

Selvevaluering

På baggrund af sidste års positive resultater fra projektet "Sundt humør" har vi på Eisbjerghus efterskole videreført sundhedsprofilen i stort set samme form.

Igen i år er elevernes sundhed blevet fremmet fra forskellige tilgangsvinkler, herunder en kostprofil (sund, nærende og alsidig kost), daglig lærerstyret motion af 35 min. samt mulig deltagelse i et længerevarende motionsprojekt (Lillebælt Halvmarathon).

Vi oplever som resultat heraf, at eleverne bibeholder energi i timerne. Gennem sund kost og motion får eleverne oparbejdet en sundere livsstil, end hvis disse ikke var en del af hverdagen. Dermed får de udnyttet et større fagligt potentiale.

Den fortrinsvis lærerstyrede motionsundervisning henover skoleåret fratager dog nogle elevers egen motivation til at bibeholde træningen. Efter evaluering på medarbejderråds mødet d. 24. maj 2011, har vi derfor vedtaget en ny model omkring den daglige motionsundervisning for skoleåret 2011/12: Den daglige, lærerstyrede motionsundervisning vil i det nye skoleår blive erstattet af elevstyrede motionsklubber, hvor hver enkelt elev dels vælger sig på en daglig sportsaktivitet og dels tager aktivt ansvar for egen samt gruppens motionsundervisning. I den forbindelse vil de tre daglige vagtlærere i første omgang fungere som tovholdere i forhold til at få de forskellige grupper søsat. Senere i forløbet vil de agere fra sidelinjen uden at tage styringen, men holde dem motiverede i deres forskellige projekter.

Overordnet set vil skoleåret 2011/12 derfor tage udgangspunkt i en kostprofil (sund, nærende og alsidig kost), daglig elevstyret motion af 35 min. samt mulig deltagelse i et længerevarende motionsprojekt (Lillebælt Halvmarathon eller Frøslev-løbet i Haderslev).