

Kære skole

DBU, Syddansk Universitet og Nordea-fonden, inviterer hermed jeres 4. - 6. klasser til at deltage i "11 for Health" i skoleåret 2019/2020.

Mere end 15.000 elever og 400 lærere har de sidste tre skoleår deltaget i "11 for Health", og med støtte fra Nordea-fonden kan endnu flere skoler nu være med.

Det er **GRATIS** at deltage – og herunder kan I læse meget mere om konceptet!

Hvad er "11 for Health"

"11 for Health" er et undervisningsforløb, der strækker sig over 11 uger, med to ugentlige sessioner á 45 minutter. Hver uge har et nyt sundhedsbudskab samt en fodboldfærdighed, som introduceres gennem involverende, højintense og sjove fodboldøvelser.

Deltagelse i projektet indebærer, at lærerne deltager i et 2½ dages kursus, der gør dem i stand til efterfølgende at varetage forløbet for deres elever på skolen.



Forløbet er for alle

Læring gennem bevægelse er omdrejningspunktet for undervisningen, og det er vigtigt at understrege, at "11 for Health" er for alle. Projektet har således vist sig at være en stor succes, også for de børn, der ellers ikke er så boldglade, og samtidig er det nemt at gå til for alle lærere, uanset deres kendskab til fodbold.

Dokumenteret effekt

"11 for Health" er et forskningsprojekt, og de sidste tre år har Syddansk Universitet undersøgt effekterne af deltagelse. Resultaterne viser, at forløbet bl.a. medfører lavere blodtryk, lavere fedtprocent, øget sundhedsviden og øget trivsel.

På kurset, klædes lærerne på til selv at kunne gennemføre simple testprotokoller med deres elever, så alle har mulighed for at se hvor meget de rykker sig igennem forløbet. Det er helt op til den enkelte skole hvor meget energi, der lægges i denne del!



Hvornår kan I være med i "11 for Health"

Lærerne skal uddannes, inden opstart af forløbet på skolen, og der er mulighed for at deltage på kurset i nedenstående perioder:

August 2019:

- Odense: Onsdag d. 7. august - fredag d. 9. august
- Århus (Tilst): Onsdag d. 14. august - fredag d. 16. august
- Brøndby: Mandag d. 19. august - onsdag d. 21. august

Januar/februar 2020:

- Odense: Mandag d. 20. januar - onsdag d. 22. januar
- Brøndby: Onsdag d. 29. januar - fredag d. 31. januar
- Århus (Tilst): Mandag d. 3. februar - onsdag d. 5. februar

Vil I vide mere, eller tilmelde jer

Hvis I har lyst til at læse mere om hvordan "11 for Health" kan være med til at gøre en dokumenteret forskel for netop jeres 4. - 6. klasser, så kan I besøge projektets hjemmeside ved at klikke **HER** - eller I kan tilmelde jer ved at klikke på knappen herunder.

TILMELD JER HER

Spørgsmål

Har I spørgsmål eller andet, er I altid velkomne til at kontakte projektleder Tina Enestrøm eller projektkoordinator Mikkel Alleslev Larsen på e-mail: 11forhealth@dbu.dk eller tlf: 4326 2222

SDU 

**NORDEA
FONDEN**



DBU i skolen