

Himmelbjergegnens Natur- og Idrætsefterskoles selvevaluering 2019-20

HNIE's selvevalueringer skal ses som en del af en større helhed, hvorved vi kommer gennem alle dele af skolens værdigrundlag.

Værdigrundlag for HNIE:

Skolen ønsker, at give den enkelte elev livsmod til et aktivt selvstændigt liv med mod og evner til at tage ansvar for egne handlinger.

Skoleopholdet bygger på den enkelte elevs deltagelse i et forpligtigende samvær med andre og dermed indflydelse på fællesskabets og ens egen situation.

Eleverne er medansvarlige for skolens hverdag på såvel det undervisningsmæssige som det praktiske område.

Skolen vil igennem opholdet give eleverne større forståelse for naturen og forståelse for at man selv er en del af denne.

Desuden anser vi sund mad og motion, som en nødvendighed for et spændende og aktivt liv.

Skolen er i øvrigt inspireret af Grundtvigs og Kolds skoletanker.

Vi har delt værdigrundlaget op, og kigger på 4 forskellige dele af den, når vi laver vores selvevalueringer.

1. del: selvevaluering 2017-18. Her drejer det sig om naturforståelsen: "Skolen vil igennem opholdet give eleverne større forståelse for naturen og forståelse for, at man selv er en del af denne".

2. del: Selvevaluering 2019-20. Her drejer det sig om sund mad og motion: "Desuden anser vi sund mad og motion, som en nødvendighed for et spændende og aktivt liv".

3. del: Selvevaluering 2021-22. Her drejer det sig om livsmod og ansvar for egne handlinger: "Skolen ønsker, at give den enkelte elev livsmod til et aktivt selvstændigt liv med mod og evner til at tage ansvar for egne handlinger".

4. del: Selvevaluering 2023-24. Her drejer det sig om det forpligtende samvær: "Skoleopholdet bygger på den enkelte elevs deltagelse i et forpligtigende samvær med andre og dermed indflydelse på fællesskabets og ens egen situation".

2019-20:

Evalueringen for 2019/20 tager udgangspunkt i følgende del af værdigrundlaget: "Desuden anser vi sund mad og motion, som en nødvendighed for et spændende og aktivt liv".

I vores indholdsplaner har vi beskrevet de forskellige tiltag, som skolen har sat i værk, for at styrke denne del af vores værdigrundlag, og her kan man læse om: obligatorisk friluftsliv, obligatorisk biologi, diverse friluftsliv-ture, morgenløb, køkkenundervisningen og meget andet, der er med til at sætte fokus på elevernes forståelse for mad og motion.

Men hvad med eleverne selv, mener de også de får en større forståelse gennem deres ophold her? Det vil vi undersøge gennem en evaluering blandt vores elever, og man kan se undersøgelsen og evalueringstilbagemeldingerne på de næste sider. Slutteligt vil vi kort opsummere hvordan vi kan opsamle på evalueringen og hvad en handleplan fremadrettet kan indeholde.

Bestyrelsen for Himmelbjergegnens Natur- og Idrætsefterskole

Februar 2018 (Lars Fey forstander og Erik Nybo bestyrelsesformand)

Undersøgelsen er delt op i 3 underemner: Kost, Motion og Generelt

Spørgsmålene til KOST-delen er disse:

Mit forbrug af slik og sodavand er faldet, efter jeg er startet på HNIE?

Jeg spiser mere til morgenmad på HNIE end jeg gjorde derhjemme?

Jeg synes morgenmaden er sundere på HNIE end derhjemme?

Middags- og eftermiddagsmaden på HNIE er sundere end derhjemme?

Jeg lever mere sundt nu på HNIE end jeg gjorde derhjemme?

Og svarene fordeler sig således:

Kost	<i>Slikforbrug faldet</i>	<i>Mere morgenmad</i>	<i>Sundere morgenmad</i>	<i>Sundere middagsmad</i>	<i>Sundere generelt</i>	
Meget enig	4	13	5	7	11	
Enig	15	25	20	30	27	
Hverken eller	32	42	61	51	51	
Uenig	49	26	22	20	20	
Meget uenig	12	6	4	4	3	

Uddybning af svar - KOST:

17,1 svarer, at de ikke spiser mindre slik her på HNIE, mens 28,8 % svarer neutralt, altså at de hverken spiser mere eller mindre slik nu end før. 54,9 % giver udtryk for, at de spiser mere slik nu, end de gjorde før, og det kan man evt. stille spørgsmål til. Er det noget socialt, altså at man hygger med slik og søde sager? Har eleverne brug for et ekstra energi-boost, da skoledagene er lange med megen fysisk aktivitet? Tilgodeser køkkenet ikke de 5 smage, som helst skal indgå i ethvert måltid? Eller kan mennesker bare godt lide at spise slik?

34,2 % mener, at de spiser mere morgenmad nu, end de gjorde før. 37,8 % forholder sig neutralt, mens 28,8 % mener, at de spiser mindre. Hvorfor spiser knapt en tredjedel mindre morgenmad her? Mangler de tid, lyst? Bryder de sig ikke om maden? Er der et socialt pres ift, at det ikke er sejt at spise ret meget?

Blot 22,5 % erklærer sig enige i, at morgenmaden på HNIE er sundere end den, de fik derhjemme. 54,9 % forholder sig neutralt, mens 23,4 % mener, at maden faktisk er mere usund her, end den er hjemme. Dette peger på, at man måske skal se på, hvad der tilbydes til morgenmad samt evt. undervise i, hvad der rent faktisk er sundt at spise som morgenmåltid. Anderledes forholder det sig med middagsmaden, hvor 33,3 % mener, at den er sundere end derhjemme. 45,9 % forholder sig neutralt, mens 21,6 % mener, at den er mere usund end derhjemme. Altså er det også her relevant at se på og evt. tale med eleverne om, hvad der er sund mad og måske, i samråd med dem, ændre lidt på menuen.

I forhold til den generelle sundhed oplever 34,2 % sig som værende sundere her end derhjemme. 45,9 % forholder sig neutralt til spørgsmålet, mens 20,7 % mener, at de er blevet mere usunde her.

Til en ny undersøgelse, kunne det være relevant at lade eleverne uddybe deres svar her, hvis de er uenige, så vi kan få information om, hvorfor de eksempelvis mener, at de er blevet mere usunde her. Måske kan man også udelade kategorien hverken/eller, da den kan mudre resultatet lidt, fordi den ikke så at sige "tvinger" respondenterne til at tage stilling.

Spørgsmålene til MOTION-delen er disse:

Jeg dyrker mere motion på HNIE end derhjemme?

Jeg er mere motiveret for at dyrke motion her, end jeg var derhjemme?

Jeg er kommet i bedre form, siden jeg er begyndt på HNIE?

Hvis ja til ovenstående, hvad skyldes det?

Hvis nej til ovenstående, hvad skyldes det?

Og svarene fordeler sig således:

Motion	<i>Mere motion på HNIE</i>	<i>Mere motivation for motion</i>	<i>Bedre form på HNIE?</i>	<i>Hvorfor bedre form?</i>		<i>Hvorfor dårligere form?</i>	
Meget enig	25	25	14	Mulighed for mere motion	39	Er skadet	17
Enig	56	53	52	For lidt tid til at sidde stille	7	Har ikke lyst til meget motion	5
Hverken eller	21	26	26	Vennerne motiverer	37	Ikke selv valgt idrætsefterskole	2
Uenig	9	8	17	Lærerne motiverer	0	Ikke tid nok	7
Meget uenig	1	0	3	Andet	29	Lærerne får ikke en med	1
						Andet	80

Uddybning af svar – MOTION:

72,9 % mener, at de får mere motion på HNIE, 18,9 % forholder sig neutralt, mens blot 9 % mener, at de får mindre motion her end derhjemme. Derfor mener jeg, at man kan konkludere, at målet om mere motion er opfyldt, og at tallet kan blive endnu højere såfremt hverken/eller-kategorien reelt hælder mest mod enig i udsagnet. 70,2 % mener, at de oplever større motivation for motion nu, end de gjorde derhjemme. 23,4 % forholder sig neutralt, mens kun 7,2 % fortæller, at de oplever dårligere motivation på HNIE, hvilket er et flot resultat.

59,4 % mener, at de er kommet i bedre form her på HNIE, mens 23,4 % er neutrale. 18 % mener, at de er kommet i dårligere form, hvilket er lidt for mange, men årsagerne hertil skal afdækkes. Der kan jo være tale om skader eller andet, der spiller ind.

Eleverne kommer i bedre form på HNIE primært fordi, der her er mulighed for mere motion. 35,1 % erklærer sig enige i dette, og dertil kommer, at 33,3 % føler sig motiverede af deres venner ift. at dyrke motion. Kun 6,3 % angiver, at de er kommet i bedre form, fordi de ikke har tid til at sidde stille, mens 26,1 % angiver "andet", som årsag til, at de er kommet i bedre form. Dette "andet", som mere end hver 4. respondent har svaret, ville det være interessant at få uddybet, så man

måske kan måle på det fremadrettet samt muligvis implementere det i hverdagen. Der er ingen, der svarer, at lærerne har en betydning for motivationen ift. at dyrke motion.

De elever, der oplever sig selv som værende i dårligere form nu end før HNIE, angiver 72 % "andet" som årsag hertil. Det kunne være rigtig interessant også her at finde ud af, hvad dette "andet" dækker over. Kun 15,3 % angiver en skade som årsag til den dårligere form, mens 6,3 % mener, at de ikke har tid nok. FX nævner to ridepiger, at det er svært at overskue at få redet om eftermiddagen/aftenen. 4,5 % har ikke lyst til at dyrke så meget motion, mens 1,8 % ikke selv har valgt at være på en idrætsefterskole. Lærernes manglende evne til at motivere angives for 1 respondent som årsagen til den dårlige form, hvilket i denne undersøgelse angives som "freak-tilfældet", og altså ikke som værende relevant. I denne kategori skal det altså undersøges, om vi kan måle på nogle andre parametre, så vi ikke får mere end 80, der svarer "andet". Det bliver vi jo ikke meget klogere af, så her skal vi have eleverne til at uddybe, så vi fremadrettet kan kode dette og anvende det som faste parametre, vi måler på.

Spørgsmålene til GENERELT-delen er disse:

Jeg er generelt blevet sundere på efterskolen?

Et af mine mål med at starte på HNIE var at blive sundere?

Jeg har fået nok information omkring sundhed/ kost og motion på HNIE?

Og svarene fordeler sig således:

Sundhed generelt	<i>Generelt sundere på HNIE</i>	<i>Sundhed var mit mål</i>	<i>Nok info om sundhed, kost mv.</i>
Meget enig	7	9	10
Enig	40	35	46
Hverken eller	50	23	40
Uenig	15	32	11
Meget uenig	0	12	5

Uddybning af svar – GENERELT:

42,3 % oplever, at de generelt er blevet sundere her på HNIE. 45 % forholder sig neutralt, mens 13,5 % mener, at de er blevet mere usunde generelt af at gå på HNIE. I forhold til elevernes ønske om at forbedre deres sundhed generelt, er 39,6 % enige i dette, mens 20,7 % er neutrale. 40,5 % erklærer sig uenige i dette, og her kunne det tænkes, at det handler om sort/hvid-tænkning ift generelle mål med at komme på efterskole, hvor tidligere undersøgelse har vist, at de primært kommer på HNIE for at få nye venner osv. Informationsniveauet omkring kost og sundhed er tilfredsstillende, i det 50,4 mener, at de få nok information om emnet. 36 % erklærer sig neutrale, mens 14,4 % ikke mener, at de får nok information. Altså kunne dette godt være belæg for mere undervisning og oplysning om emnet, så det ikke kun er halvdelen af eleverne, der mener, at de bliver oplyst godt nok om emnet.

Opsummering og handleplan

Generelt for spørgeskemaet er nogle af resultaterne lidt uklare, da eleverne har mulighed for at svare "andet", og vi ved ikke, hvad dette "andet" dækker over. Dette parameter genererer altså ikke megen viden, så her skal vi have eleverne til at uddybe, så vi fremadrettet kan kode dette og anvende det som faste parametre, vi måler på. Måske kan man også udelade kategorien hverken/eller, da den også kan mudre resultatet lidt, fordi den ikke, så at sige, "tvinger" respondenterne til at tage stilling. Det er også godt at opstille succeskriterier inden en undersøgelse, så man kan se, om man opfylder disse. Altså skal der bruges nogle konkrete tal, hvis man skal kunne sige noget om frem- eller tilbagegang. Her er blot lavet nedslag, hvor det kunne være relevant at få undersøgt noget nærmere, og det skal helt sikkert indtænkes i en fremtidig ny undersøgelse, som vi påtænker at lave inden dette elevhold forlader skolen.

Om kosten:

54,9 % mener, at de spiser mere slik nu end før. Dette skal vi have undersøgt årsagerne til.

28,8 % fortæller, at de spiser mindre morgenmad nu end før. Også dette skal undersøges, fordi specielt morgenmaden er så vigtig. Morgenmaden anses også kun som værende sundere end derhjemme af 22,5 %, mens 23,4 anser den som værende mere usund. Dette peger på, at vi måske skal se på, hvad der tilbydes til morgenmad samt evt. undervise i, hvad der rent faktisk er sundt at spise som morgenmåltid. Her kunne man evt. tale med eleverne om, hvad der er sund mad og måske, i samråd med dem, ændre lidt på menuen. Det kan jo skyldes manglende viden omkring kost, at de angiver, at de ikke mener, at morgenmaden er specielt sund. Noget, der også peger i retning af dette, er kategorien omkring kost og sundhed, hvor kun ca. halvdelen mener, at de får nok information om emnet. Altså kunne dette godt være belæg for mere undervisning og oplysning om emnet, så det ikke kun er halvdelen af eleverne, der mener, at de blive oplyst godt nok om dette, især fordi det er indskrevet i skolens værdigrundlag. Svarene omkring morgenmadens manglende sundhedsmæssige værdi kunne også bunde i, at mange af HNIEs elever kommer fra ressourcestærke hjem, hvor man i forvejen spiser sund og varieret kost, så der skal meget til, før disse elever oplever en sundhedsmæssig forbedring af kosten. 20,7 % angiver nemlig også, at de er blevet mere usunde på HNIE, hvilket heller ikke er optimalt, når sund mad og motion er en del af HNIEs værdigrundlag.

Et konkret tiltag kunne være en mad-temadag, hvor køkkenet og lærerne arbejder sammen, om at oplyse om hvad vi gør her og hvorfor. Så kunne vi udover info om sund kost også få fortalt eleverne om vores fokus på madspild, økologi og andre af køkkenets bæredygtige tiltag.

Sundhed:

42,3 % erklærer sig enige i, at de generelt er blevet sundere af at gå på HNIE, mens 13,5 % oplever, at de er blevet mere usunde. Her kan man sige, at vi kommer i mål, med vores ønsker fra værdigrundlaget, men det kunne være interessant at finde ud af hvorfor, et fåtal af eleverne mener, at de er blevet mere usunde.

Motion:

Her opfyldes de ønskede mål omkring at sundhed og motion anses som en nødvendighed for et spændende og aktivt liv idet 72,9 % svarer, at de får mere motion her end derhjemme. 59,4 % mener, at de er kommet i bedre form her på HNIE, mens 23,4 % er neutrale. 18 % mener, at de er kommet i dårligere form, hvilket er lidt for mange, men årsagerne hertil skal afdækkes. Der kan jo

være tale om skader eller andet, der spiller ind. Eleverne kommer i bedre form på HNIE primært fordi, der her er mulighed for mere motion. 35,1 % erklærer sig enige i dette, og dertil kommer, at 33,3 % føler sig motiverede af deres venner ift at dyrke motion. Mere end hver 4. respondent svarer "andet" ift at være i kommet i bedre form nu, hvilket det ville være interessant at få uddybet, så man måske kan måle på det fremadrettet samt muligvis implementere det i hverdagen. Der er ingen, der svarer, at lærerne har en betydning for motivationen ift. at dyrke motion.

De elever, der oplever sig selv som værende i dårligere form nu end før HNIE, angiver 72 % "andet" som årsag hertil. Det kunne være rigtig interessant også her at finde ud af, hvad dette "andet" dækker over.

Et tiltag fremadrettet, der kan hjælpe ridepigerne, til at få redet mere, er, at der skal bygges en ridehal, hvilket ville løse mange af de issues omkring lys, mudder, manglende tid om vinteren osv. En kommende indendørs ridehal er der nu budgetteret med skal bygges inden for de næste år.