

Projektrapport

En modell för Aktivitet förebygger i en Helsingborgskontext!

Sammanfattning

Projektet Aktivitet förbygger (AF) främjar barn och ungas hälsa, utveckling och skolgång. Genom att integrera resurser från skolor, föreningar, kommun och region skapas prova-på verksamhet under skoltid som ger elever nya möjligheter och positiva erfarenheter av föreningsaktiviteter inom natur, kultur och idrott. Under 2023–2024 testades AF i tre Helsingborgsskolor med positiva resultat som ökad skolnärvaro, bättre självkänsla och stärkt socialt samspel. Dessa effekter beror på ett nära samarbete och gemensamma handlingar mellan flera olika aktörer. Lärdomar från projektet och forskning från Lunds universitet ger en grund för att vidareutveckla och sprida initiativet till fler barn och unga.

PART – Preventivt arbete tillsammans

PART är en verksamhetsöverskridande plattform för systematiskt samarbete mellan Landskrona stad, Helsingborgs stad och Region Skåne. PART samskapar med invånarna, olika samhällsaktörer och civilsamhället för att tillsammans ta fram lösningar på samhällsutmaningar som främjar barn och ungas utveckling, hälsa och skolgång (partinfo.se).

Innehållsförteckning

Inledning	3
Projektet Aktivitet förebygger	3
Lärande och resultat ur olika perspektiv	4
Tre pilotskolors perspektiv	4
<i>Filborna anpassad gymnasieskola</i>	<i>4</i>
<i>Ringstorpsskolan</i>	<i>5</i>
<i>Nanny Palmkvistskolan</i>	<i>5</i>
Föreningar och ledares perspektiv	6
Projektets perspektiv	7
Forskningsprojektets perspektiv	8
Resultat: En modell för Aktivitet förebygger i Helsingborg	9
Reflektion och behov framöver	9
Bilaga 1 – Aktivitet förebygger på pilotskolorna	11
Bilaga 2 – Samarbetsaktörer	13

Inledning

Vårt samtida samhälle påverkar på olika sätt barns och ungas psykiska och fysiska hälsa, utveckling och skolgång. För de flesta ger samhället positiva förutsättningar, där barn och unga mår bra, har framtidstro, en meningsfull fritid och fullföljer grundskolan med godkända betyg. Samtidigt finns det barn och unga som påverkas negativt, där exempelvis den upplevda psykiska ohälsan har ökat, stillasittandet har blivit vanligare och ojämlikheter i sociala och ekonomiska förutsättningar har blivit mer påtagliga. Sårbara livsvillkor leder dessutom till att barn och unga rekryteras till kriminella nätverk.

För att hantera dessa samhällsutmaningar krävs nya sätt att tänka och agera. Här behöver resurser från kommun, region och civilsamhälle sammanlänkas, och vi kan även inspireras av framgångsrika arbetssätt från andra håll för att skapa bästa möjliga förutsättningarna för barn och ungas uppväxt. Ett sådant exempel är Aktivitet förebygger (AF), som har utvecklats av Ängelholms kommun. Det är ett hälsofrämjande och förebyggande arbetssätt som nu sprids regionalt genom Region Skånes satsning "[Sätt Skåne i rörelse](#)". Metoden bygger på barns rättigheter och innebär en mångfacetterad verksamhet, där barn får prova på föreningsverksamhet inom natur, kultur och idrott under skoltid, delta i after school-aktiviteter och ta del av riktade insatser.

Under åren 2023 och 2024 har PART haft i uppdrag att utveckla och testa en modell för Aktivitet förebygger (AF) i en Helsingborgskontext. Projektet syftar till att utifrån barn och ungas behov, integrera resurser för en flexibel insats som stärker deras utveckling, hälsa och skolgång. Arbetet bygger på ett samarbete mellan kommunen, civilsamhället, regionen och barn och unga själva.

Projektet sträcker sig över flera nämnders ansvarsområden och kan bidra till att förbättra barn och ungas uppväxtvillkor, främja ett fysiskt aktivt liv och socialt hållbar livsstil samt öka tillgången till kultur och livskvalitet. Specifikt kan projektet vara en pusselbit som bidrar till flera nämnders måluppfyllelse såsom ökad närvaro i skolan, ökad andel som uppnår behörighet till gymnasieskola, utveckla och skapa mer fritidsverksamhet utanför centrala Helsingborg samt att öka antal elever inskrivna vid kulturskolan.

Projektet finansieras av PART i samverkan med RF SISU Skåne, Sätt Skåne i rörelse och Gemensamma medel för suicidprevention. Under 2024 har forskare från Lunds universitet, genom medel från Helsingborgs forsknings- och utvecklingsfond, följt arbetet med AF för att utveckla en modell för resursintegrering som gör det förebyggande arbetssättet långsiktigt och hållbart.

Effekter och lärdomar från de första två åren av projektet presenteras på flera sätt: genom denna rapport, filmer från konferensen *Aktivitet förebygger – en väg framåt*, samt en forskningsrapport från Lunds universitet.

Projektet Aktivitet förebygger

Syftet med projektet är att ge barn och unga likvärdiga möjligheter att under skoltid upptäcka och prova på olika former av organiserad fritidsverksamhet. Målet är att, tillsammans med barn och unga samt relevanta aktörer från kommun, region och civilsamhälle, utveckla och testa en modell för

Aktivitet förebygger i en Helsingborgskontext som kan spridas till fler skolor. Ett långsiktigt mål är att öka andelen barn och unga som börjar delta i organiserad förenings- eller fritidsverksamhet.

Projektets primära målgrupp är barn och unga som går på någon av de tre pilotskolorna, medan den sekundära målgruppen är personer som har en möjliggörande roll för att utveckla och genomföra AF, såsom skolpersonal, föreningsledare, föräldrar med flera.

Projektet har involverat många aktörer som bidragit med resurser på olika sätt. Bland dessa finns elever och skolpersonal från de tre pilotskolorna, ledare från 12 föreningar. Utöver dessa aktörer har det funnits stödjande funktioner som har bidragit med kompetens, fortbildning till föreningar och andra resurser såsom RF SISU Skåne, Fritid Helsingborg, Elevhälsan, Kulturförvaltningen, PART m.fl. De tre pilotskolorna och de många föreningarna som har genomfört aktiviteter tillsammans med skolor och elever har haft en central roll i projektet. I nästa avsnitt presenteras lärdomar och effekter från deras perspektiv. En fullständig lista på involverade aktörer finns i bilaga 2.

Som beskrivs i inledningen består AF av flera delar. I detta projekt har fokus legat på att sätta igång prova-på verksamhet inom natur, kultur och idrott. Viss after school verksamhet har också testats, medan riktade insatser endast har genomförts i liten utsträckning.

Under 2024 har ett forskningsprojekt initierats tillsammans med institutionen för tjänstevetenskap vid Lunds universitet. Syftet med forskningsprojektet har varit att studera, förstå och förklara hur resursintegrering går till i praktiken med hjälp av ett tjänstelogiskt perspektiv. Som en del av forskningen introducerades och genomfördes lärcirklar (dialog- och reflektionsforum) tillsammans med samtliga skolor och föreningar. I forskningsprojektet genomfördes också en enkätundersökning bland elever och deras föräldrar på en av pilotskolorna.

Lärande och effekter från projektet har kontinuerligt dokumenterats genom lärcirklar och andra kontaktforum. Elevernas röster har systematiskt fångats av skolorna, bland annat genom loggböcker, enkäter och liknande verktyg. Utifrån denna information har AF anpassats i det praktiska arbetet för att bättre möta elevernas önskemål och behov.

Lärande och resultat ur olika perspektiv

AF har utvecklats tillsammans mellan många olika aktörer som har olika perspektiv på lärande och resultat. Under detta avsnitt lyfts följande perspektiv; de tre pilotskolornas, föreningarna och ledarnas, projektets samt forskningsprojektets.

Tre pilotskolors perspektiv

Projektet har testats på tre pilotskolor – två grundskolor och en anpassad gymnasieskola. Att prova AF i olika skolmiljöer, med olika åldersgrupper, socioekonomiska förutsättningar och behov, har varit en stor fördel. Detta har bidragit till de olika resultaten som presenteras skolspecifikt nedan.

Filbornas anpassade gymnasieskola

Filbornas anpassade gymnasieskola har sedan tidigare en idrottsprofil. Syftet med skolans medverkan i AF var att stärka profilen och bygga broar mellan skolan och elevernas fritid. Skolan

hade redan tidigare samarbete med Fritid Helsingborg, Helsingborgs Simsällskap och andra idrottsaktiviteter under skoltid. Genom AF kunde skolan bredda sitt aktivitetsutbud och involvera samtliga elever i prova-på verksamheten. För att få detta att fungera har skolans AF-samordnare behövt anpassa schemat för 130 elever, och hela personalen har varit delaktig. Skolan beskriver att involveringen av personalen har varit en nyckel till projektets framgång.

Effekterna av AF som skolan har upplevt är bland annat att eleverna har fått möjlighet att upptäcka staden och dess möjligheter, deras självkänsla och självförtroende har ökat, och deras förmåga att kommunicera har förbättrats. Genom förbättring av denna kommunikation har eleverna också blivit bättre på att uttrycka sina behov och önskemål.

Genom samarbetet med Friluftsförbundet har skolpersonal fått utbildning i utomhuspedagogik och eleverna har fått ledarskapsutbildning, vilket har lett till att de nu leder naturaktiviteter för yngre elever. Detta har stärkt elevernas uppfattning om sin egen kapacitet. Några elever har även börjat delta i fritidsaktiviteter och fått praktikplatser hos Ung Fritid. Genom samarbetet med föreningar har skolan upplevt en ökad förståelse för deras elevgrupp, som bland annat består av många elever med olika funktionsvariationer.

Ringtorpsskolan

Ringtorpsskolan har länge haft ett stort fokus på hälsa och rörelse och arbetar aktivt med utomhuspedagogik, rastaktiviteter och blev utsedd till årets fokusskola i RF SISUs Rörelsesatsning i skolan. Syftet med AF var att ge ny energi till skolans arbete samt att undersöka om projektet skulle kunna öka motivationen och måluppfyllelsen bland eleverna.

Skolan upplever att eleverna har fått uppleva delar av staden och dess erbjudanden, och att de uppfattas som gladare och mer engagerade. AF har också haft en positiv effekt på elevernas arbetsro och sociala samvaro, i kombination med flera andra påverkansfaktorer. Elever och föräldrar har varit glada över att få delta, och skolpersonalen har varit mycket positiva till projektet. Trots att det har krävt en del arbete från skolpersonalen har de hjälpts åt för att få eleverna till aktiviteterna.

På individnivå har skolan sett ökad närvaro hos elever som tidigare haft hög frånvaro. Skolan har även upplevt att relationerna mellan personal och elever har stärkts genom de gemensamma promenaderna till och från aktiviteterna. Dessa promenader har dessutom bidragit till vardagsmotion, vilket ligger i linje med skolans hälsoarbete. Skolan har även fokuserat på att introducera eleverna för stadens verksamheter, såsom Tryckeriet, för att eleverna ska kunna fortsätta engagera sig där på fritiden. Några elever har fortsatt att delta i cirkusaktiviteter.

Nanny Palmkvistskolan

Nanny Palmkvistskolan har av olika skäl redan sedan tidigare sökt samarbeten med föreningslivet, där bland annat OV Helsingborg håller i handboll för elever efter skoltid. Skolans förhoppning är att eleverna ska ha en meningsfull fritid i organiserad verksamhet, inte bara de som går på fritidshemmet, och att det har en positiv inverkan på elevernas skolgång. Genom att delta i AF fick eleverna möjlighet att prova olika föreningsaktiviteter under skoltid, och skolan fungerade som länk mellan eleverna och föreningslivet.

Två årskullar från årskurs 3 har deltagit i projektet. Den första årskullen valdes ut på grund av utmaningar med trygghet och trivsel, vilket visade sig genom ett antal kränkningsärenden och resultat från elevernas enkätsvar i trygghetsmätningar. Efter att eleverna började med AF minskade antalet kränkningsärenden redan tidigt, och halvvägs genom projektet har anmälningarna minskat radikalt. Idag har klassen fortsatt en mycket låg andel kränkningsärenden samt näst högst närvaro på skolan.

När skolan såg att AF hade positiv inverkan på närvaron valdes nästa årskull ut, som hade utmaningar med frånvaro. Effekterna av AF har varit tydliga, och halvvägs genom projektet (december 2024) var den generella frånvaron nästan obefintlig. Rektor beskriver att eleverna ofta stannade hemma för förkylningar och liknande, men nu kommer de till skolan trots att de är lite sjuka, eftersom de inte vill missa AF. Det har frigjort möjligheter för skolan att enbart fokusera på elever med problematisk frånvaro.

Skolan har ramat in veckan för eleverna med roliga aktiviteter, där AF inleder veckan och simning avslutar. Utöver detta erbjuder eleverna handboll, basket och taekwondo efter skoltid. Elevernas glädje att gå till skolan har smittat av sig på föräldrarna, och deras inställning till skolan har blivit mycket positiv. Föräldrarna har också bjudits in till en familjedag där de fick träffa ledarna och prova på samma aktiviteter som eleverna. 100% av föräldrarna deltog.

Föreningar och ledares perspektiv

I projektet har ledare från 12 olika aktörer deltagit, vilka inkluderar sex idrottsföreningar, tre studieförbund, en dansförening, en konstförening och en privat träningsanläggning (se bilaga 2).

Precis som skolorna hade föreningarna olika intentioner med att delta i AF. För samtliga handlar det om att nå ut till en bredare målgrupp, attrahera nya medlemmar och marknadsföra sin verksamhet eller sport. Ledarna upplever att de har blivit tillräckligt rustade och fått tillräcklig information om elevgrupperna, vilket har hjälpt dem att bemöta eleverna på ett bra sätt. Samtidigt har det också inneburit nya krav och ibland varit en utmaning.

Ledarna värdesätter deltagandet i projektets dialog- och reflektionsforum (lärcirklar), där de haft möjlighet att höra skolans perspektiv på elevernas utveckling och de effekter som ledarnas insatser haft. De ser också uppstartsträffarna med skolorna som viktiga för att klargöra ansvar och förväntningar. Att närvara vid föräldramöten och ha skolpersonal med vid aktiviteterna har också varit betydelsefullt. Flera ledare påpekar att när vikarier kommer med elevgrupper förändras förutsättningarna, vilket kan göra det svårare att hålla lektionerna.

När det gäller anpassning av lektionerna har vissa ledare behövt justera innehåll och struktur för att bättre möta elevernas behov. Exempelvis har tennisträning fokuserat mer på koordination än på specifika slag, och det har ibland varit mer effektivt att repetera övningar i stället för att introducera för många nya. Andra har fokuserat på hälsa och rörelse i stället för en strikt inriktning på idrott. Ledarna har lagt stor vikt vid bemötande och relationer, och på att skapa en trygg miljö där eleverna kan lyckas.

Enligt ledarna är gemenskapen och tillhörigheten större för elever som har aktiviteter under skoltid, jämfört med den ordinarie föreningsverksamheten. Det finns dock delade åsikter om aktiviteterna ska vara obligatoriska för alla elever eller om det vore bättre att låta dem välja sina aktiviteter själva.

Ledarna, precis som skolorna, ser tydliga skillnader i elevernas självförtroende och självkänsla. Eleverna upplevs som gladare, mer sociala och engagerade. I Taekwondo och basket har ledare noterat att tjejerna har utvecklats mest, medan killarna i dans har visat störst förbättring inom självförtroende och självkänsla. En utmaning framöver är att få eleverna att fortsätta delta i den ordinarie föreningsverksamheten under fritiden, och här behöver vi tillsammans fortsätta utveckla bryggor för övergången

Projektets perspektiv

Som tidigare beskrivits har flera aktörer varit involverade i projektet, vilket har inneburit både utmaningar och möjligheter. Mångfalden av aktörer har ställt krav på ett effektivt samarbete för att säkerställa att arbetet kring eleverna fungerar optimalt och att AF anpassas efter målgruppens behov. Samtidigt har denna bredd varit en styrka då de olika perspektiven har lett till gemensamma lösningar som enskilda aktörer inte hade kunnat åstadkomma på egen hand.

Forskningen kopplad till projektet har även introducerat "lärcirklar" som ett forum där varje pilotskola och de samarbetande föreningsledarna fått möjlighet att reflektera och dela sina erfarenheter. Detta har skapat en gemensam arena för lärande och utveckling. En viktig framgångsfaktor har varit det gemensamma barnfokuset, där alla aktörer haft målgruppens behov i centrum. Denna gemensamma utgångspunkt, tillsammans med lärcirkarna som reflektionsverktyg, har varit avgörande för att hitta lösningar och nå de resultat som projektet har uppnått.

En stor utmaning har varit att bygga och prova en organisation som involverar olika personer och verksamheter, där var och en har bidragit med sina specifika resurser. Målet har inte varit att skapa en expertorganisation, utan en samordningsfunktion som kan integrera resurser och nyttja kompetens på ett ömsesidigt sätt. För att detta ska fungera har det krävts tillit, förståelse och tålamod, och detta har de inblandade lyckats med. Det har funnits en stark känsla av gemensamt ansvar där alla har bidragit med sin del.

Föreningar som organiserar aktiviteter under barn och ungas skoltid har också haft en central roll. Dessa föreningar har tillfört nya perspektiv och kompetenser och har blivit en viktig resurs i elevernas liv. Det har dock varit en utmaning att hitta ledare som kan hålla i verksamheten vecka efter vecka under skoltid, samtidigt som föreningarna helst även ska erbjuda fritidsverksamhet. Idrottsföreningar har varit enklaste att hitta, medan kultur och natur har varit svårare att tillgodose. Genom samarbetet med Sätt Skåne i rörelse och det samverkansavtal som finns med Friluftsrådet har natur till viss del kunnat tillgodoses och genom samarbete lokalt med Medborgarskolan och Vuxenskolan även kultur.

Skolans involvering har varit avgörande för att nå de resultat projektet visat, och skolorna har investerat resurser i arbetet. Rektorerna har uttryckt att skolans insats har varit väl värd det när de ser de positiva effekterna för eleverna, både på grupp- och individnivå. Genom skolans engagemang

har AF kunnat anpassas bättre till elevgruppernas specifika behov, vilket har bidragit till projektets positiva resultat.

Tre centrala förutsättningar:

1. **Rektorernas engagemang:** Rektorerna på samtliga skolor har varit starkt involverade, vilket har varit avgörande för att projektet skulle kunna fästa på skolorna och bland elever och föräldrar. Skolan har också behövt avsätta resurser, till exempel i form av skolpersonal samt för att möjliggöra en systematisk uppföljning.
2. **En utsedd samordnare:** På varje skola har en samordnare utsetts av rektor med mandat och tid att organisera skolans deltagande i AF. På grundskolorna har detta varit idrottslärare och förstelärare, och på gymnasiet friskvårdskonsulent.
3. **Skolpersonalens engagemang:** Skolpersonalens närvaro vid aktiviteterna har bidragit till trygghet och kontinuerlig kommunikation mellan alla parter – elever, föräldrar, skola och föreningsledare. Det har också underlättat snabba justeringar och smidig uppföljning. En av skolornas största utmaning har varit att tillsätta personal vid sjukdom osv, men detta har också bidragit till en stark "vi gör det tillsammans"-anda.

Eftersom pilotskolorna haft olika förutsättningar och AF har riktats till olika åldrar och målgrupper, har upplägget sett olika ut. Detta har gett projektet möjlighet att skapa en flexibel modell som kan anpassas efter barn och ungas varierande behov. Ett av projektets mål var att barn och unga skulle börja i organiserad fritidsverksamhet, men det visade sig vara för kortsiktigt att nå detta mål inom projektets tidsram. Framöver bör fokus vara på att skapa strukturer som bygger broar mellan skolan och fritidsverksamheten för att uppnå de långsiktiga effekterna.

Sammanfattningsvis har AF bidragit till positiva effekter för eleverna, och även om alla mål inte helt har uppnåtts under projektiden, har projektet visat på vikten av samarbeten och flexibla lösningar för att möta barn och ungas behov.

Forskningsprojektets perspektiv

Forskningsprojektet har fokuserat på att förstå och förklara hur resursintegrering sker i praktiken utifrån ett tjänstelogiskt perspektiv. Ett ytterligare mål har varit att, med den ökade kunskapen, utveckla en konceptuell modell för resursintegrering som tydligt beskriver sammanhängande delprocesser. Denna modell har bidragit till en ökad förståelse av projektets framgångsfaktorer.

Ur forskningsprojektets perspektiv har en central del av AF varit de gemensamma värderingarna och fokuset på barnen, samt de gemensamma arenorna för kunskapsutbyte och kollektiv reflektion. Ett av de viktigaste forskningsresultaten är att relationerna mellan aktörer är avgörande. Dessa relationer fungerar som en drivkraft för engagemang och samordning av resurser, vilket har lett till ett "görande tillsammans"-förhållningssätt.

Därför bör AF inte ses som ett tillfälligt verktyg, utan som ett sammanhängande system där relationerna måste vara närvarande kontinuerligt för att skapa rörelse och framsteg. Vidare är det viktigt att AF:s arbete följs upp regelbundet på ett öppet och systematiskt sätt för att synliggöra långsiktiga resultat. En ytterligare central aspekt har varit betydelsen av samordningsfunktioner.

Den fullständiga forskningsrapporten presenteras separat.

Resultat: En modell för AF i Helsingborg

Projektets mål var att utveckla och prova en modell för Aktivitet Förebyggare (AF) i Helsingborgs kontext, med inspiration från Ängelholms erfarenheter och arbete. En viktig del av uppdraget har varit att anpassa AF till Helsingborgs specifika förutsättningar och att arbeta tillsammans med alla aktörer i projektet. Genom detta samarbete har vi strävat efter att skapa en gemensam förståelse för barnens vardag och behov, samt för varandras uppdrag och roller. Målet har varit att alla involverade aktörer ska känna sig delaktiga och vilja bidra till det gemensamma arbetet.

Fyra grundpelare

För att säkerställa fortsatt framgång och långsiktig effekt av AF har projektet utvecklat ett ramverk baserat på fyra grundpelare, som har varit avgörande för resultaten.

1. **Behovsanpassad insats**

Klasser, årskurser och skolor har olika behov av vad AF kan erbjuda. Genom att noggrant rikta insatserna för att matcha dessa behov har vi kunnat uppnå fler och mer gynnsamma resultat.

2. **Gemensamt barnfokus**

Ett gemensamt och tydligt barnfokus från början är avgörande för att AF ska ha en positiv inverkan på elevernas utveckling och skolgång. Det är allas ansvar att hålla detta fokus levande, men det är samordnarens uppgift att säkerställa att det inte glöms bort.

3. **Gemensamt ansvar**

En god samordning är avgörande för att det praktiska arbetet ska fungera effektivt. Här har skolan en nyckelroll. Det har också krävts central övergripande samordning, men för att AF ska bli framgångsrikt behövs ett gemensamt ansvarstagande mellan skolan, samordningsfunktionen och föreningarna.

4. **Lärcirklar för kunskapsbyggande och kollektiv reflektion**

Återkommande lärcirklar, där alla som arbetar med eleverna (skolpersonal, föreningsledare, samordnare med flera) samlas för gemensamt lärande och reflektion, har varit en viktig faktor för att säkerställa att AF fungerar bra både för eleverna och för de involverade verksamheterna.

Reflektioner och behov framöver

Projektet pågick mellan 2023 och 2024, och PART:s styrgrupp har beslutat att förlänga projektet till 2025. Syftet är att fortsätta prova, följa upp och sprida AF i Helsingborg. I detta avsnitt presenteras några reflektioner och behov inför det fortsatta arbetet.

De mellanmännsliga interaktionerna och relationerna har varit ett återkommande tema, och både elever, skolpersonal och föreningsledare har betonat deras betydelse. Genom ramverket har dessa relationer fått en framträdande plats, vilket även framhålls i följeforskningen från Lunds universitet.

Förutom ramverket finns en handbok som ska underlätta arbetet och möjliggöra en smidig spridning och uppskalning av AF till fler skolor i Helsingborg.

Från början var det viktigt att kontinuerligt följa upp arbetet för att förstå vilken påverkan insatsen har på eleverna, skolorna och föreningarna. Det var svårt att förutspå resultaten under den korta tidsramen, men förhoppningarna var att AF skulle bidra till att en del barn och unga skulle hitta aktiviteter att fortsätta med på fritiden. Genom systematisk uppföljning och forskning har vi nu en bättre förståelse för hur AF kan anpassas för att möta olika behov, såsom ökad närvaro och minskade kränkingsanmälningar. Däremot har projektet hittills endast lett till att ett fåtal barn och unga har fortsatt delta i organiserade aktiviteter på fritiden. Fokus har varit på prova-på aktiviteter under skoltid samt de fyra grundpelarna i ramverket.

Vi ser också att yngre elever på grundskolan har utvecklats mest genom aktiviteterna och haft lättare att delta på ett lekfullt sätt. Äldre elever tenderar att ha en mer osäker självbild och är redan präglade av vanor och åsikter som påverkar deras deltagande. Båda grundskolorna ser fördelar med att införa AF redan i årskurs 3 för att få större effekt och lättare kunna stödja enskilda elever som behöver extra hjälp.

Den AF-modell som har utvecklats för Helsingborg bör testas på fler skolor i kombination med resultat från forskningsprojektet gällande resursintegrering. Detta kommer att öka kunskapen om var AF ger störst effekt. Det är också viktigt att fortsätta följa upp de effekter som pilotskolorna har rapporterat för att se om dessa är hållbara på lång sikt. Framöver måste vi diskutera varför AF sätts in – är det för att öka skolnärvaro, ge barn och unga en organiserad fritid, eller båda? Vilka åldrar ger bäst resultat, och utifrån vilka behov? Det finns inget rätt eller fel, men det är viktigt att tydliggöra syftet med AF och skapa medvetenhet kring detta.

Slutligen krävs en intensiv samordning för resursintegrering på strukturell nivå, något som även forskningen lyfter fram. Detta är en fråga vi måste lösa tillsammans. Vi behöver också hitta en långsiktig lösning för finansiering om AF ska implementeras i Helsingborg på längre sikt.

Bilaga 1 – AF på pilotskolorna

Filborna anpassad gymnasieskola

Filbornaskolan, belägen i östra Helsingborg, tar emot elever från hela staden och även från andra kommuner. Skolan har en uttalad hälsoprofil och cirka 130 elever går där. Den erbjuder fem nationella program samt individuellt program. AF startade höstterminen 2023 och riktades till alla elever. Terminen inleddes med en kick-off för personalen, där de fick träffa ledare och prova aktiviteter som eleverna senare skulle ha på schema. Föräldrar informerades även på ett föräldramöte.

Skolans största utmaning var att organisera AF på tisdagar, då eleverna inte hade idrott på schemat, och att anpassa upplägget efter elevernas behov. Sedan höstterminen 2023 har eleverna haft prova-på aktiviteter på tisdagar mellan 10:00-11:00, cirka 20 veckor per termin. Aktiviteterna har genomförts på externa platser som Idrottens Hus, bowlinghallen, simhallen, Barnens skog och Olympiahallen. Elever på individuellt program deltog i samma aktivitet sex gånger i rad, medan elever på nationella program deltog i 2–3 sessioner per aktivitet.

Under det första året erbjöds eleverna aktiviteter som kampsport, bowling, simning, tennis och Skogshjältarna (Friluftsförbundet). Utöver detta hade de också möjlighet att delta i boxning och skytte via Ung Fritid. Fem elever deltog i simning och fyra i konstverksamhet som låg efter skoltid som after school aktiviteter. Under det andra läsåret (2023–2025) fortsatte aktiviteterna, men simning erbjuds numera i skolans egen regi och naturaktivitet genomförs av skolans egen personal som har utbildats i utomhuspedagogik av Friluftsförbundet.

Ringstorpsskolan

Ringstorpsskolan ligger i nordöstra Helsingborg nära centrum, i ett socioekonomiskt stabilt område, och har cirka 350 elever i årskurs F-6. Många elever går på fritidshem och en stor andel har fritidsaktiviteter.

AF startade vårterminen 2024 för årskurs 5, med cirka 50 elever. Skolan valde denna årskurs utifrån projektets önskemål för att testa AF med en annan åldersgrupp än de övriga pilotskolorna. Projektledare och föreningsledare träffade eleverna för att presentera aktiviteterna, och på kvällen hölls även ett informationsmöte för föräldrar.

Skolan förlängde timplanen för att genomföra AF utan att påverka ordinarie undervisningstid, enligt gällande skollag. AF genomfördes på onsdagar klockan 14:00–15:00 under totalt 24 veckor (12 veckor per termin). Eleverna delades upp i fyra grupper om cirka 12 elever per grupp. Varje grupp testade en aktivitet i sex veckor innan de bytte till en ny aktivitet. Under vårterminen 2024 provade eleverna taekwondo, dans, cirkus och funktionell träning. Vissa grupper som gick till Tryckeriet för dans och cirkus, andra som tränade funktionell träning i Pålsjö skog, samt en grupp som stannade i skolans idrottshall för taekwondo. Under höstterminen 2024 fortsatte samma elever nu i årskurs 6 med liknande aktiviteter. Enkäter genomfördes av forskningsgruppen knuten till projektet, där elever och vårdnadshavare svarade på frågor om upplevd hälsa och studiero. Resultaten redovisas i en separat forskningsrapport.

Nanny Palmkvist skolan

Nanny Palmkvistskolan ligger i östra Helsingborg i ett socioekonomiskt blandat område och har cirka 500 elever i årskurs F-6. Ungefär en tredjedel av eleverna går på fritidshem, och många elever deltar inte i fritidsaktiviteter.

AF startade höstterminen 2023 med hela årskurs 3, cirka 60 elever. Under skolans uppstartsdagar genomfördes en kick-off för personalen i samarbete med RF SISU:s Rörelsesatsning i skolan. Därefter informerades föräldrar om AF på ett möte med skolledare, klasslärare, projektledare och föreningsledare.

Rektorn förlängde timplanen med stöd av gällande skollag, så ordinarie undervisningstid påverkades inte. AF genomfördes på måndagar och tisdagar mellan klockan 14:30 och 15:30 för att ge eleverna en positiv start på veckan. Hälften av eleverna deltog på måndagar och den andra hälften på tisdagar. Under läsåret 2023–2024 testade eleverna fyra aktiviteter: basket, Skogshjältarna, taekwondo och dans. De delades in i fyra grupper om cirka 15 elever, och varje grupp provade en aktivitet under sex veckor innan de bytte.

Under läsåret 2024–2025 genomför AF med en ny årskurs 3, och processen har upprepats med föräldramöte och aktiviteter. Varje vecka går två grupper till Tryckeriet för dans och cirkus, och två grupper har basket och taekwondo i skolans idrottshall. Dessutom erbjuds eleverna after school verksamhet inom basket och taekwondo.

Bilaga 2 – Samarbetsaktörer

Aktörer som haft direkt kontakt med barn och unga

Idrottsföreningar

- Fenix kampsport (gymnasiet)
- Helsingborgs simsällskap (gymnasiet)
- Helsingborgs tennisklubb (gymnasiet)
- IS Göta bowling (gymnasiet)
- Tian Dao Taekwondo (åk 6 & 3)
- Helsingborgs basketbollklubb (åk 3)

Föreningar

- Helsingborgs konstproduktion (gymnasiet)
- FeeT (åk 6 & 3)

Studieförbund

- Friluftsförbundet (gymnasiet & åk 3)
- Studieförbundet vuxenskolan, cirkus (åk 6 & 3)
- Medborgarskolan, dans (åk 6 & 3)

Företag

- Meihem workout (åk 6)

Aktörer som bistått projektet resurser (medel, lokaler, kompetens osv)

Kommun

- Skol- och fritidsförvaltningen
 - Filbornas anpassade gymnasieskola
 - Ringtorpsskolan
 - Nanny Palmkvistskolan
 - Elevhälsan
 - Fritid Helsingborg
 - Personer med kompetens inom juridik, kommunikation, ekonomi m.fl.
- Kulturförvaltningen

Civilsamhälle

- RF SISU Skåne

Region Skåne

- Innovation Skåne – Aktivitet förebygger
- Regional utveckling – Sätt Skåne i rörelse och de samverkansavtal som satsningen har med Friluftsförbundet, Dans för hälsa, BRIS m.fl.

Universitet

- Lunds universitet, institutionen för tjänstvetenskap samt institutionen för psykologi

Övriga

- Samverkansmedel för suicidprevention