



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



SHE4AHA
Health throughout life

IVAK módelið

Hvað er IVAK módelið?

IVAK módelið er
hagnýtur rammi til að
efla hæfni í
heilsutengdri
aðgerðarhæfni í skólum

IVAK stendur fyrir:
Innsýn, **V**íðsýni,
Adgerðir and **K**önnun

Hverjir eru þættir IVAK móðelsins?

I	Innsýn – Velja og skoða þema Nemendur kanna og greina ákveðna áskorun tengda heilsu sem á við í þeirra skóla eða samfélagi: • Hvers vegna er þessi áskorun mikilvæg fyrir okkur og aðra – núna og í framtíðinni? • Hvernig lifnaðarhættir og lífsskilyrði áhrif á þessa áskorun? • Hvernig hefur áskorunin þróast í sögulegu samhengi og hvers vegna er það þannig í dag?
V	Víðsýni – Þróa hugmyndir Nemendur koma með hugmyndir og tillögur að úrbótum sem gefa mynd af betri framtíð: • Hvernig gæti þessi áskorun verið öðruvísi? • Hvað er hægt að læra af öðrum skólum, samfélögum eða ólíkum menningarheimum til þess að nálgast þessa áskorun? • Hvaða aðra kosti / möguleika væri hægt að velja og hvers vegna?
A	Aðgerðir – Hugmyndir framkvæmdar Nemendur færa sig frá hugmyndum yfir í aðgerðir til að gera útkomuna raunverulega: • Hvaða breytingar þarf að gera til að komast nær raunverulegri útkomu? • Hvernig er hægt að láta þessar breytingar verða að veruleika? • Hvaða hindranir gætu komið upp og hvernig verður þeim mætt?
C	Könnun – Eftirfylgni Nemendur framkvæma og meta árangurinn: • Hvaða breytingar verða framkvæmdar? • Hvernig á að meta hvort breytingarnar hafa skilað árangri?

Að vinna með IVAK módelið: Sveigjanleiki í notkun

IVAK módelið var hannað til að leiðbeina nemendum í gegnum skipulagt ferli:

1. **Innsýn:** Að kanna og skilja heilsutengd málefni sem skipta máli í lífi nemenda.
2. **Víðsýni:** Að sjá fyrir sér jákvæðar breytingar og heilbrigðari framtíð.
3. **Aðgerðir:** Að skipuleggja og framkvæma aðgerðir til að efla heilsu og vellíðan.
4. **Könnun:** Að meta breytingar og samþætta sjálfbærar umbætur með eftirfylgni.

Reynslan hefur sýnt að þessir þættir þurfa ekki að vera nákvæmlega í þessari röð. Til dæmis, að byrja á **Víðsýni** getur veitt nemendum innblástur með því að einbeita sér að tilætluðum árangri, sem hvetur þá síðan til að taka þátt í **Innsýn** til að skilja núverandi aðstæður og bera kennsl á skref sem þarf til að ná þeirra víðsýni. Þessi sveigjanlega nálgun gerir kennurum kleift að sníða módelið að þeirra sérsniðna kennslusamhengi og þörfum nemenda sinna.

Slík aðlögunarhæfni tryggir að IVAK módelið sé áfram kraftmikið verkfæri, efli þátttöku nemenda og stuðli að þroskandi þátttöku í verkefnum sem snúa að heilsu og vellíðan.

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 höfundar og endurspeglar 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