



# Hovedet Kroppen Klubben

DBU og folkeskolen mod fælles mål





## HOVEDET, KROPPEN, KLUBBEN

- Er et tilbud, der giver både ind- og udskolingene mulighed for at arbejde med sundhed og trivsel i praksis.
- Består af tre fagdage; En Trivselsdag (Hovedet), en Sundhedsdag (Kroppen) og en 'Åben Skole' dag (Klubben).

## HVAD INDEBÆRER DET

- Sundheds- og Trivselsdagene består af klasseundervisning og opgaver med bevægelse. De håndteres af skolens egne lærere ud fra downloadmateriale, med udgangspunkt i en fyldestgørende lærermanual.
- 'Åben Skole' dagen afvikles af to DBU-instruktører, og foregår som udgangspunkt i den lokale fodboldklub.
- Undervisningen opfylder en række kompetence- og vidensmål for både ind- og udskoling.
- Undervisningsmaterialer og praktiske øvelser er udviklet i samarbejde med bl.a. Syddansk Universitet.
- Med andre ord er 'Hovedet, Kroppen, Klubben' 3 fagdage, der på en let og sjov måde sætter sundhed, trivsel, bevægelse og foreningsliv på skoleskemaet.

### • VIDSTE DU, AT •

- Mere end 7500 elever og 500 lærere indtil videre har deltaget i de tre fagdage.
- I en undersøgelse blandt lærerne, ville samtlige lærere anbefale alle tre fagdage til andre.
- En undersøgelse blandt eleverne viste, at 84,4% af indskolingseleverne syntes godt om at de store elever, underviste dem på 'Åben Skole' dagen, mens 72% af udskolingseleverne tilsvarende syntes godt om at undervise de yngre elever.



# DE 3 FAGDAGE:

## HOVEDET

### – en dag med fokus på trivsel

På denne dag arbejdes der med relationer og kommunikation, som redskaber til at forebygge mistrivsel, mobning og ensomhed. Der tages afsæt i kompetencemål, samt færdigheds- og vidensmål for sundheds og seksualundervisning og familiekundskab (SSF).

## KROPPEN

### – en dag med fokus på sundhed

På denne dag arbejdes der med sundhed, blandt andet i form af kost og gode vaner. Der tages afsæt i kompetencemål, samt færdigheds- og vidensmål indenfor blandt andet sundhedsfremme og trivsel, idræt og biologi.

## KLUBBEN

### – en 'Åben Skole' dag

På denne dag lærer indskolingseleverne om foreningsliv, sundhed, glæde og bevægelse. De kommer på mission med Agent SuperSund for at redde frugter og grøntsager fra Grev Mug.

Udskolingseleverne lærer om foreningsliv, frivillighed, træning af yngre børn, samt om at være instruktør og rollemodel. De slutter af med at få ansvaret for at afvikle aktiviteter for indskolingseleverne.

*"Når de store skal være instruktører for de små, kan jeg se, at der er nogle, der træder i karakter og tager ansvar, nogle af dem som ellers er lidt stille til hverdag."*

**Thomas Bloch Hansen,**  
lærer på Lykkeboskolen

## HVORDAN & HVORNÅR

- 'Hovedet, Kroppen, Klubben' er en samlet pakke, som består af en Sundhedsdag og en Trivselsdag med separate programmer for ind- og udskoling, samt en 'Åben Skole' dag, hvor ind- og udskoling deltager sammen.
- I bestemmer selv, hvornår I afholder Sundheds- og Trivselsdagene, da det er jeres egne lærere, der varetager undervisningen. Det er desuden helt op til jer, om dagene afvikles i forlængelse af hinanden, og om I kører dagene i fuld længde, eller blot ønsker at bruge dele af indholdet.
- 'Åben Skole' dagen faciliteres af to instruktører fra DBU, og afvikles derfor på en dato efter aftale.

Det er muligt at afholde en 'Åben Skole' dag i følgende perioder:

**Forår/sommer**

April - juni

**Sommer/efterår**

August - oktober

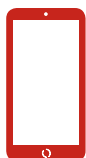
Vi er dog fleksible i forhold til datoer, så hvis I har særlige ønsker, der ikke passer ind i ovenstående perioder, hører vi gerne fra jer.

## VIGTIGT AT VIDE OM 'ÅBEN SKOLE' DAGEN

- 'Åben Skole' dagen kræver, som udgangspunkt, altid deltagelse af minimum én klasse fra både ind- og udskoling. Er dette en udfordring, vil vi gerne vide det allerede ved tilmelding.
- I bestemmer selv hvor mange elever fra henholdsvis ind- og udskoling, der deltager på de tre fagdage. 'Åben Skole' dagen har dog et max pr. afvikling på 100 elever fra indskoling og 60 elever fra udskoling.
- Ønsker I at deltage med flere elever, kan der afholdes en ekstra 'Åben Skole' dag, til en reduceret pris på 2500 kr.
- I kan eventuelt lave en aftale med fodboldklubben om at dele betalingen.

## TILMELD JERES SKOLE PÅ [DBU.DK/FAGDAGE](https://dbu.dk/fagdage)

Har I spørgsmål, eller ønsker I hjælp til at tage fat i den lokale klub, er I altid velkomne til at kontakte en af nedenstående, på telefon eller mail.



Tina Enestrøm, projektleder  
Mikkel Larsen, koordinator  
**Telefon 43262222**  
**Mail: [fagdage@dbu.dk](mailto:fagdage@dbu.dk)**



**Fagdage  
koster  
kr. 4500**

For det får I adgang til downloadmateriale til Sundheds- og Trivselsdagene, og kan booke en 'Åben Skole' dag, der varetages af to DBU-instruktører.