



# Heilsueflandi framhaldsskóli

## Stutt lýsing á verkefninu

Heilsueflandi framhaldsskóli byggist á þeirri stefnu að nálgast forvarnir út frá víðtæku og jákvæðu sjónarhorni með það að markmiði að stuðla að vellíðan og auknum árangri allra í skólasamfélaginu, nemenda og starfsfólks. Verkefnið veitir aukin tækifæri til að efla tengslin við nærsamfélagið og auka þannig stuðning og tækifæri nemenda og starfsfólks til að tileinka sér jákvæðan og heilbrigðan lífsstíl. Fjölmargar rannsóknir styðja þessa nálgun enda sýna þær að heilsueflandi umhverfi bætir líðan nemenda, stuðlar að bættum námsárangri og dregur úr brottfalli.

## Hvers konar verkefni er um að ræða?

Verkefnið sem um er að ræða býður upp á heildræna stefnu í forvarna- og heilsueflingarmálum sem gerir framhaldsskólum kleift að marka sér skýra stefnu, skerpa á aðgerðaráætlunum og forvörnum og jafnframt mynda á hagnýtan hátt skýran ramma utan um þennan almenna málaflokk. Verkefnið hefur verið þróað í samráði við mennta- og menningarmálaráðuneytið, velferðarráðuneytið og Samband íslenskra framhaldsskólanema (SÍF), undir formerkjum HoFF samstarfsins.

**HOFF** HEILSUEFLING  
OG FORVARNIR  
Í FRAMHALDSSKÓLUM



## Af hverju þessi nálgun?

Áherslur í heilsueflingu og forvörnum hafa þróast í áranna rás. Reynsla og rannsóknir hafa smám saman fært okkur frá innrætingu yfir í upplýsingagjöf, þaðan yfir í sjálfsstyrkingu og svo loks yfir í heildrænni og almennari nálgun. En samantektir á rannsóknum frá ýmsum löndum sýna okkur nú að forvarnir sem virka best eru þær sem nýta sér heildræna nálgun, sbr. hugmyndafræði *Heilsueflandi skóla*.

Meðal þeirra sem sinna heilsueflingu hefur verið vaxandi skilningur á því að nauðsynlegt sé fyrir skólasamfélagið að stofna til nýrra og fjölpættari tengsla, og jafnframt milli ólíkra faghópa, til að takast á við félagsleg og fjárhagsleg mál sem lúta að heilsufari. Skólarnir þurfi að setja sér stefnu í heilsueflingarmálum þannig að kennarar, foreldrar, nemendur og aðrir sem taka þátt í skólastarfinu hafi í höndum traustar leiðbeiningar og geti gripið til aðgerða í heilsueflingarmálum. Slík stefna getur orðið til þess að skólarnir ráði betur við



Embætti  
landlæknis  
Directorate of Health



ýmis heilsu- og félagsleg málefni, efla námsgetu nemenda og bæti skólastarfið í heild sinni. Rannsóknir benda til þess að þegar skólum tekst vel til við að setja sér stefnu og framkvæmdaáætlun í heilsueflingarmálum geti það haft verulegan áhrif á líf og starf alls ungs fólks sem nemur og hrærist innan skólanna, sem og starfsfólksins.

Í verkefninu er m.a. leitast við að samtvinna stefnu og starfsemi **Heilsueflandi framhaldsskóla** öðru íþróttá-, forvarna-, heilbrigðis- og menntastarfi í samfélaginu. Samhliða verður unnið að því að efla tengsl við foreldra og grenndarsamfélagið. Könnun á viðhorfum og hegðun nemenda í byrjun skólaárs er til grundvallar í árangursmati, en fyrsta skrefið í stefnumótun skólans er þróun gátlista, markmiða, aðgerðaráætlunar og tengslanets.

Höfuðáhersla verkefnisins er á fjögur viðfangsefni, þ.e. næringu, hreyfingu, geðrækt og lífsstíl, en eitt viðfangsefni er tekið fyrir á hverju ári. Því eru viðfangsefnin jafn mörg og námsár flestra framhaldsskólanema (en sameina má málaflokka í samræmi við styttri námsbrautir). Þegar skólinn hefur uppfyllt lágmarkskröfur gátlista **Heilsueflandi framhaldsskóla** öðlast hann bronsviðurkenningu, en með tímanum getur hann fengið silfur og gull, þ.e. ef hann uppfyllir fleiri atriði gátlistanna. Gátlistarnir eru að hluta til ákveðnir fyrirfram með tilliti til þess sem verkefnið felur í sér, en jafnframt að hluta til unnir í samvinnu við skólann (þ.e. stýrihóp verkefnisins í skólanum) s.s. vegna umhverfis, aðstæðna og áherslna skólans.



Flensborgarskólinn í Hafnarfirði var fyrsti framhaldsskólinn á landinu til að innleiða hugmyndafræði Heilsueflandi framhaldsskóla og var það gert í nánú samstarfi við Embætti landlæknis. Nú eru allir hefðbundnir framhaldsskólar á landinu þátttakendur í verkefninu.

Mikilvægt er að taka fram að stefna þarf að vera til staðar í öllum málaflokkum og því ýmis vinna í gangi öll árin, en einn málaflokkur er hinsvegar í brennidepli á hverju skólaári og því sýnilegastur í skólastarfinu. Þessir fjórir málaflokkar munu svo taka við hver af öðrum um ókomna tíð – og verkefnið endar því ekki fyrr en skóli annað hvort ákveður að hætta þátttöku eða uppfyllir ekki lengur lágmarkskröfur um **Heilsueflandi framhaldsskóla**.

Nánari upplýsingar veitir **Sigríður Kr. Hrafnkelsdóttir, verkefnisstjóri:**  
[sh@landlaeknir.is](mailto:sh@landlaeknir.is)

