



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



SHE4AHA
Health throughout life

5 skref til að verða Heilsueflandi skóli



Skrefin 5

Skref 1: Undirbúningur



Tryggja stuðning skólastjórnenda - ef þeir eru ekki með er hættan að lítið muni gerast.



Fá stuðning skólasamfélagsins.



Finna og virkja aðra hagaðila innan samfélagsins.



Greina hvaða úrræði og aðföng eru tiltæk.



Stofna stýrihóp/ vinnuhóp.



Skref tvö: Gera stöðumat

Að gera stöðumat felur í sér:

1. Meta núverandi stefnu og starfshætti sem snúa að heilsu og vellíðan innan skólans og til að gera grein fyrir forgangs röðun og þörfum skólasamfélagsins.
2. Meta uppbyggingu skipulags og skoða samspil á líkamlegum og persónulegum þáttum og hvernig þessir þættir hvetja til eða hindra heilsueflandi starf í skólanum.
3. Að ræða og ná samstöðu um þarfir skólans og áherslur sem ætti að takast á við til að verða Heilsueflandi skóli.

Nota ætti gátlista Heilsueflandi grunnskóla í þessa greiningarvinnu en þeir eru byggðir á *SHE rapid assessment tool*



Skref 3: Forgangsraða aðgerðum



Forgangsröðun út frá stöðumati fyrir skólann.



Mælt er með því að setja aðeins 2 til 3 viðfangsefni í forgang og kynna einn áhersluþátt á ári.



Forgangsröðun gæti verið háð aðstæðum, en það er líka mikilvægt að bjóða skólasamfélaginu (starfsfólki skólans, nemendum, foreldrum o.fl.) að taka þátt í ákvarðanatökuferlinu.



Skipulag aðgerða

- Setja skal skýr og raunhæf markmið
- Gera áætlun um hvernig á að meta
 - Til að ákvarða hvort aðgerðir hafi skilað árangri og hvort markmiðum hefur verið náð þurf að framkvæma mat.
 - Hægt er að beita margvíslegum aðferðum, t.d. athugunum, viðtölum og/eða spurningalistum.
- Gera áætlun um samtal
 - Það mun hjálpa til við að skýra mikilvæg skref í ferlinu og getur hjálpað til við að tryggja að skólasamfélagið og viðeigandi hagaðilar hafi tilfinningu fyrir eignarhaldi á ferlinu og niðurstöðum.
- Fá endurgjöf
 - Áður en aðgerðaráætlun er kláruð, er æskilegt að fá endurgjöf frá fjölbreyttum hópi úr skólasamfélaginu. Tryggið að áætlunin endurspegli þarfir og sýn og það þarf að bjóða breytingar velkomnar.

Skref 4: Framkvæma aðgerðir

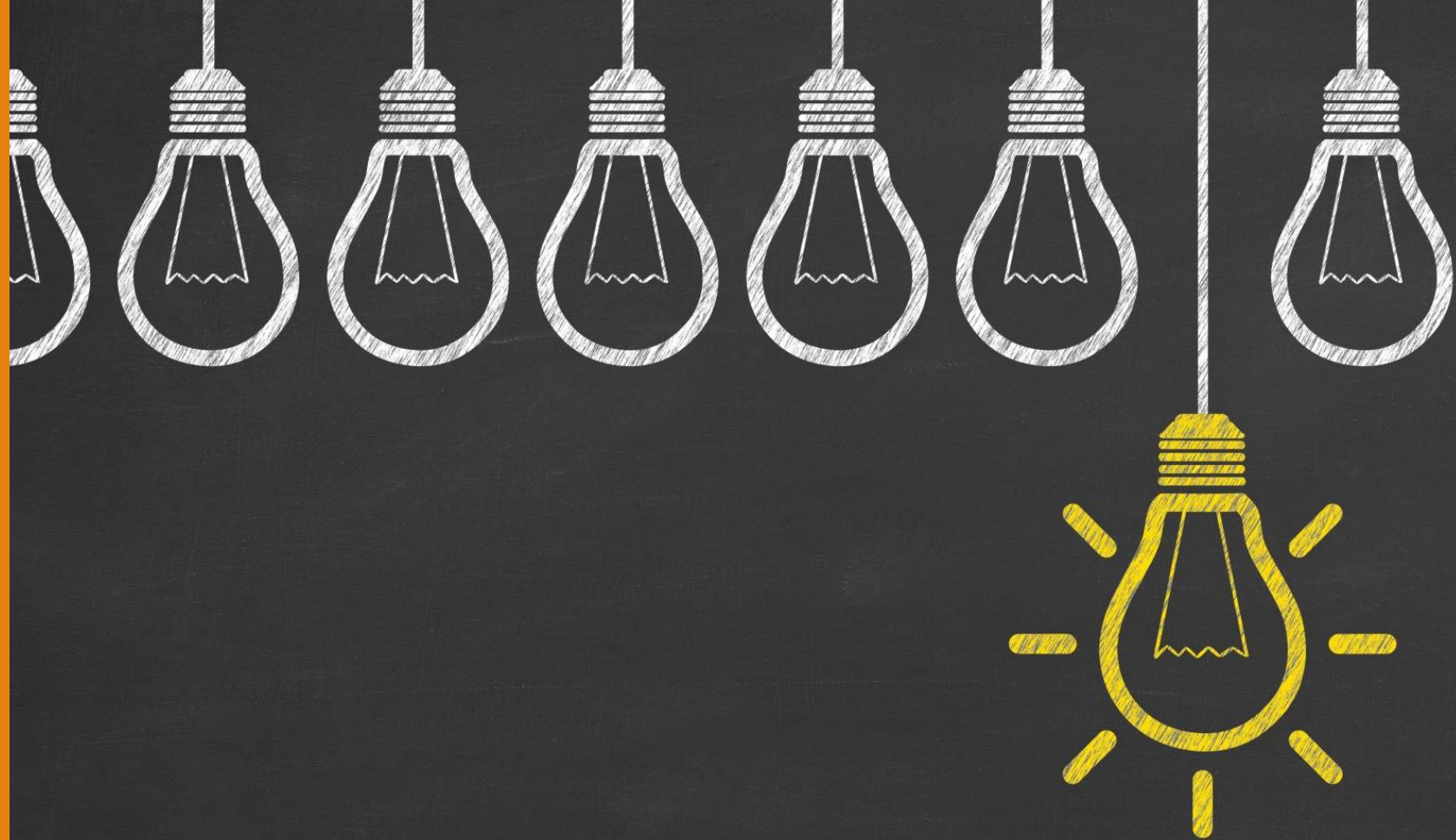
Framkvæmd	Setja áætlunina í framkvæmd.
Stuðningur	Tryggja að það sé nægjanlegur stuðningur og úrræði.
Þátttaka	Hafa ber í huga að þátttaka er lykilhugtak þegar unnið er með heilsueflingu í skólum.

Skref 5: Mat

Mat veitir nauðsynlegar upplýsingar um heilsueflandi verkefni í skólum.

Í upphafi, þegar heilsueflandi nálgunin var skipulögð fyrir skólann, var gerð matsáætlun sem fól í sér hvernig ætti að safna gögnunum.

Nú er kominn tími til að komast að því hvort aðgerðir skólans hafi skilað árangri og hvort markmiðum hafi verið náð.



Forgangsröðun, þarfir og markmið í skólasamfélagi geta breyst. Það skiptir því máli að skipuleggja, laga og framkvæma heilsueflandi skólaáætlun á sveigjanlegan hátt. Gögn sem fást við mat styðja við að aðlaga áætlunina og þær aðgerðir sem henni tengjast.

áframhaldandi ferli

Þessar glærur voru þróaðar innan SHE4AHA verkefnisins.

Nánari upplýsingar um SHE4AHA verkefnið er að finna á www.healththroughoutlife.eu

Þetta efni er hægt að nota ókeypis með skýrri tilvísun í SHE4AHA verkefnið.

Leiðbeiningar um innleiðingu á Heilsueflandi skóla



Styrkt af Evrópusambandinu. Skoðanir og álit sem sett eru fram eru hins vegar eingöngu skoðanir höfunda og endurspegla ekki endilega skoðanir Evrópusambandsins eða Framkvæmdaskrifstofu mennta- og menningarmála (EACEA). Hvorki Evrópusambandið né EACEA bera ábyrgð á þeim.

ÚTGEFIÐ AF

Schools for Health in Europe Network Foundation (SHE).

ÚTGÁFUDAGUR

Mars 2025