



Linköpings kommun

Utbildningsförvaltningen
Emil Friberg

Ansökan om bildningsnämndens utvecklingsmedel 2018

Varje skola fyller i **en ansökan per projekt** och skickar till bildningsnamnden@linkoping.se senast den **27 oktober 2017**. Alla projekt ska skickas in av rektor eller enhetschef.

Skola	Katedralskolan
Namn på projektet	Studieteknik och hälsa
Kontaktperson	Malin Jereaus
Telefon till kontaktperson	013-207500 (växel)
E-post till kontaktperson	malin.jereaus@linkoping.se

Kryssa för vilket/vilka områden som är aktuella för utvecklingsprojektet	<input checked="" type="checkbox"/> Studieteknik och motivationshöjande åtgärder <input type="checkbox"/> Läsutveckling och språkutvecklande arbetssätt <input type="checkbox"/> Jämställdhet <input checked="" type="checkbox"/> Psykisk hälsa <input type="checkbox"/> Trygghet och studiero <input type="checkbox"/> Medel för att möjliggöra deltagande i tävlingsverksamhet på yrkesprogram
Beskrivning av projektet	<p>Vi har ett pågående projekt kring studieteknik i årskurs 1 på skolan där vi redan i år ser ett positivt resultat i den utvärdering som är gjord bland elever, samt att EHT inte får lika många ärenden med frågeställningar kopplade enbart till studieteknik. Tanken med studieteknikprojektet var att försöka förebygga stress och oro och i förlängningen även psykisk ohälsa. För att kunna förlänga och vidareutveckla det redan pågående projektet med syftet att förebygga psykisk ohälsa, skapa trygghet och studiero behöver vi ytterligare medel. Projektet kommer att arbetas fram i tvärvetenskaplig grupp med representanter från lärarkollegiet och elevhälsa.</p> <p>Vi tänker oss följande upplägg:</p> <p>År 1 Fokus kommer att ligga på studieteknik, stresshantering, hälsa (både fysisk och psykisk). Kunskap om kroppens grundläggande behov, kroppens och hjärnans funktioner.</p> <p>Elever och lärare kommer att få en föreläsning med fokus på livsstil och hälsa av en extern föreläsare. Denna föreläsning blir utgångspunkt för arbetet med studieteknik och hälsa med klasserna i årskurs 1.</p>

	<p>Det befintliga studieteknikpaketet behöver utvecklas utifrån elevers och mentors utvärderingar. Dessutom vill vi kunna få medel för att lägga separata timmar i schemat för ändamålet, så att det inte behöver konkurrera med t.ex. den ordinarie mentorstiden vilken behövs till annat under år ett.</p> <p>Total kostnad: ca 135 000</p> <p>År 2 Fokus kommer att ligga på kommunikation - självbild, förväntningar, könsroller och försvar. Med utgångspunkt i praktiska övningar och reflektioner få syn på hur vi kommunicerar och vad detta får för konsekvenser för mig själv och för andra. Den övergripande frågan vi jobbar med är: Hur kan jag bygga bra relationer, hur kommer jag till min rätt i relation till andra och hur påverkas jag av rådande normer kring genus och kön?</p> <p>2 workshops/klass i åk 2 - Lena Ilmarsson, Marie-Louise Höög.</p> <p>Total kostnad: ca 50 000 :-</p> <p>År 3 Fokus kommer att ligga på psykisk ohälsa/hälsa (en fördjupning).</p> <p>Skapa djupare medvetenhet kring psykisk ohälsa, dess uttryck och orsaker med utgångspunkt i en teaterföreställning. Teater Imbas föreställning "Ett leende i taget" med efterföljande diskussion och återkoppling.</p> <p>Total kostnad: ca 50 000:-</p>
<p>Motivera på vilket sätt projektet bygger på vetenskaplig grund eller beprövad erfarenhet</p>	<p>Vetenskaplig grund: Forskning visar att tonårsperioden är en tid i livet som innebär positiv utveckling på flera sätt, men att den också innehåller en förhöjd risk att utveckla psykiska problem och på andra sätt råka illa ut. Den bild av tonårshjärnan som kommer fram med hjälp av modern hjärnforskning är att den markant skiljer sig från barnets och den vuxnes hjärnor. Den har en förhöjd känslighet/sårbarhet för alla typer av påverkan. Forskare tror att det kan vara sammankopplat med hjärnans snabba och omfattande förändringar under den här perioden. De misstänker också att puberteten i kombination med en nyutvecklad intellektuell tankeförmåga (från ett konkret till ett mer abstrakt tänkesätt) påverkar. Dessutom är ungdomarnas</p>

	<p>sociala och känslomässiga mognad inne i en turbulent utvecklingsfas. Svårigheten att kontrollera känslor och beteenden är ett slående inslag under tonårsperioden. Det gäller även starka känslor som ångest.</p> <p>Beprövad erfarenhet: De som driver projektet har lång erfarenhet av arbete med ungdomar på olika sätt. Skolan har redan i år genomfört ett projekt med fokus på studieteknik som fått goda resultat, men som man önskar utveckla.</p>
Förväntade konsekvenser av projektet för flickor respektive pojkar	<p>Projektet syftar till att öka tryggheten och trivseln i klassrummet samt minska ohälsan och stressen hos både flickor och pojkar. Projektet syftar också till ett synliggörande av könsroller och normer kopplade till kön i sociala grupper, för att stärka både flickors och pojkars självförtroende och förmåga att påverka sin egen situation. Dessutom vill vi lyfta orsaker till pojkars och flickors psykiska ohälsa och deras olika uttryck samt ge verktyg att hantera dåligt mående.</p>
Sökta projektmedel 2018 i tkr	235 000:-
Redovisning av egenfinansiering (behöver ej fyllas i om ansökan görs tillsammans med annan skola eller för tävlingsverksamhet) i tkr	235 000:-
Beviljade medel i tkr (fylls i av utbildningskontoret)	