrämjande frågor

Enbart en av fyra vid Äppelskolan anser att skolan jobbar aktivt med att främja elevernas hälsa, vid Pärönskolan anser alla tillfrågade att de jobbar aktivt. Livsmedelsverket (2007) framhåller att skolan är en bra miljö för att jobba främjande med barn och ungas hälsa då barnen spenderar mycket tid i skolan och att det finns många möjligheter för skolan att jobba med motivation till en hälsosam livsstil. De yrkesverksamma vid skolorna har få eller inga egna förslag på hur skolorna kan utöka sitt främjande arbete. Några av de tillfrågade föreslår ett utökat samarbete över ämnesgränserna, något som stärks av Brembergs och Erikssons (2010) rapport kring barns hälsa, för att lyckas med hälsofrämjande arbete i skolan behövs ett uttalat samarbete.

Skolmiljö

I Skollagen står det att grundskolan har som uppgift att ge eleverna ”kunskaper om och förståelse för den egna livsstilens betydelse för hälsan, miljön och samhället”. Skolmatsalen kan verka som ett pedagogiskt verktyg i skolans arbete att förbättra elevernas förståelse för en god och hälsosam livsstil. Livsmedelsverket (2007) uppmuntrar till att skolor ska ge personal möjlighet att äta tillsammans med eleverna. Barn tar efter vuxna och det är ofta lugnare i matsalen om det finns vuxna närvarande. På Äppelskolan uppger tre av fyra tillfrågade att de alltid äter mat i matsalen. En av den nämner att tiden i matsalen ger möjlighet till interaktion med eleverna och att det är viktigt med pedagogiska luncher för att föregå med ett gott exempel. Vid Pärönskolan har man istället för pedagogiska luncher matvärdar som ska upprätthålla ordningen i matsalen. På båda skolorna svarar de tillfrågade att det är bullrigt, stökigt och hög ljudnivå i matsalen. En av de tillfrågade på Pärönskolan uppger att det är så pass stökigt att hon undviker att äta tillsammans med barnen. Det finns ett flertal studier som visar att ljudnivån i matsalen kan inverka negativt på aptiten och inlärningsprocesser hos eleverna (FHI, 2010).

Vid båda skolorna nämns det att eleverna äter under tidspress och att de är stressade i matsalen vilket Livsmedelsverket (2007) inte anser främja måltidsmiljön. Eleverna bör äta på fasta, regelbundna tider och få tillräckligt med tid i matsalen för att kunna få matro. Livsmedelsverket (2013) har tagit fram förutsättningar för trivsamma skolmåltider, och de innehåller exempelvis att barnen ska få minst 20 minuter på sig att äta, utöver den tid det tar att hämta mat och lämna sin disk. De tar även upp att grönsaker bör stå först i buffen för att främja barnens intag. Vid de tillfrågade skolorna uppgav enbart Äppelskolan att grönsakerna kom först i buffen.

Lenninger och Olsson (2006) anser att det finns tre olika kriterier för en bra skolgård. Enbart Pärönskolans skolgård uppfyllde de tre kraven om yta, kuperad terräng och växlighet. Pärönskolans anställda påpekar dock att de äldre eleverna inte främjas på samma sätt som de yngre av den skolgård som finns. Äppelskolans skolgård uppfyller inte alla kraven, de har en

stor yta men saknar de andra två komponenterna. Flera tillfrågade vid Äppleskolan har uppmärksammat att skolgårdens miljö behöver förbättras för att verka mer främjande.

Idrott och hälsa

På båda skolorna uppger idrottslärarna att rörelse prioriteras framför teori under lektionerna i idrott och hälsa, det här stämmer med Skolinspektionens (2012) observationer att 94 procent av tiden går till rörelse. Idrott och Hälsa ska enligt kursplanen dela upp sin undervisning i tre olika kunskapsområden, ämnets huvuduppgift är inte att få eleverna mer aktiva utan att ge dem kunskap om hur de på bästa sätt kan utveckla kroppens fysiska förmåga. Uppdelningen mellan teori och praktik har fått tydligare linjer efter den nya kursplanen som infördes 2011 tycker de tillfrågade idrottslärare, båda skolorna har mer teori än tidigare men ser främst ämnet som ett sätt att få barnen att röra sig mer, speciellt de elever som inte är aktiva på fritiden. Resultatet från båda skolorna visar på de inte följer kursplanens riktlinjer fullt ut då de prioriterar rörelse framför teoretiska moment.

Hem och konsumentkunskap

Enligt timplanen i hem och konsumentkunskap är det ett relativt litet ämne då det enbart har 118 timmar under hela skolgången, jämfört med till exempel slöjd som har 330 timmar (Skolverket, 2011a). Två av de anställda på Pärönskolan påpekar att hem och konsumentkunskap borde få större utrymme i timplanen då det är ett viktigt ämne inför framtiden. Ämnet ska ge kunskaper om hälsa, ekonomi och miljö, de är alla olika omgivningsfaktorer som är påverkbara för att förbättra och upprätthålla en hälsosam livsstil (FHI, 2012).

Elevhälsan

Båda skolsystrarna anser att de har ont om tid att jobba med främjande arbete utöver de hälsosamtal som de har med eleverna. Bremberg (2004) nämner i sin bok, Elevhälsa, att ett av uppdragen för elevhälsan är att verka för en främjande skolmiljö något som skolsystrarna inte kan uppvisa att de gör utöver hälsosamtalen. De önskar båda två att det fanns mer tid att arbeta med eleverna i olika insatser men hälsosamtalen och vaccinationer tar för mycket tid. Enligt Skollagen ska ett elevhälsoteam alltid finnas tillgängligt, något som de tillfrågade anser att det finns på båda skolorna.

Elevernas förståelse för hälsa

Fem av åtta tillfrågande tycker att eleverna har förståelse för vad en god hälsa och en hälsosam livsstil är. Antonovskys (2005) begrepp KASAM innefattar meningsfullhet, begriplighet och hanterbarhet, tre grundförutsättningar för att behålla en psykisk hälsa och god livskvalitet. Att eleverna har förståelse kan göra att deras KASAM ökar. Det är viktigt att eleverna känner delaktighet i arbetet på skolan för att ytterligare försöka öka KASAM. Båda skolorna har elevråd där eleverna har möjlighet att få sina åsikter framförda.

Skolans hälsofrämjande arbete bör fokusera på att öka kunskap, färdighet, attityd och ge stöd för att utveckla en hälsosamlivsstil. Några av de tillfrågade påpekar att eleverna besitter kunskaper men att de inte lever efter dem, något som skolan kan fokusera på att hjälpa dem med genom främjande insatser.

Slutsats

Båda skolorna jobbar utifrån Skolverkets regler men deras arbetssätt ser olika ut. På Pårönskolan anser fler att de jobbar främjande än vad anställda på Äppelskolan tycker. Alla tillfrågade anser att det främst är skolsköterskan och lärare i idrott och hälsa samt hem och konsumentkunskap som ska jobba främjande. Det finns inget uttalat samarbete inom skolorganisationen på någon av skolorna, ingen av skolorna har någon uttalad hälsopolicy att jobba utifrån och det är ingen som kan säga vem som har ansvar för att skolan verkar hälsofrämjande.

För att skolorna ska kunna arbeta och verka mer hälsofrämjande behövs ett större samarbete och kommunikation mellan ämnen och de olika yrkesgrupperna på skolorna (Bremberg & Eriksson, 2010).

Svaren från de tillfrågade visar på att de anser att de gör så gott de kan utifrån sina förutsättningar på skolan. Tidsbrist, pressade kursplaner samt pengar är faktorer som de intervjuade tar upp som begränsningar för att utveckla det hälsofrämjande arbetet.

Då resultaten i denna undersökning inte går att generalisera, kan inga slutsatser dras kring hur skolan jobbar hälsofrämjande i ett större sammanhang. De kan däremot visa på att det finns olika åsikter kring arbetet i de två skolor som ingick i undersökning samt brister på de skolorna. Rapporten kan tillföra kunskap kring hur de anställda anser att skolorna jobbar med hälsofrämjande frågor. Undersökningen visar att de inte jobbar så mycket med främjande arbete inom hälsoområdet men att det finns en vilja från de anställda att utveckla arbetet.

Fortsatt forskning inom ämnet hälsofrämjande arbete i grundskolan bör bedrivas för att få mer kunskaper kring hur olika skolor bedriver och ser på sitt arbete med att främja elevernas hälsa. Potentiella inriktningar på fortsatt forskning kan vara att se hur eleverna ser på undervisning i kost och hälsa. Det är även intressant att utveckla denna studie med fler ämneslärare på skolan, bland annat samhällskunskapslärare samt naturvetenskapslärare.

Referenser

- Antonovsky, A (2005). *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och kultur.
- Bremberg, S. (2004). *Elevhälsan- teori och praktik*. Lund: Studentlitteratur.
- Bremberg, S., & Eriksson, L. (2010). *Investera i barns hälsa*. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.
- Clausson, K. E., & Morberg, S. (2012). *Skolsköterskans hälsofrämjande arbete*. Lund: Studentlitteratur.
- European Network for Workplace Health Promotion (2007). *Luxembourg Declaration on Workplace Health Promotion in the European Union*. Hämtad 130404, från http://www.enwhp.org/fileadmin/rs-dokumente/dateien/Luxembourg_Declaration.pdf
- Faskunger., J., & Hemmingsson, E (2005). *Vardagsmotion - vägen till hållbar hälsa*. Stockholm: Forum.
- FN, Barnkonvention artikel 24
- Korp, P (2004). *Hälsopromotion*. Lund: Studentlitteratur.
- Lenninger, A., & Olsson, T. (2006). *Lek äger rum. Planering för barn och ungdomar*. Stockholm: Formas.
- Livsmedelsverket (2007). *Bra mat i skolan*. Uppsala: Livsmedelsverket.
- Livsmedelsverket (2013). *Bra mat i skolan*. Uppsala: Livsmedelsverket.
- Marcus C, Nyberg G, Nordenfelt A, Karpmyr M, Kowalski J & Ekelund U (2009). A 4-year, cluster-randomized, controlled childhood obesity prevention study: STOPP. *International Journal of Obesity* 2009.
- Nationellt centrum för främjande av god hälsa hos barn och ungdom (2012). *Om NCFE*
Nationellt centrum för främjande av god hälsa hos barn och ungdom. Hämtad 130403, från <http://www.oru.se/NCFE/Om-NCFE/>
- Paulus, P. (2005). Red: Clift, S & Jensen, B.B. *The health promoting school: International advances in theory, evaluations and practice*. Köpenhamn: Danmarks pedagogiska universitetsförlag
- Rasmussen, F. (2004). *Fysisk aktivitet, matvanor, övervikt och självkänsla bland ungdomar*. Compass- en studie i sydvästra Stockholm. Stockholm: Samhällsmedian, Stockholms länslandsting och statens folkhälsoinstitut.
- Ronholt. H., Peitersen. B., & Annerstedt. C., (2001) *Idrottsundervisning. Ämnet idrott och hälsas didaktik*. Göteborg: Multicare Förlag

SFS 2010:800. *Skollag*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.

Skolverket (2006). *Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet Lpo94*. Hämtad: 130403 från www.skolverket.se

Skolverket (2010). *Läroplan för Hem och Konsumentkunskap*. Hämtad: 130415
<http://www.skolverket.se/forskola-och-skola/grundskoleutbildning/laroplaner/grundskolan/hem-och-konsumentkunskap>

Skolverket. (2011a). *Vad är grundskolan?* Hämtad 130403, från
<http://www.skolverket.se/forskola-och-skola/grundskoleutbildning/om-grundskolan/vad-ar-grundskolan-1.4233>

Skolverket. (2011b). *Vem går i grundskolan?* Hämtad 130403, från
<http://www.skolverket.se/forskola-och-skola/grundskoleutbildning/om-grundskolan/vem-gar-i-grundskolan-1.4288>

Skolverket, (2011c). *Hur ser verksamheten ut?* Hämtad: 130403, från
<http://www.skolverket.se/forskola-och-skola/grundskoleutbildning/om-grundskolan/hur-ser-verksamheten-ut-1.4289>

Skolverket (2011d). *Läroplan för Idrott och Hälsa*. Hämtad: 130415
<http://www.skolverket.se/forskola-och-skola/grundskoleutbildning/laroplaner/grundskolan/idrott-och-halsa>

Skolverket (2011e). *Kommentarmaterial till kursplanen i hem och konsumentkunskap*. Stockholm: Skolverket

Skolinspektionen (2012). *Idrott och hälsa i grundskolan. Med lärandet i rörelse*. Stockholm, Skolinspektionen.

Socialstyrelsen (2009). *Folkhälsorapport 2009*. Stockholm, Socialstyrelsen.

Statens folkhälsoinstitut (2011) *Skolbarns hälsovanor 2009/2010* Östersund: Statens folkhälsoinstitut

Statens Folkhälsoinstitutet. (2012). *Vad är det som påverkar hälsan?*. Hämtad 130403, från
<http://www.fhi.se/Handbocker/Seniorguiden/Fakta-om-halsosamt-aldrande/Vad-ar-det-som-paverkar-halsan>

Trost. J. (2010). *Kvalitativa intervjuer*. Lund: Studentlitteratur.

World Health Organisation. (1948). *Constitution of the World Health Organisation*. New York: World Health Organisation.

World Health Organisation.(1986). *Ottawa Charter for Health Promotion*, Ottawa: World Health Organisation.

World Health Organisation. (2010). *Global recommendations on physical activity for health* Geneva: World Health Organisation.

Bilaga 1

Främja kost och fysisk aktivitet i skolan, intervjuguide

Vad har du för utbildning i relation till ditt yrke?

Hur länge har du jobbat på skolan i fråga?

Tar skolan upp kost och hälsa regelbundet i undervisningen? Hur?

Tycker du att eleverna har förståelse för vad en god hälsa och hälsosam livsstil är?

Vilka hälsofrämjande insatser med avseende på kost har skolan genomfört under året som gått?

Vem har haft ansvar för den?

Får pedagogerna och annan personal fortbildning inom ämnet kost och hälsa?

Har skolan en hälsopolicy?

Hur ser policyn ut?

Vem/Vilka har ansvar för att den följs?

Anser du att skolan arbetar aktivt med att främja elevernas hälsa?

Hur lägger skolan upp undervisningen kring kost och hälsa? Finns det andra ämnen än HK och Idrott som tar upp kost och hälsa i undervisningen?

Vilka yrkesgrupper anser du är verksamma i detta arbete? Vilka borde vara verksamma?

Vilka insatser anser du att skolan skulle behöva fokusera på?

Vad skulle behövas för att dessa insatser skulle kunna realiseras?

Hur anser du att måltidsituationen ser ut på skolan? Äter pedagogerna med eleverna?

På vilket sätt uppmuntras skolpersonal att äta pedagogisk lunch tillsammans med eleverna?

Deltar skolrestaurangens personal i skolans undervisning i mat och hälsa?

Tillagas maten på skolan?

Har skolan en kafeteria? Vad säljs i den?

Hur ser skolgårdens miljö ut?

Vad skulle kunna förbättras för att främja fysisk aktivitet bland eleverna?

(Vad finns det för möjligheter för eleverna att vistas utomhus dagligen/på rasterna?)

Har eleverna lektioner i ämnet Idrott & Hälsa varje vecka?

Hur många timmar Idrott och Hälsa får eleverna i veckan?

Vilka möjligheter finns att utöva detta ämne på skolan?

Hur ser undervisningen ut, teori/praktik?

Har eleverna Hem & konsumentkunskap på skolan?

Hur ser undervisningen ut i detta ämne? Teori, praktik.

Hur fördelas timmarna mellan årskurserna?

Finns anpassade lokaler och utrustning tillgänglig?

Finns det alltid någon tillgänglig från elevhälsan på skolan?

Vilka ingår i Elevhälsoteamet?

Hur fungerar elevhälsan?

Vilka resurser finns avsatta för att skolsköterskan ska kunna delta i hälsofrämjande arbete på skolan?

Har eleverna inflytande över - hälsofrämjande frågor?

- matråd

- utomhusmiljön

- redskap

Hur motiveras eleverna i att delta i hälsofrämjande arbete på skolan?

Bilaga 2



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Information till deltagare i studien; Hälsofrämjande arbete i skolan

Bakgrund och syfte

Skolan är en bra arena för att jobba främjande med barn och ungdomars hälsa och kostvanor. Det finns flera ämnen i skolan som ska bidra till att främja hälsan bland eleverna, idrott & hälsa samt hem & konsumentkunskap är två av dem. Men det är fler än dessa lärare som spelar en roll i skolans hälsofrämjande insats. Måltidsmiljön och måltiderna har stor betydelse för barnens hälsa. Personalen som jobbar där kan agera som förebilder och bidra till en främjande miljö genom sitt arbete. Men även elevhälsoteamet med skolsköterskan i spetsen har en viktig del i arbetet. Syftet med studien är att se hur hälsofrämjande arbete bedrivs i skolan.

Förfrågan om deltagande

Vi tillfrågar dig om du önskar delta i vår studie eftersom du är en viktig del av det hälsofrämjande arbetet i skolan.

Deltagandet är frivilligt och du kan när som helst avbryta din medverkan. Vi önskar dock självklart att du vill vara med under hela processens gång och vi ser fram emot att arbeta med dig.

Hur går studien till?

Studien kommer att utföras med en kvalitativ intervju. Intervjun kommer att bandas och två personer kommer att närvara vid tillfället. Vi beräknar att intervjun kommer att ta ca 20-30 minuter av din tid. Intervjun kommer preliminärt att ske vecka 15 eller 16 vid en tid och plats som passar dig.

Risker, nytta och hantering av sekretess

Det finns inga direkta risker för dig att delta i studien, materialet kommer att hanteras med sekretess och inga obehöriga kommer att ha tillgång till materialet. Nyttan med att delta i denna studie kan inte ses omgående, men vi hoppas att denna studie kan komma att bidra till ett utvecklat arbete med hälsofrämjande insatser i skolan. Intervjuerna kommer att transkriberas och varken du eller din arbetsplats kommer att i efterhand kunna identifieras i arbetet.

Hur får du information om studiens resultat?

Du kommer givetvis få ta del av resultatet och det färdiga arbetet om du önskar. Du kan när som helst kontakta ansvariga om du har några frågor eller önskar mer information om processen.

Vi ser fram emot att höra från dig.

Tack för din tid!

Karin Andersson

Petronella Pohto

Handledare Peter Korp