



Handlingsplan 2020–2023

Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet,
Institutt for idrett, kosthold og naturfag,
ved Høgskulen på Vestlandet



1. Innledning

Det nasjonale oppdraget knyttet til Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, ble fra 2018 en integrert del av Institutt for idrett, kosthold og naturfag, Fakultet for lærerutdanning, kultur og idrett (FLKI) ved Høgskulen på Vestlandet. I til- delingen av dette ansvaret fra Kunnskapsdepar- tementet og Helse- og omsorgsdepartementet er det flere uttalte forventninger til hva HVL skal følge opp og levere på. Dette kommer også tydelig fram i flere nyere stortingsmeldinger, handlingsplaner og strategidokument fra departementene.

Det nasjonale oppdraget forankres i instituttet og i høyskolens virksomhet, og knyttes til relevante utdanninger, annen oppdragsvirksomhet og til forsknings- og utviklingsarbeid.

Gjennom denne handlingsplanen defineres innsats- områdene for det nasjonale oppdraget, samt mål, strategier og tiltak for arbeidet. Handlingsplanen vil være retningsgivende for alle som skal være involvert i arbeidet framover, og den vil være tett koplet til HVL og fakultets strategi og faglige satsingsområder.

1.1. Overordnede mål

Gjennom dette nasjonale oppdraget skal vi styrke barnehagens og skolens rolle som helsefremmende arena og redusere sosiale ulikheter gjennom arbei- det vårt innen fysisk aktivitet og mat og måltider. Vi skal også bidra til at fagene kroppsøving og mat og helse styrkes i skolen. Gjennom ulike kunnskaps- og utviklingstiltak skal vi bidra til økt kompetanse i utdannings- og helsesektorene på disse områdene.

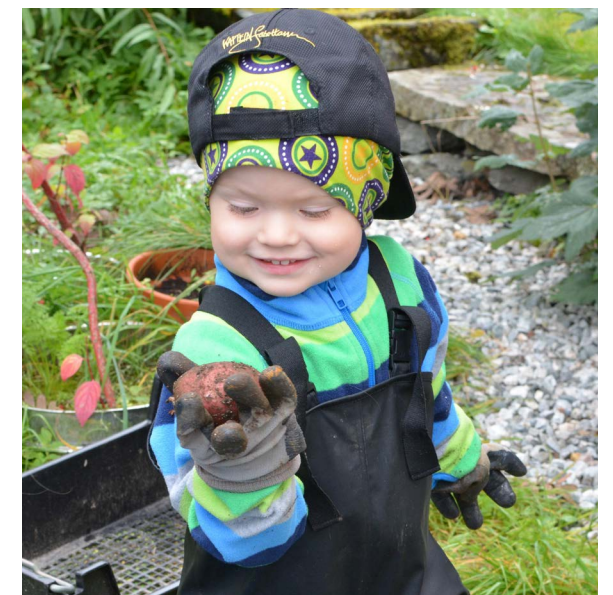
Dette gir retning for de ulike innsatsområder og tiltak som legges fram i handlingsplanen. Felles for alle innsatsområdene for det nasjonale oppdraget er at barn og ungdom er sluttmottakerne av våre tiltak. Målene og tiltakene i handlingsplanen er konkreti- sert innenfor ulike fagområder, men det er likevel de overordnede helhetlige målene som binder disse sammen. Tiltakene er ikke statiske, og de baseres

både på nasjonale føringer og anbefalinger innen aktuelle fagområder og målgrupper, behov i sam- funnet, samt fakultetets og instituttets satsings- og kunnskapsområder.

Nye tiltak kan komme til og noen vil bli endret over tid. Noen av tiltakene vil innebære mer langsiktig arbeid og noen vil være mer kortsiktige. Det vil gjøres kontinuerlige vurderinger av prioriterte opp- gaver og tiltak. Handlingsplanen og måloppnåelse vil evalueres årlig. Første gang våren 2021. Eventuelle revideringer av handlingsplanen vil gjøres i for- bindelse med evalueringene.

1.2. Aktuelle målgrupper

Aktuelle målgrupper for arbeidet med det nasjonale oppdraget er skole- og barnehageeiere, ansatte i barnehager, skoler og i SFO, og ansatte i helsesta- sjons- og skolehelsetjenesten. I tillegg er barnehage- lærerutdanninger, grunnskolelærerutdanninger, folkehelseutdanninger og relevante helsepersonell- utdanninger også viktige målgrupper.

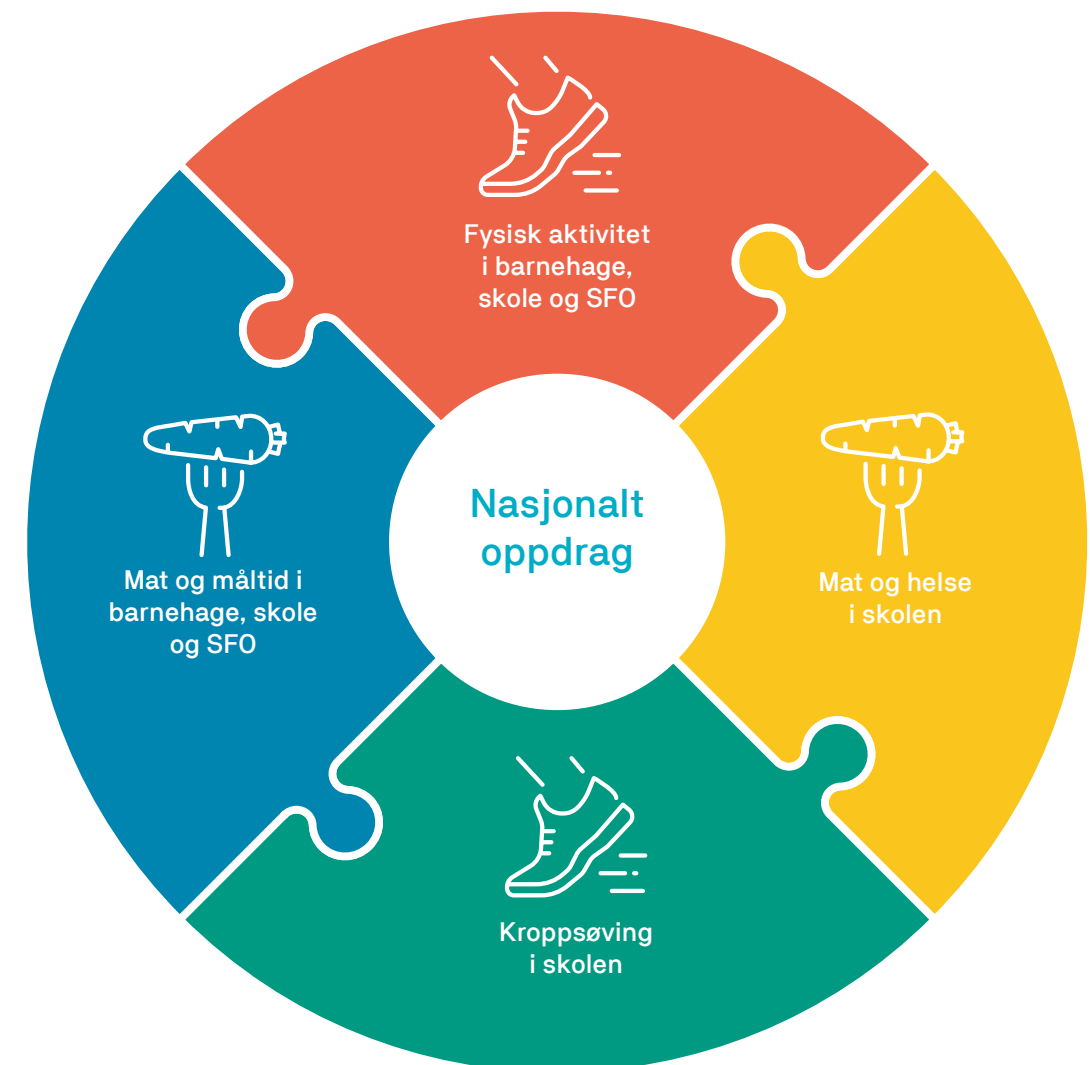




4. Innsatsområder, mål og tiltak

Følgende fire innsatsområder vektlegges:

1. Fysisk aktivitet i barnehage, skole og SFO
2. Mat og måltid i barnehage, skole og SFO
3. Kroppsøving i skolen
4. Mat og helse i skolen



Under følger mål, strategier og tiltak for hvert av innsatsområdene som det skal arbeides med på kort og lang sikt.

2. Forankring og organisering

Gjennom en vektlegging av utdanning, livslang læring, forskning og utvikling, er det naturlig at det nasjonale oppdraget har en kopling til FLKI sin enhet for strategiske satsinger og til forskningsorganiseringen med de strategiske forskningsprogrammene i FLKI, og særlig forskningsprogrammet for Idrett, fysisk aktivitet og kosthold (IFAK). I arbeidet med å styrke samarbeid mellom utdanningssektor og helsesektor vil det også være en kopling til Fakultet for helse- og sosialvitenskap (FHS) og Institutt for helse- og omsorgsvitenskap.

Kommunikasjonsarbeid og digital kunnskapsformidling er en viktig del av oppdraget, og Medielab og Avdeling for kommunikasjon og samfunnskontakt er viktige samarbeidspartnere i gjennomføringen av arbeidet og i utviklingen av ulike tiltak og prosjekt.

Fordeling av ansvar og arbeidsoppgaver til det nasjonale oppdraget internt i instituttet er basert på årlige budsjett (grunnbudsjett og eksterne tildelinger).

3. Kommunikasjon og profilering

Navnet «Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet», har eksistert siden senteret ble opprettet i 2013. Dette navnet er blitt profilert og kommunisert til alle våre målgrupper og samarbeidspartnere, og er etter hvert godt kjent over hele landet. Navn og logo knyttes blant annet til det som er tilgjengelig av verktøy og ressurser på nettsidene (mhfa.no, aktivitetetskassen.no og svømmedyktig.no). Det tildelte ansvaret fra Kunnskapsdepartementet

og Helse- og omsorgsdepartementet til HVL videreføres og styrkes gjennom forankring av det nasjonale oppdraget i Institutt for idrett, kosthold og naturfag. Som en del av høyskolen og instituttet vil oppdraget videre profileres som **Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, Institutt for idrett, kosthold og naturfag ved Høgskulen på Vestlandet**. Det skal utvikles en egen kommunikasjonsplan for det nasjonale oppdraget.

Innsatsområde 1: Fysisk aktivitet i barnehage, skole og SFO

Mål: Flere barn og unge i Norge er fysisk aktive og får oppleve bevegelsesglede i barnehage, skole og SFO hver dag

Strategi: Bidra til at ansatte i barnehagen, skole og SFO får god kompetanse i å tilrettelegge for daglig fysisk aktivitet for alle barn

Tiltak 1.1: Innhente og formidle kunnskap om fysisk aktivitet i barnehage, skole og SFO

Tiltak 1.2: Bidra til implementering av rammeplan for barnehage og SFO knyttet til arbeidet med fysisk aktivitet

Tiltak 1.3: Utvikle og formidle digitalt støtte- og veiledningsmateriell for integrering av fysisk aktivitet som metode i undervisningen, og å samle og spre gode eksempler på dette

Tiltak 1.4: Utvikle og formidle digitalt støtte- og veiledningsmateriell til arbeidet med fysisk aktivitet i barnehage, skole og SFO

Tiltak 1.5: Videreutvikle og drifte digitale verktøykasser som formidler fysisk aktivitet (aktivitetskassen.no, ASK-basen, mhfa.no)

Tiltak 1.6: Bidra til økt kunnskap og bevisstgjøring av barnehage- og skoleledelse om nasjonale anbefalinger og føringer knyttet til fysisk aktivitet

Tiltak 1.7: Koordinere nettverk for UH for de som underviser i fysisk fostring i barnehagelærerutdanningen

Tiltak 1.8: Gjennomføre FOU-aktivitet som grunnlag for å utvikle og formidle ny kunnskap om fysisk aktivitet i barnehage, skole og SFO

Tiltak 1.9: Bidra til at barnehagelærerutdanninger inkluderer tilrettelegging av fysisk aktivitet som en viktig del av utdanningen

Tiltak 1.10: Være nasjonal tilbyder av etter- og videreutdanning for lærere i fysisk aktiv læring (SEFAL)

Tiltak 1.11: Være nasjonal tilbyder av videreutdanning for barnehagelærere i Fysisk-motorisk utvikling og aktivitet i barnehagen

Tiltak 1.12: Bidra til at tema som folkehelse og livsmestring, helsefremmende arbeid, fysisk aktivitet og mat og måltid integreres i utdanningsløpet for alle barnehagelærerstudenter og grunnskolelærerstudenter ved nasjonale UH-institusjoner (felles for innsatsområde 1 og 2)

Tiltak 1.13: Utvikle og tilby videreutdanning i folkehelse og livsmestring (felles for innsatsområde 1 og 2)

Tiltak 1.14: Bidra som utviklingspartner i skoler i dekompp-ordningen, og i barnehager i rekomp-ordningen, for å utvikle kompetanse i fysisk aktivitet/helsefremmende arbeid/folkehelse og livsmestring

Tiltak 1.15: Bidra med råd og innspill til nasjonale og lokale utdanningsmyndigheter og helsemyndigheter innenfor fagområdet fysisk aktivitet i barnehage, skole og SFO

Innsatsområde 2: Mat og måltid i barnehage, skole og SFO

Mål: Flere barn og unge i Norge har et sunt og variert kosthold, og opplever trivsel og glede rundt mat og måltid i barnehage, skole og SFO

Strategi: Bidra til at ansatte i barnehagen, skole og SFO får god kompetanse i arbeidet med mat og måltid

Tiltak 2.1: Innhente og formidle kunnskap om måltidsarbeid i barnehage, skole og SFO

Tiltak 2.2: Bidra til at nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid i barnehage, skole og SFO følges opp

Tiltak 2.3: Bidra til implementering av rammeplan for barnehage og SFO knyttet til arbeidet med mat og måltid

Tiltak 2.4: Utvikle og formidle digitalt støtte- og veiledningsmateriell til arbeidet med mat og måltid i barnehage og SFO

Tiltak 2.5: Bidra til økt kunnskap og bevisstgjøring av barnehage- og skoleledelse når det gjelder nasjonale anbefalinger og føringer knyttet til mat og måltid

Tiltak 2.6: Koordinere nettverk for UH for de som underviser i mat og måltid i barnehagelærerutdanningen

Tiltak 2.7: Gjennomføre FOU-aktivitet som grunnlag for å utvikle og formidle ny kunnskap om mat- og måltidsarbeid i barnehage, skole og SFO

Tiltak 2.8: Bidra til at barnehagelærerutdanninger inkluderer mat og måltid som en viktig del av utdanningen

Tiltak 2.9: Bidra til at tema som folkehelse og livsmestring, helsefremmende arbeid, fysisk aktivitet og mat og måltid integreres i utdanningsløpet for alle barnehagelærerstudenter og grunnskolelærerstudenter ved nasjonale UH-institusjoner (felles for innsatsområde 1 og 2)

Tiltak 2.10: Utvikle og tilby videreutdanning i folkehelse og livsmestring (felles for innsatsområde 1 og 2)

Tiltak 2.11: Bidra som utviklingspartner i skoler i dekompp-ordningen, og i barnehager i rekomp-ordningen, for å utvikle kompetanse i mat- og måltidsarbeid/helsefremmende arbeid/folkehelse og livsmestring

Tiltak 2.12: Bidra med råd og innspill til nasjonale og lokale utdanningsmyndigheter og helsemyndigheter innenfor fagområdet mat og måltid i barnehage, skole og SFO

Innsatsområde 3: Kroppsøving i skolen

Mål 1: Flere elever tilegner seg kunnskap og ferdigheter i tråd med kompetansemålene i faget kroppsøving

Strategi: Bidra til at lærere som underviser i kroppsøving får god kompetanse i undervisnings- og vurderingspraksis i faget

Tiltak 3.1: Bidra til implementering og operasjonalisering av ny læreplan i kroppsøving i grunnskole-lærerutdanninger og i skoler

Tiltak 3.2: Utvikle og formidle pedagogiske ressurser og digitalt støtte- og veiledningsmateriell som er i tråd med Fagfornyelsen og ny læreplan i kroppsøving

Tiltak 3.3: Fremme økt kompetanse og kunnskap om god praksis i kroppsøving gjennom å samle og formidle eksempler på god undervisningspraksis og vurderingspraksis for kroppsøving

Tiltak 3.4: Gjennomføre FOU-aktivitet som grunnlag for å utvikle og formidle ny kunnskap relevant for kroppsøving

Tiltak 3.5: Være nasjonal tilbyder av videreutdanning i kroppsøving og lærerspesialist i kroppsøving

Tiltak 3.6: Bidra som utviklingspartner i skoler i dekompp-ordningen for å utvikle kompetanse i god undervisnings- og vurderingspraksis i kroppsøving

Mål 2: Flere elever tilegner seg trygghet, kunnskaper og ferdigheter i, ved og på vann gjennom svømme-, og livredningsopplæringen i skolen

Svømme- og livredningsopplæring i skolen er en del av kroppsøving, men settes som eget mål med spesifikke tiltak da denne er knyttet opp mot en særlig satsing og tilleggsbevilgning fra KD som HVL har ansvar for.

Strategi: Bidra til at lærere og andre som underviser i svømme- og livredningsopplæring får god kompetanse i undervisnings- og vurderingspraksis

Tiltak 3.7: Følge opp oppdraget fra Kunnskapsdepartementet om å drifte, videreutvikle og promotere svømmedyktig.no

Tiltak 3.8: Sørge for at relevant informasjon om svømme- og livredningsopplæring i norsk skole er å finne på svømmedyktig.no

Tiltak 3.9: Gjennomføre nødvendige tiltak for at svømmedyktig.no er en nettside som aktivt brukes av de som har ansvar for å gjennomføre svømme- og livredningsopplæring i skolen

Tiltak 3.10: Samle og formidle gode praksiseksempler på vanntilvenning i barnehagen og på svømme- og livredningsopplæring i skolen

Tiltak 3.11: Gjennomføre FOU-aktivitet som grunnlag for å utvikle og formidle ny kunnskap relevant for svømme- og livredningsopplæring i skolen

Tiltak 3.12: Samarbeide med andre UH-institusjoner for å styrke svømme- og livredningsopplæring som en del av grunnskolelærerutdanningene

Tiltak 3.13: Utvikle og tilby videreutdanning i svømme- og livredningsopplæring for lærere i skolen

Innsatsområde 4: Mat og helse i skolen

Mål: Flere elever tilegner seg kunnskap og ferdigheter i tråd med kompetansemålene i faget mat og helse

Strategi: Bidra til at lærere som underviser i mat og helse får god kompetanse i undervisnings- og vurderingspraksis i faget

Tiltak 4.1: Bidra i implementering og operasjonalisering av ny læreplan i mat og helse i grunnskole-lærerutdanninger og i skoler

Tiltak 4.2: Utvikle og formidle pedagogiske ressurser og digitalt støtte- og veiledningsmateriell som er i tråd med Fagfornyelsen og ny læreplan i mat og helse

Tiltak 4.3: Fremme økt kompetanse og kunnskap om god praksis i mat og helse gjennom å samle og formidle eksempler på god undervisningspraksis og vurderingspraksis for mat og helse

Tiltak 4.4: Gjennomføre årlig nasjonal konferanse for mat- og helselærere i skolen og i UH-sektoren i samarbeid med Landslaget for mat og helse i skolen

Tiltak 4.5: Gjennomføre FOU-aktivitet som grunnlag for å utvikle og formidle ny kunnskap relevant for mat- og helsefaget

Tiltak 4.6: Være nasjonal tilbyder av videreutdanning for lærere i mat og helse

Tiltak 4.7: Bidra som utviklingspartner i skoler i dekompp-ordningen for å utvikle kompetanse i god undervisnings- og vurderingspraksis i mat og helse

Samarbeid utdanningssektor og helsesektor

Som en del av det nasjonale oppdraget, og felles for alle de fire innsatsområdene, er også å bidra til å fremme økt samarbeid mellom utdanningssektor og helsesektor, gjennom å:

- Få økt kunnskap om og formidle eksempler på tiltak knyttet til samarbeid på system-nivå mellom helsestasjon og barnehager og mellom skoler og skolehelsetjeneste
- Bidra til samarbeidslæring mellom helsesykepleierutdanninger og barnehage- og grunnskolelærerutdanninger

Vedlegg: Sentrale dokument for nasjonalt oppdrag

1. Tildelingsbrev fra KD til HVL i 2018. Omtale av overføringen av Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, s. 7: <https://www.hvl.no/globalassets/tildelingsbrev-2018.pdf>
2. Strategi FLKI 2019-2023: https://www.hvl.no/contentassets/ba3bb9c809214dc28dc2ade43bb621a0/strategi_flki2019.pdf
3. Folkehelsemeldingen (2018-2019): <https://www.regjeringen.no/contentassets/84138eb559e94660bb84158f2e62a77d/nn-no/pdfs/stm20182019001900odddpfs.pdf>
4. Sammen om aktive liv. Handlingsplan for fysisk aktivitet 2020-2029: <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/sammen-om-aktive-liv/id2704955/>
5. Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold (2017-2021): https://www.regjeringen.no/contentassets/fab53cd681b247bfa8c03a3767c75e66/handlingsplan_kosthold_2017-2021.pdf
6. Om regjeringens strategi for bedre svømmeopplæring i Norge: <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/bedre-svommeopplaring-i-skolen/id2509337/>
7. Handlingsplan for å styrke de praktiske og estetiske fagene: "Skaperglede, engasjement og utforskertrang - praktiske og estetisk innhold i barnehage, skole og lærerutdanning": <https://www.regjeringen.no/contentassets/201001d9f9f24870aa5c06ce9b12c8be/skaperglede-engasjement--og-utforskertrang.pdf>
8. St.meld. 6 (2019-2020). Tett på - tidlig innsats og inkluderende fellesskap i barnehage, skole og SFO. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-6-20192020/id2677025/>
9. Rammeplan for barnehagen: <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/rammeplan/>
10. Læreplan i mat og helse (fagfornyelsen): <https://www.udir.no/lk20/mheo1-02>
11. Læreplan i kroppsøving (fagfornyelsen): <https://www.udir.no/lk20/kroo1-05>





Campus Haugesund
Bjørnsonsgate 45

Campus Stord
Klingenbergvegen,
Rommetveit

Campus Bergen
Inndalsveien 28

Campus Førde
Svanehaugvegen 1

Campus Sogndal
Røyrkata 6

Høgskulen på Vestlandet Postbox 7030 N-5020 Bergen Norway +47 55 58 58 00 post@hvl.no hvl.no
Facebook [hvl.no](https://www.facebook.com/hvl.no) Twitter [@hvl_no](https://twitter.com/hvl_no) Instagram [@hvl.no](https://www.instagram.com/hvl.no) LinkedIn Høgskulen på Vestlandet (HVL)