

Grunnskóli Seltjarnarness – Valhúsaskóli

6. janúar 2013

Uppbyggjandi íþróttamat - andlega og líkamlega styrkjandi-



Metta Helgadóttir

Hrund Jónsdóttir

Efnisyfirlit

INNGANGUR	5
NIÐURSTÖÐUR ÚR SJÁLFSMATSKÖNNUN	8
NIÐURSTÖÐUR ÚR ÁHUGAKÖNNUN NEMENDA UM SJÁLFSMAT	17
LOKAORÐ	21
VIÐAUKI 1	22
VIÐAUKI 2	24

Mynda – og töfluskrá

Mynd 1. Sýnir skólaláttur í Valhúsaskóla frá árinu 2010-2011, 2011- 2012 og 2012-2013.....	8
Mynd 2. Sýnir líðan nemenda í íþróttum í 7.bekk.....	8
Mynd 3. Sýnir líðan nemenda í íþróttum í 8.bekk.....	9
Mynd 4. Sýnir líðan nemenda í íþróttum í 9.bekk.....	9
Mynd 5. Sýnir líðan nemenda í íþróttum í 10.bekk.....	10
Mynd 6. Sýnir líðan nemenda í íþróttum, allir árgangar skólans.....	10
Mynd 7. Sýnir tímatökur beggja kynja í 7. bekk í skólahlaupi Valhúsaskóla haustið 2012.....	11
Mynd 8. Sýnir tímatökur beggja kynja í 8. bekk í skólahlaupi Valhúsaskóla haustið 2012.....	11
Mynd 9. Sýnir tímatökur beggja kynja í 9. bekk í skólahlaupi Valhúsaskóla haustið 2012.....	12
Mynd 10. Sýnir tímatökur beggja kynja í 10. bekk í skólahlaupi Valhúsaskóla haustið 2012.....	12
Mynd 11. Sýnir tímatökur allra nemenda í skólahlaupi Valhúsaskóla haustið 2012.....	13
Mynd 12. Sýnir þrepaskiptingu nemenda í 7. bekk í fjölþrepaprófi haustið 2012, skipt eftir kyni.....	14
Mynd 13. Sýnir þrepaskiptingu nemenda í 8. bekk í fjölþrepaprófi haustið 2012, skipt eftir kyni.....	14
Mynd 14. Sýnir þrepaskiptingu nemenda í 9. bekk í fjölþrepaprófi haustið 2012, skipt eftir kyni.....	15
Mynd 15. Sýnir þrepaskiptingu nemenda í 10. bekk í fjölþrepaprófi haustið 2012, skipt eftir kyni.....	15

Mynd 16. Sýnir þrepaskiptingu nemenda í fjölþrepaprófi haustið 2012, allir árgangar Valhúsaskóla, skipt eftir kyni.....	16
Mynd 17. Sýnir þrepaskiptingu nemenda í fjölþrepaprófi haustið 2012, allir nemendur Valhúsaskóla.....	16
Mynd 18. Sýnir hversu hvetjandi nemendum finnst að hafa árangnur sinn skráðan í verkefnabók í Mentor.....	17
Mynd 19. Sýnir hvort þessi tegund námsmats hvetji nemendur til að bæta árangur sinn.....	18
Mynd 20. Sýnir hvort námsmatið hjálpi nemendum við að meta stöðu sína meðal jafningja.....	18
Mynd 21. Sýnir hvernig nemendum finnst að taka þátt í sjálfsmatskönnun.....	19
Mynd 22. Sýnir hvort nemendur telji að sjálfsmatskönnun, eins og þeir tóku haustið 2012, komi að gagni við að uppræta einelti.....	19
Mynd 23. Sýnir áhuga nemenda á að skrá niður mælanlegan árangur sinn í íþróttum frá 7.bekk til 10.bekkjara.....	20
Mynd 24. Sýnir áhuga nemenda á að bæta við einni kennslustund á viku í íþróttum eins og var fyrir tveimur árum.....	20
Tafla 1. Sýnir þrjá bestu tíma í skólahlaupi Valhúsaskóla haustið 2012 ásamt meðaltali í hverjum árgangi, skipt eftir kyni.....	13

Inngangur

Haustið 2012 lögðu kennarar grunnskóla Seltjarnarness af stað með símenntunarverkefni tengd námsmati nemenda en verkefnavalið réðst m.a. af útkomu nýrrar aðalnámskrár grunnskóla. Kennarar fengu það verkefni að klæðskerasníða nýjar eða gamlar og góðar námsmatsaðferðir að sinni námsgrein. Hér á eftir kemur okkar tillaga eða ósk að verkefni.

Heiti verkefnis

Við viljum uppbyggjandi íþróttamat 😊 andlega og líkamlega styrkjandi !!

Teymi

Nöfn	Netföng
Metta Helgadóttir	metta@grunnskoli.is
Hrund Jónsdóttir	hrundjo@grunnskoli.is

Verkefni (nánari lýsing og takið sérstaklega fram í hverju símenntunin er fólgin)

- Á unglingastigi höfum við þegar lagt sjálfsmatspróf fyrir nemendur með aðstoð Grétu tölvutækni. Við bíðum spenntar eftir niðurstöðum. Þar kemur einnig fram líðan nemenda í tímum og athugasemdir sem nemendur kunna að hafa varðandi íþróttanámið. Við munum skoða hvort við leggjum slíkt próf fyrir yngri bekkjardeildir í framhaldi af niðurstöðum prófsins og þá líka hvort það þurfi að aðlaga það sérstaklega fyrir þau.
- Við stefnum á að þróa aðferðir eða viðmiðunarkerfi fyrir nemendur að meta sig í ýmsum þáttum í íþróttum og hreyfingu. Við verðum ekki með hefðbundin próf sem gefa einkunnir í tölum eða bókstöfum, heldur viljum við gera nemendum kleift að meta sjálf stöðu sína út frá heildarmeðaltölum, besta og slakasta árangri til dæmis í þoli. Við höfum fjölþrepprófið, útitímatökur og Skólahlaupið til að gefa tóninn. Við horfum til framtíðar fyrir hönd nemenda, viljum kenna þeim að bera ábyrgð á eigin heilsu og hvernig þeir geti náð markmiðum sínum jafnframt því að sjá hvar þeir standa í mismunandi mælanlegum þáttum íþróttar, án þess þó að valda þeim hugarangri og prófkvíða 😊 Símatið verður auðvitað á sínum stað, mat á virkni og getu í öllum íþróttagreinum sem við tökum fyrir eins og venjulega.

- Í sundi munum við gera námsmat reglulega, segja nemandanum strax að loknu prófi hver styrkleiki hans er og fara í gegnum veikleika líka á uppbyggjandi hátt. Þannig getur nemandinn strax unnið í því að bæta frammistöðu sína og verið meðvitaður um hvað þarf að laga. Þetta er breyting frá því áður, þar sem við sögðum nemendum til í kennslustundum en höfum ekki gefið “komment” strax að prófi loknu.
- Það sem á undan er talið tengist allt námsmatinu. Símenntunin felst í að kynna sér mismunandi aðferðir sem þegar eru notaðar í skólum. Við veljum atriði sem henta okkar uppbyggjandi kennsluáðferðum til viðbótar við allar þær góðu aðferðir sem þegar eru í notkun hjá okkur. Við erum komnar í gott samband við íþróttakennara í Lundaskóla á Akureyri og ætlum í framhaldi að færa ýmsar hugmyndir okkar á tölvutækt form og senda norður og fá til baka flottar hugmyndir frá þeim.

Í sjálfsmatskönnuninni sem lögð var fyrir nemendur í október 2012, sjá *viðauka 1* sést hvaða spurningar voru lagðar fyrir nemendur. Okkur fannst áhugavert að kanna hvernig nemendur meta virkni sína og líðan í íþróttum jafnframt því að skoða hvort þeir upplifi sig eða aðra verða fyrir einelti í kennslustundum og/eða búningsherbergjum. Þar sem um samkenndu er að ræða, þ.e.a.s. tveir bekkir saman í einu, er oft erfiðara að greina einelti vegna þess hve það er oft dulið. Í niðurstöðum hér að neðan er hægt að sjá líðan nemenda í íþróttatímum í Valhúsaskóla ásamt tímatökum þeirra í skólahlaupi og fjölþrepaprófi, svokölluðu „bíp-testi”. Þessar niðurstöður voru sýnilegar foreldrum á foreldradegi í október auk þess sem þær voru sendar heim til aðstandenda og nemenda. Í framhaldi af þessari vinnu voru allar mælingar settar inn í verkefnabókina í mentor þannig að nemendur hefðu aðgang að árangri sínum og gætu séð stöðu sína meðal jafningja og annarra nemenda í skólanum. Þetta teljum við vera sterkt námsmat þar sem nemendur geta metið sig sjálfir án hefðbundinna kvarða og einkunna. Einnig teljum við hvetjandi fyrir nemandann að hafa allar mælingar sýnilegar þannig að þegar líður að næsta sambærilega prófi geti nemandinn séð stöðu sína fyrir prófið og tekið ákvörðum um hvort hann þurfi að bæta sig eða hvort hann sé sáttur með fyrri árangur sinn. Þarna er verið að reyna að fá nemendur til að bera ábyrgð á eigin þjálfun, líðan og heilsu.

Uppbyggjandi íþróttamat - andlega og líkamlega styrkjandi

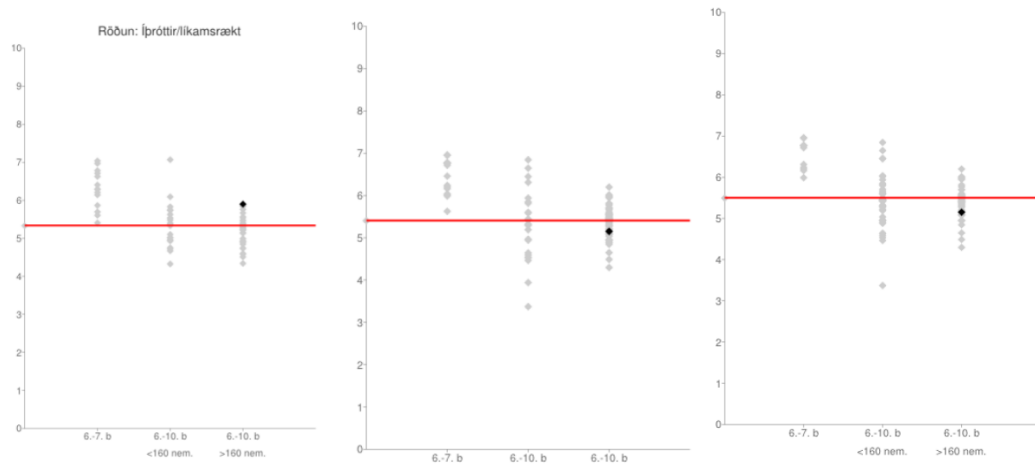
Undirtektir aðstandenda hafa verið góðar og fyrirspurnir borist en slíkt er ánægjulegt og hvetjandi í vinnu sem þessari.

Í framhaldi af þessari vinnu var ákveðið að kanna viðhorf nemenda og sjá hvort þeim fyndist þessi tegund námsmats vera hvetjandi og vænleg til árangurs. Önnur könnun var lögð fyrir nemendur í janúar 2013 þar sem spurt var um áhuga nemenda á sjálfsmati í íþróttum, sjá viðauka 2. Þessi könnun var lögð fyrir til að kanna hvort nemendur væru sammála okkur um að þessi tegund námsmats hvetti þá til dáða burtséð frá árangri. Það þurfa ekki allir að sýna toppárangur heldur er aðal markmiðið að nemendur læri að njóta sín í hreyfingu og finni til gleði og vellíðunar.

Komið hefur fram minni ánægja með skólaíþróttir hjá Grunnskóla Seltjarnarness frá árinu 2010 til 2013 ef marka má niðurstöður Skólapúlsins (sjálfsmatskerfi sem skólinn styðst við) og má sjá það á myndunum hér fyrir neðan. Líklegt er að ástæða þessa liggja í fækkun íþróttatíma frá árinu 2010. Nú mæta nemendur einungis einu sinni í viku í íþróttir í 80 mínútur í senn en áður komu þeir tvisvar sinnum í viku í 60 mínútur í senn. Með þessari skerðingu á tímamagni fá nemendur ekki jafn mikla kennslu í hverri íþróttagrein fyrir sig. Íþróttakennarar hafa tekið það saman að skerðing þessi samsvari um það bil 34 kennslustundum yfir árið. Við þessa skerðingu missa nemendur tækifæri til að dýpka skilning sinn á mismunandi íþróttagreinum. Auk þess glatast tækifæri til aukins félagsþroska og að taka þátt í hópefli og samvinnu í alls konar hreyfileikjum.

Í heimskafti nemenda, sem er ein tegund könnunar sem framkvæmd er í Valhúsaskóla til að kanna viðhorf nemenda til skóla og skólastarfs, kom fram eindregin ósk nemenda um fjölgun íþróttatíma um eina kennslustund á viku.

Uppbyggjandi íþróttamat - andlega og líkamlega styrkjandi

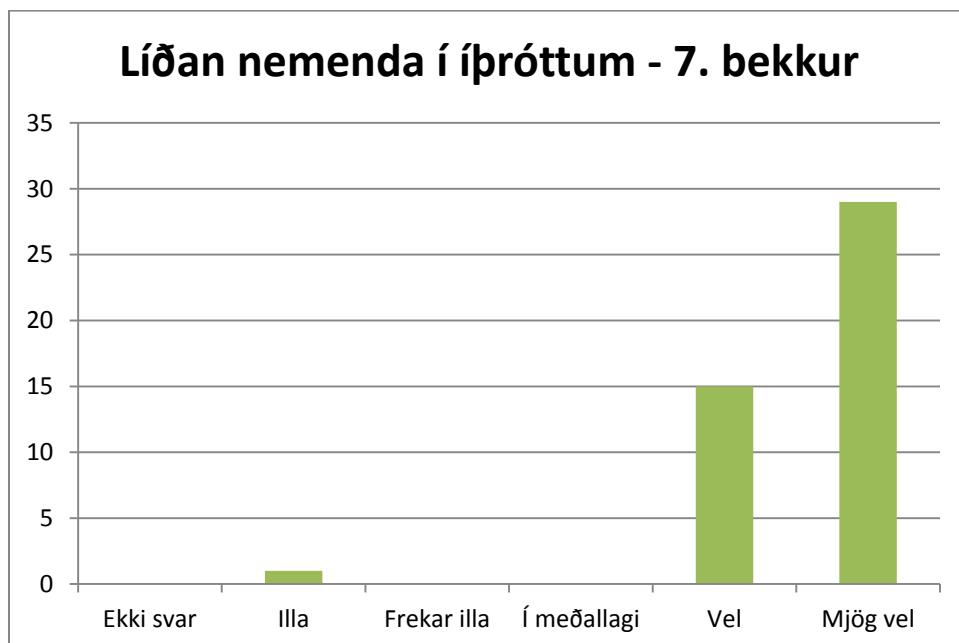


Mynd 1. Sýnir afstöðu nemenda í Grunnskóla Seltjarnarness til skólaíþróttar s.l. þrjú ár skv. Skólapúlsinum. Rauða línan er meðaltal allra skóla sem nýta Skólapúlsinn. Svarti punkturinn er Grunnskóli Seltjarnarness.

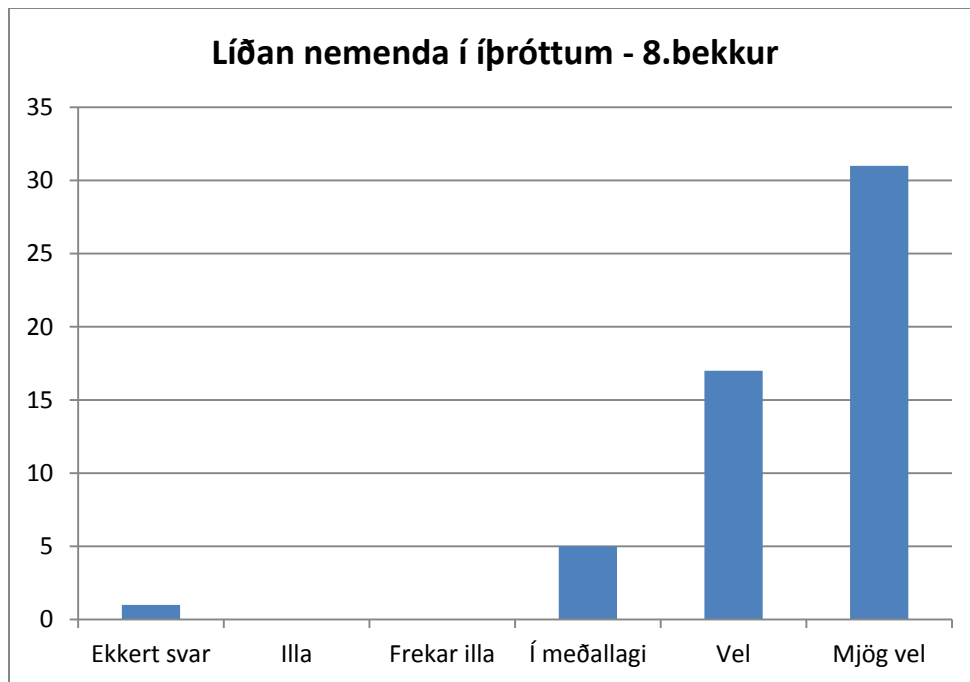
Niðurstöður úr sjálfsmatskönnun

Hér að neðan koma niðurstöður úr sjálfsmatskönnun sem nemendur tóku í byrjun október 2012 eftir útitímabil í skólaíþróttum. Svarhlutfall í könnunni var 83,1%.

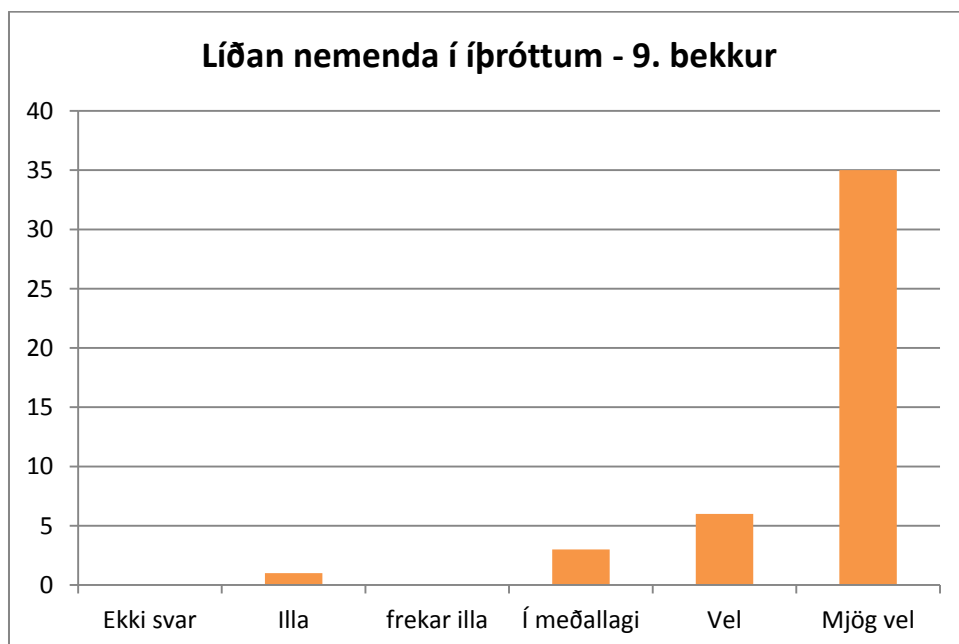
Niðurstöður sýna að langflestum nemendum, í öllum árgöngum, líður vel eða mjög vel í skólaíþróttum. Hægt var að rekja svör nemenda þannig að unnið var með þá nemendur sem svöruðu að þeim liði illa eða frekar illa í skólaíþróttum.



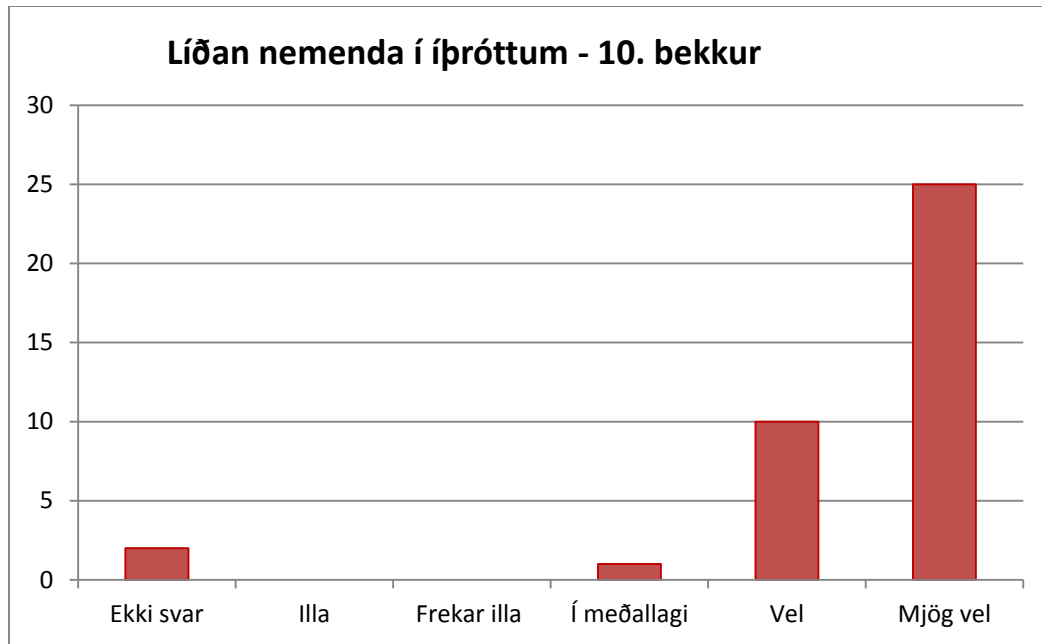
Mynd 2. Sýnir líðan nemenda í íþróttum í 7. bekk.



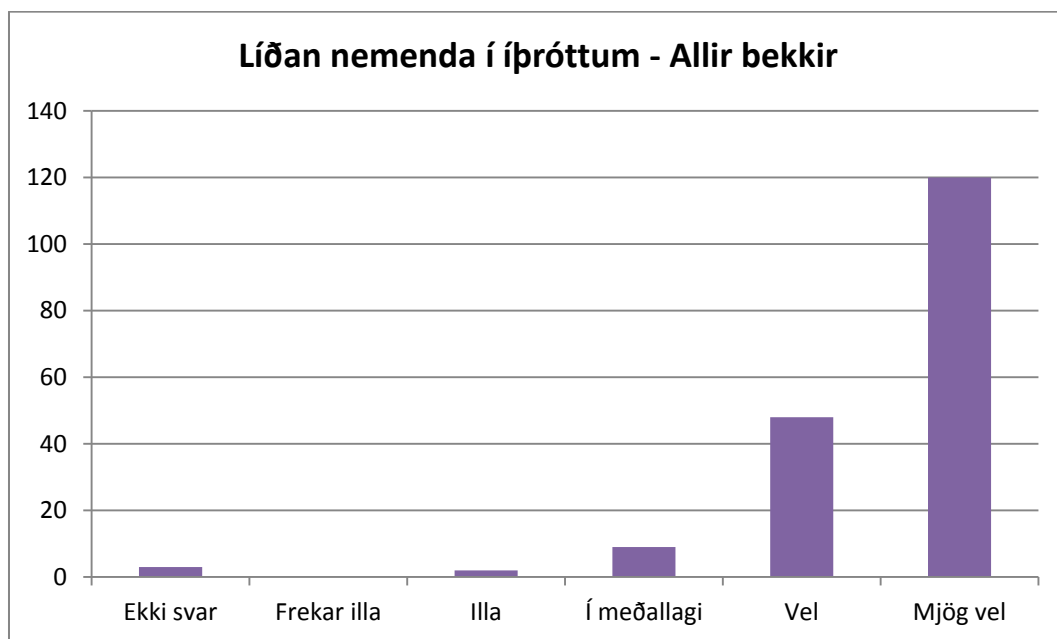
Mynd 3. Sýnir líðan nemenda í íþróttum í 8.bekk.



Mynd 4. Sýnir líðan nemenda í íþróttum í 9.bekk.

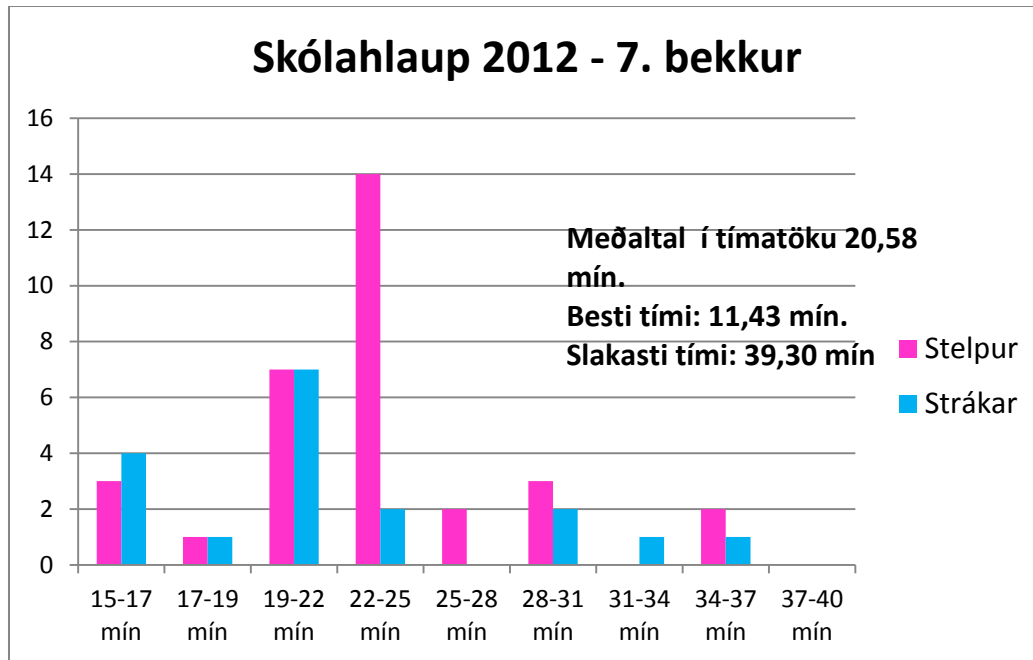


Mynd 5. Sýnir líðan nemenda í íþróttum í 10.bekk.

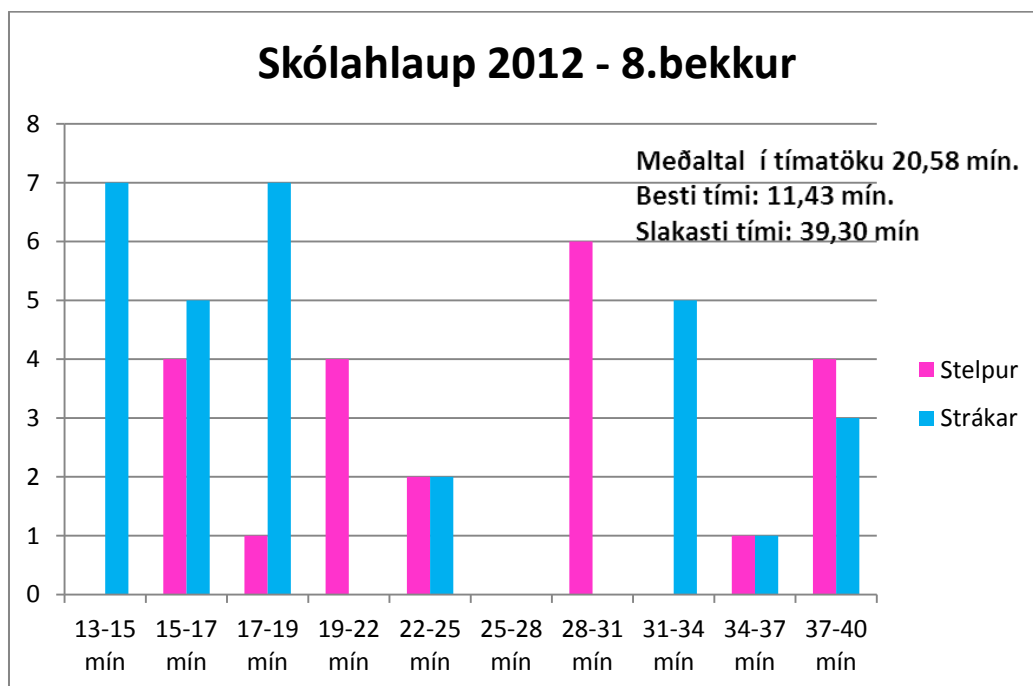


Mynd 6. Sýnir líðan nemenda í íþróttum, allir árgangar skólans.

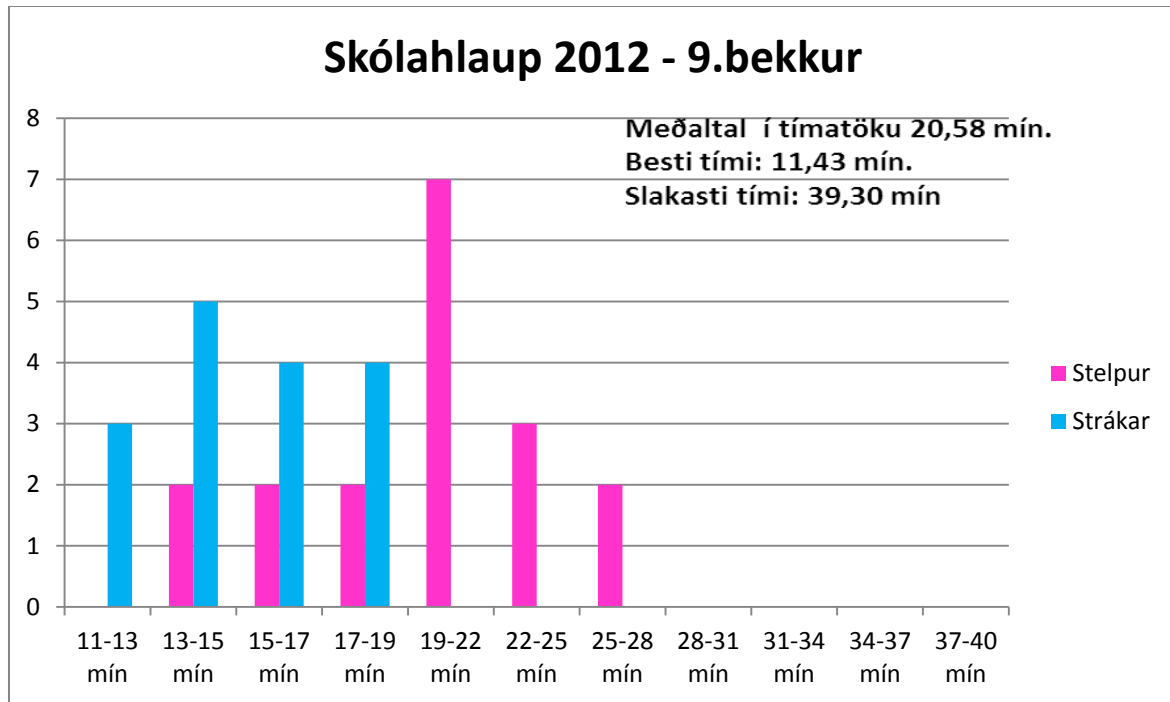
Eins og fram kemur í inngangi voru allar tölulegar upplýsingar úr skólahlaupi og fjölþrepprófi skráðar inn í verkefnabók í Mentor. Myndirnar hér að neðan sýna árangur nemenda í þessum mælingum í hverjum árgangi fyrir sig, skipt eftir kynjum. Niðurstöður sýna áberandi bestan árangur 9.bekkinga í báðum mælingum. Hins vegar þurfa 8.bekkingar aðeins að taka sig á fyrir næstu mælingar.



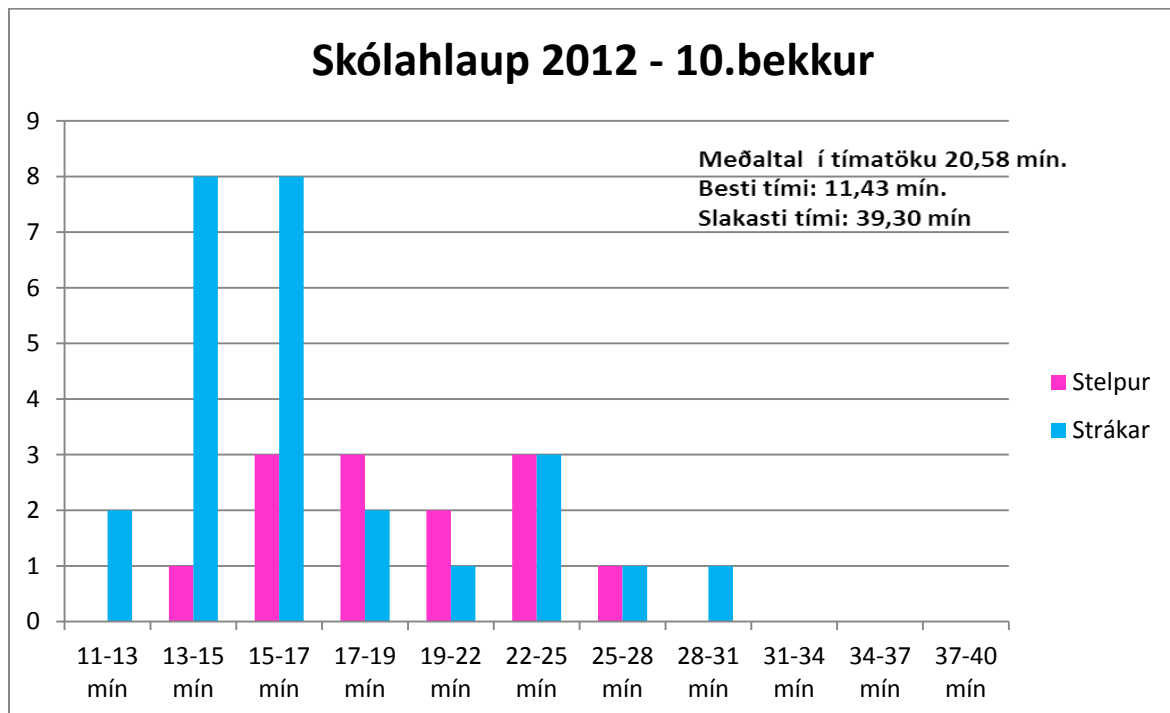
Mynd 7. Sýnir tímatökur beggja kynja í 7. bekk í skólahlaupi Valhúsaskóla haustið 2012.



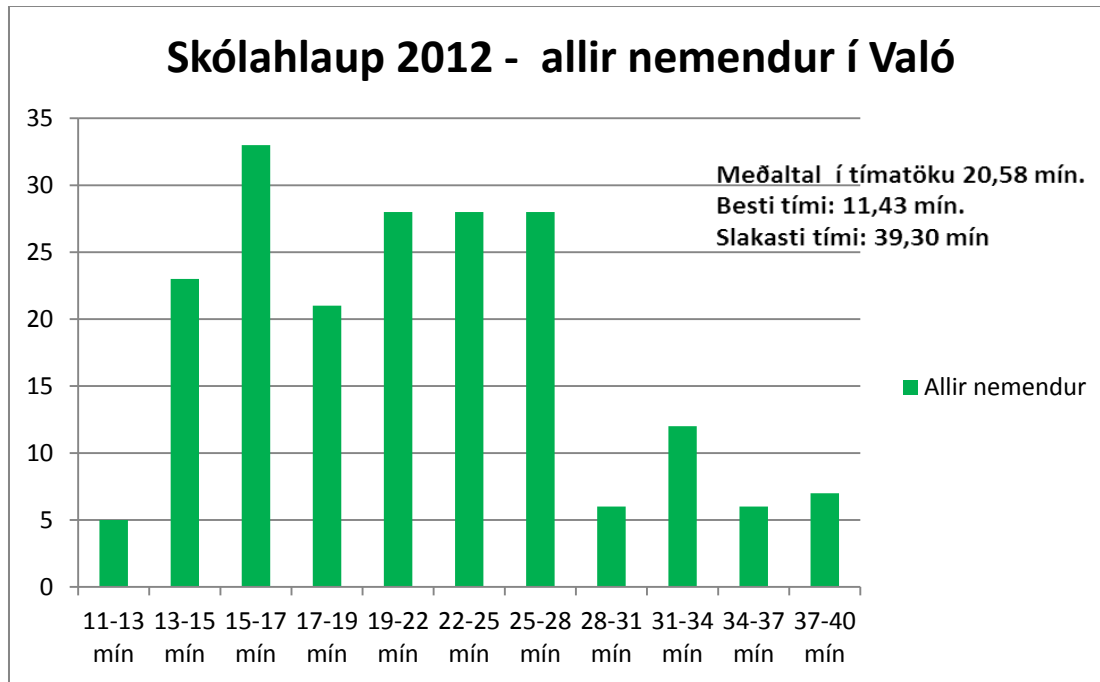
Mynd 8. Sýnir tímatökur beggja kynja í 8. bekk í skólahlaupi Valhúsaskóla haustið 2012.



Mynd 9. Sýnir tímatökur beggja kynja í 9. bekk í skólahlaupi Valhúsaskóla haustið 2012.



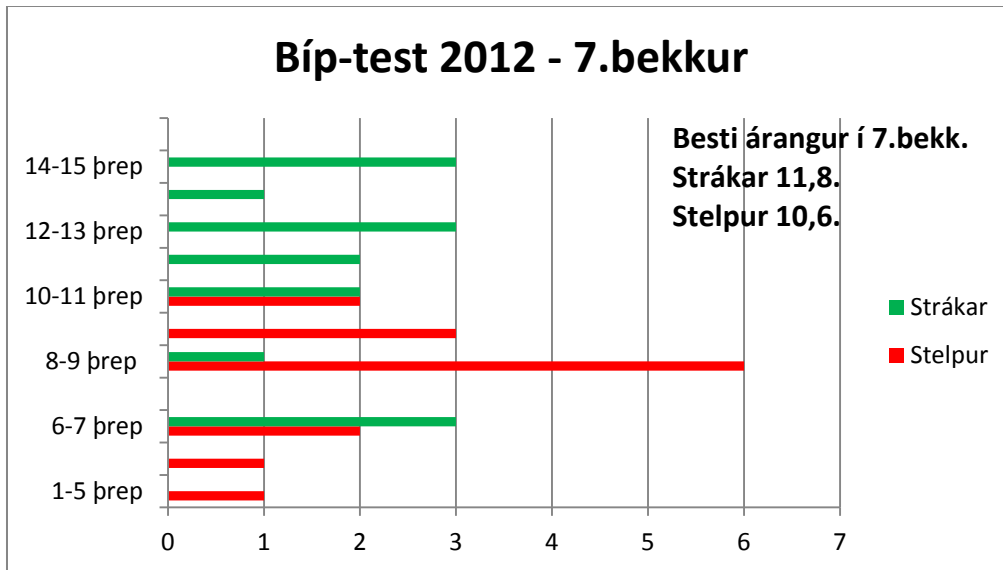
Mynd 10. Sýnir tímatökur beggja kynja í 10. bekk í skólahlaupi Valhúsaskóla haustið 2012.



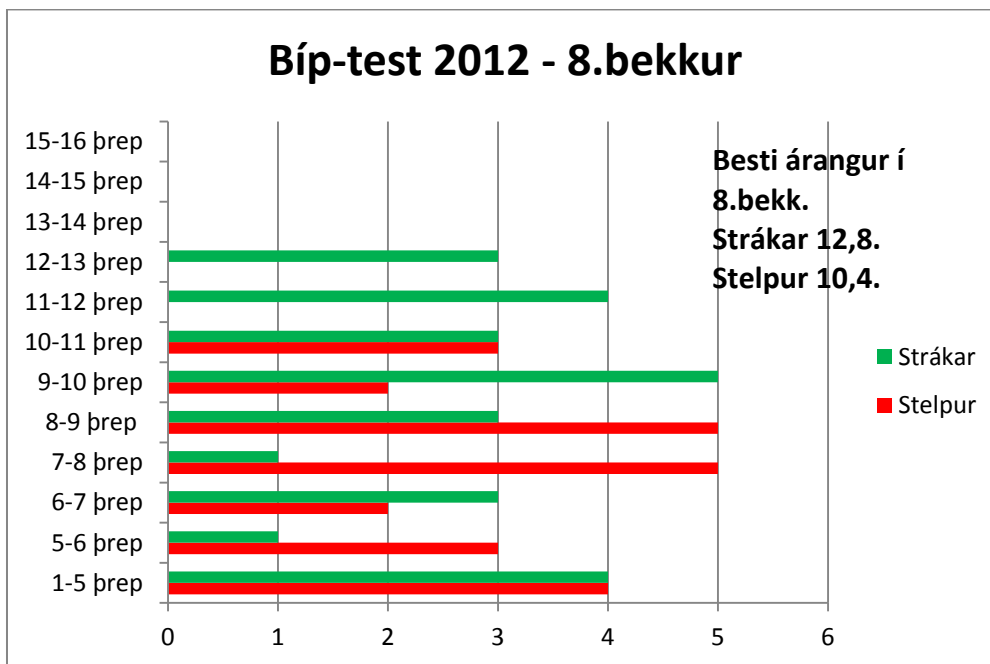
Mynd 11. Sýnir tímatökur allra nemenda í skólahlaupi Valhúsaskóla haustið 2012.

Skólahlaup Valhúsaskóla 2012	7.bekkur stelpur	7.bekkur strákar	8.bekkur stelpur	8.bekkur strákar	9.bekkur stelpur	9.bekkur strákar	10.bekkur stelpur	10.bekkur strákar
Besti tíminn	15,03	15	15,01	13,25	14,09	11,44	13,53	11,43
Næst besti tíminn	15,13	15,24	16,02	13,51	14,47	12,01	16,05	12,02
Þriðji besti tíminn	16,39	16,38	16,30	13,52	15,59	12,05	16,56	13,20
Meðaltal í árgangi	23,22	22,10	26,96	20,76	19,61	14,27	19,50	16,72

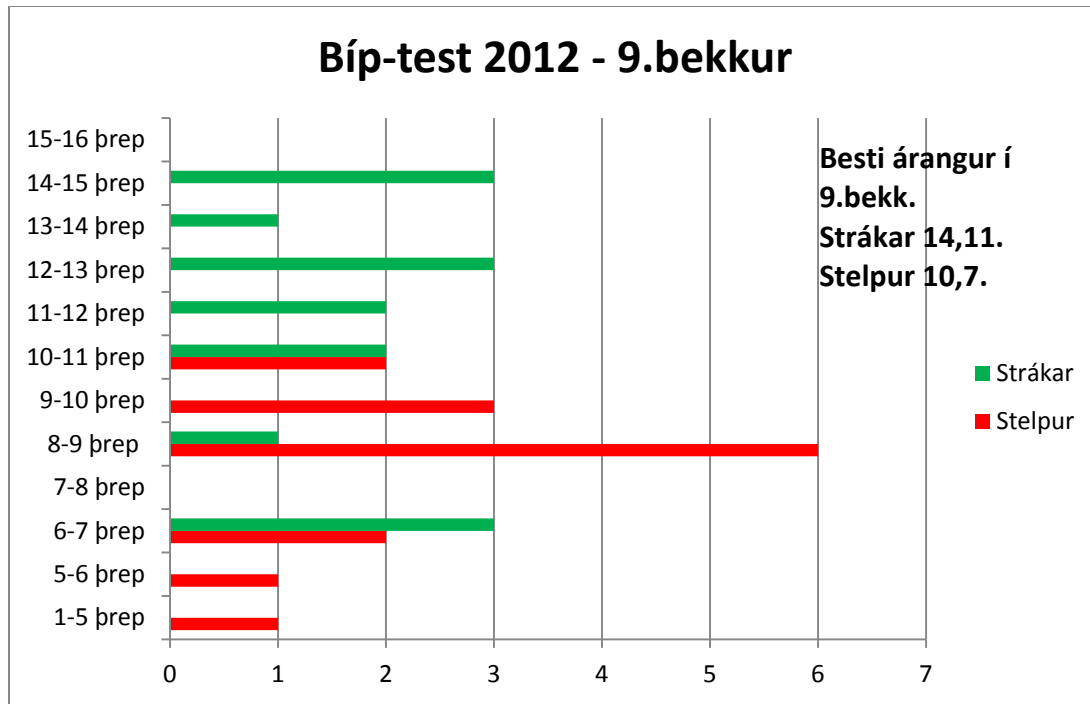
Tafla 1. Sýnir þrjá bestu tíma í skólahlaupi Valhúsaskóla haustið 2012 ásamt meðaltali í hverjum árgangi, skipt eftir kyni.



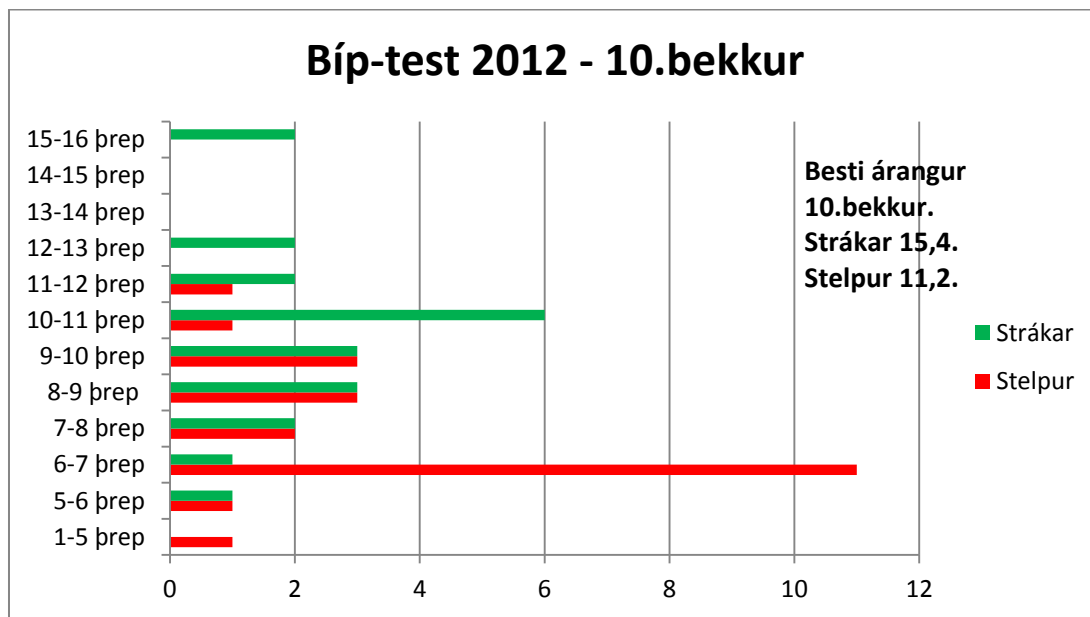
Mynd 12. Sýnir þrepaskiptingu nemenda í 7. bekk í fjölþrepaprófi haustið 2012, skipt eftir kyni.



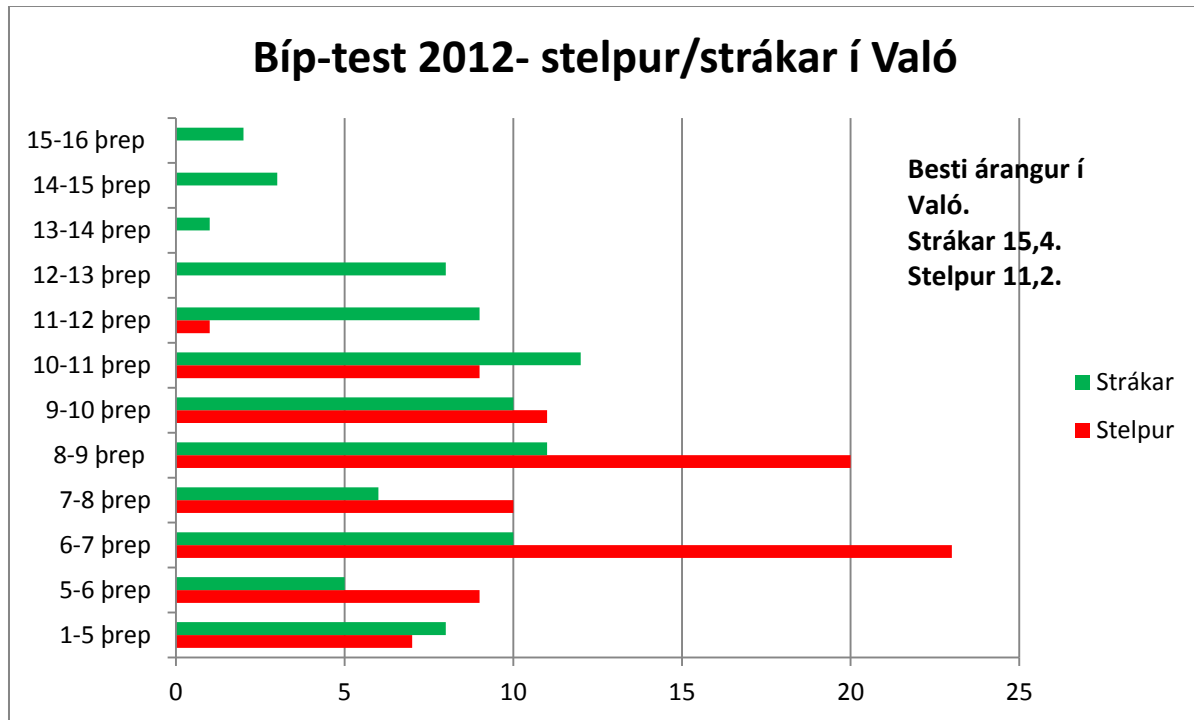
Mynd 13. Sýnir þrepaskiptingu nemenda í 8. bekk í fjölþrepaprófi haustið 2012, skipt eftir kyni.



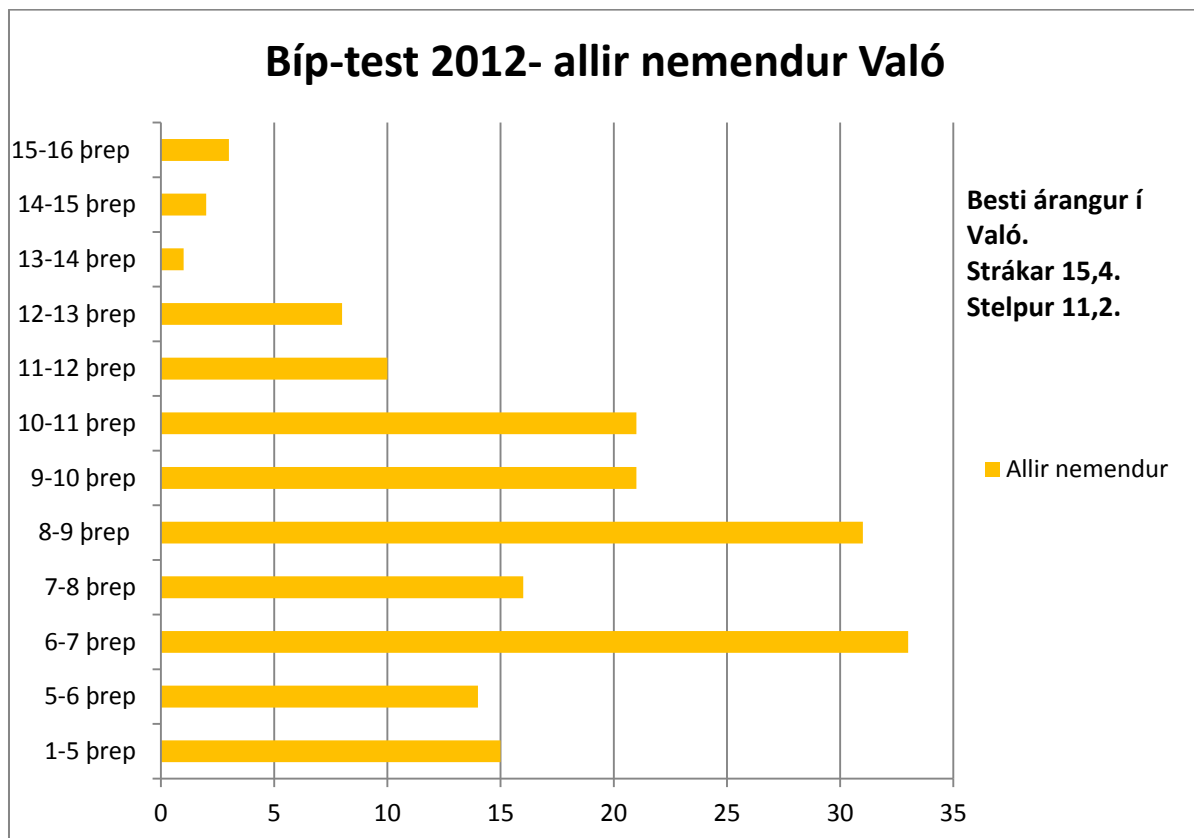
Mynd 14. Sýnir þrepaskiptingu nemenda í 9. bekk í fjölþrepaprófi haustið 2012, skipt eftir kyni.



Mynd 15. Sýnir þrepaskiptingu nemenda í 10. bekk í fjölþrepaprófi haustið 2012, skipt eftir kyni.



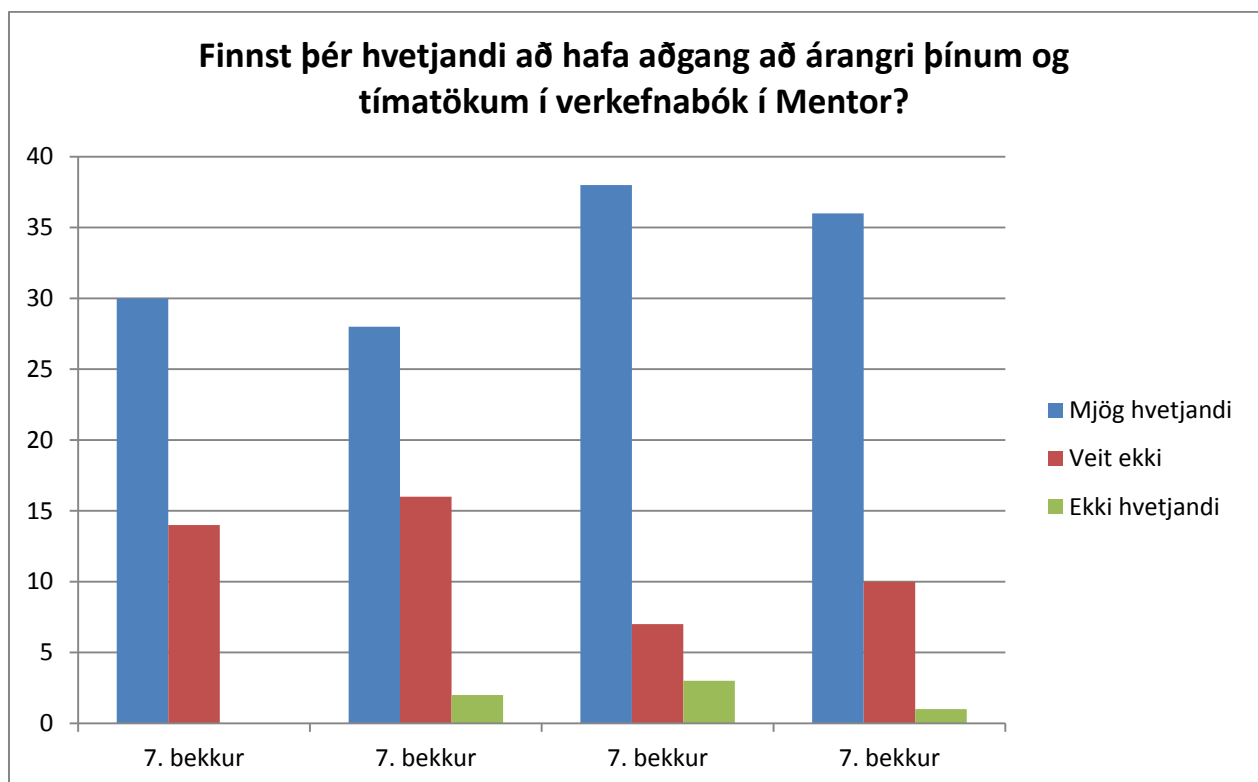
Mynd 16. Sýnir þrepaskiptingu nemenda í fjölþrepaprófi haustið 2012, allir árgangar Valhúsaskóla, skipt eftir kyni.



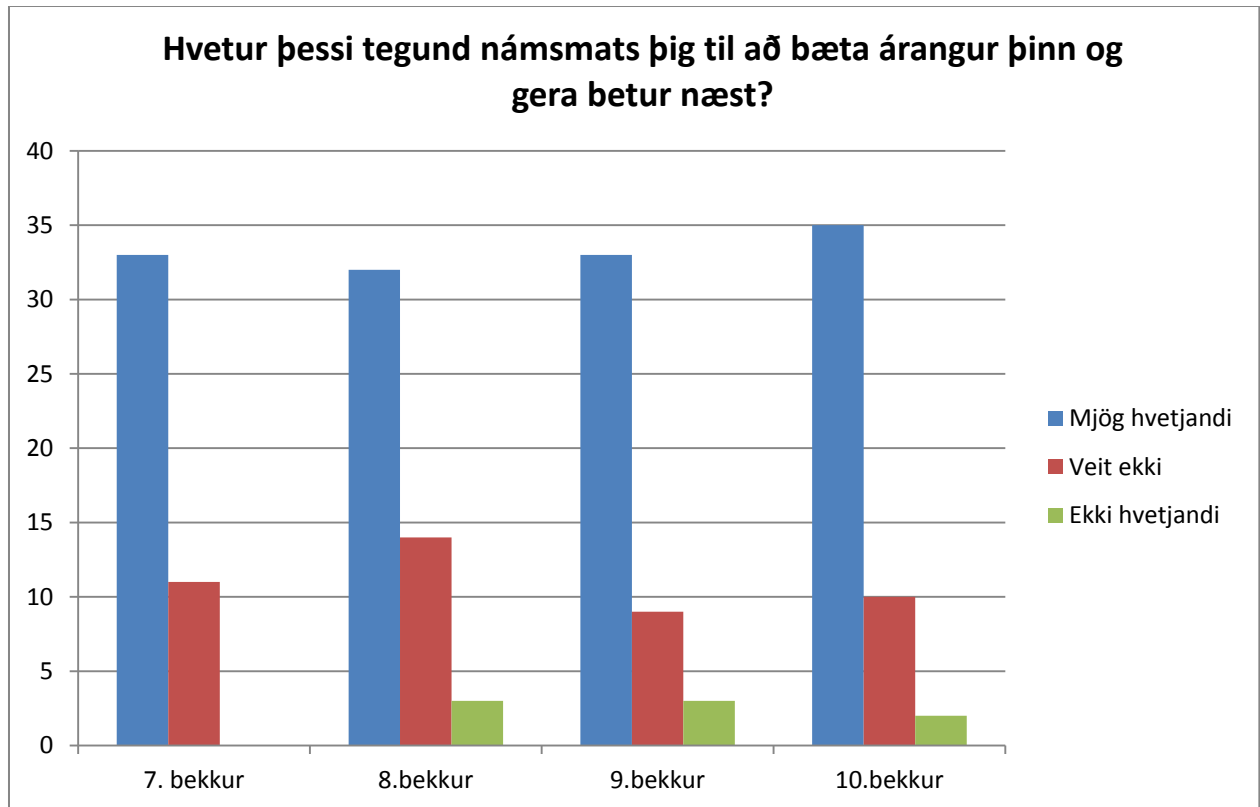
Mynd 17. Sýnir þrepaskiptingu nemenda í fjölþrepaprófi haustið 2012, allir nemendur Valhúsaskóla.

Niðurstöður úr áhugakönnun nemenda um sjálfsmat

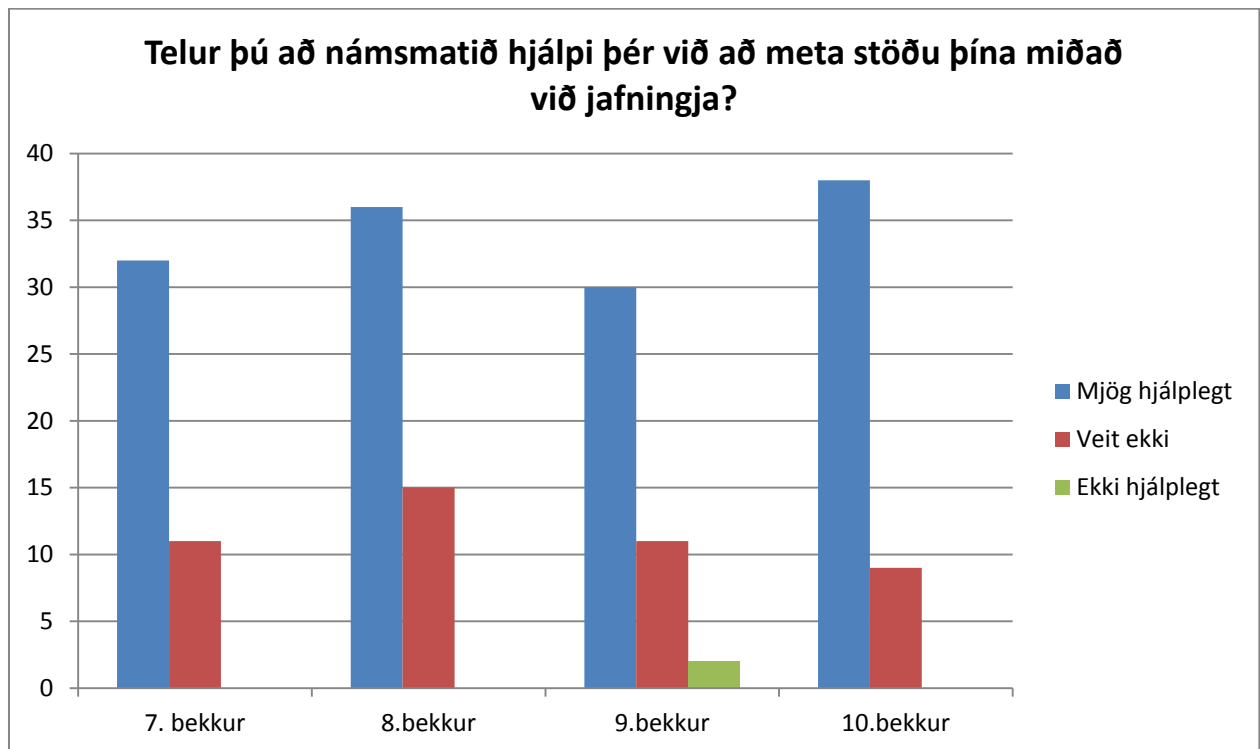
Hér að neðan koma niðurstöður úr áhugakönnun sem nemendur tóku í byrjun janúar 2013. Svarhlutfall í könnunni var 85%. Spurningar úr áhugakönnuninni sjást á myndum ásamt svörum nemenda. Niðurstöður voru mjög jákvæðar í öllum árgöngum og sýna að nemendur hafa áhuga á að fá þessar tölulegu upplýsingar til að meta stöðu sýna bæði gagnvart sjálfum sér og jafningjum. Nemendur eru sammála íþróttakennurum um að sjálfsmatskönnun eins þessi skili sér á jákvæðan hátt inn í skólastarfið og geti hjálpað til við að uppræta eineltismál. Auk þess er greinilegt og mjög ánægjulegt að sjá að nemendur vilja fleiri kennslustundir í skólaíþróttum.



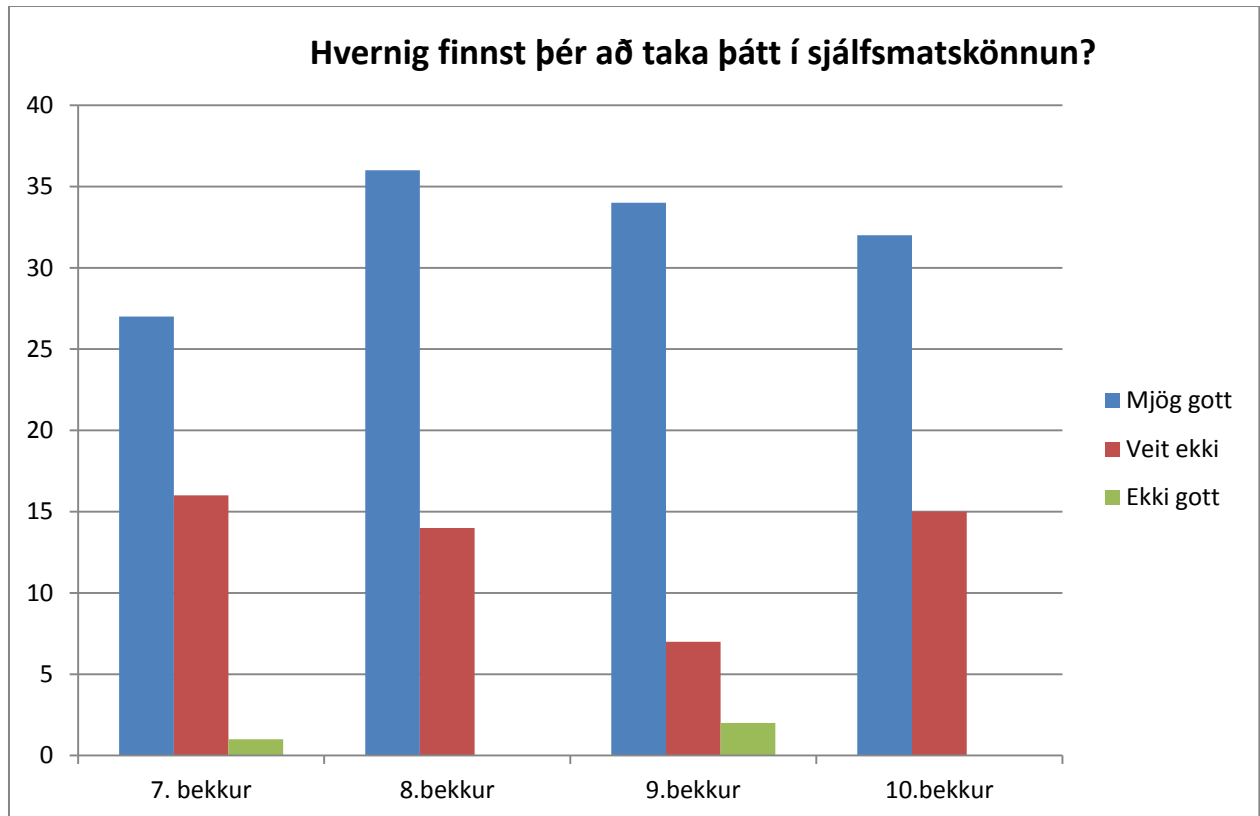
Mynd 18. Sýnir hversu hvetjandi nemendum finnst að hafa árangur sinn skráðan í verkefnabók í Mentor.



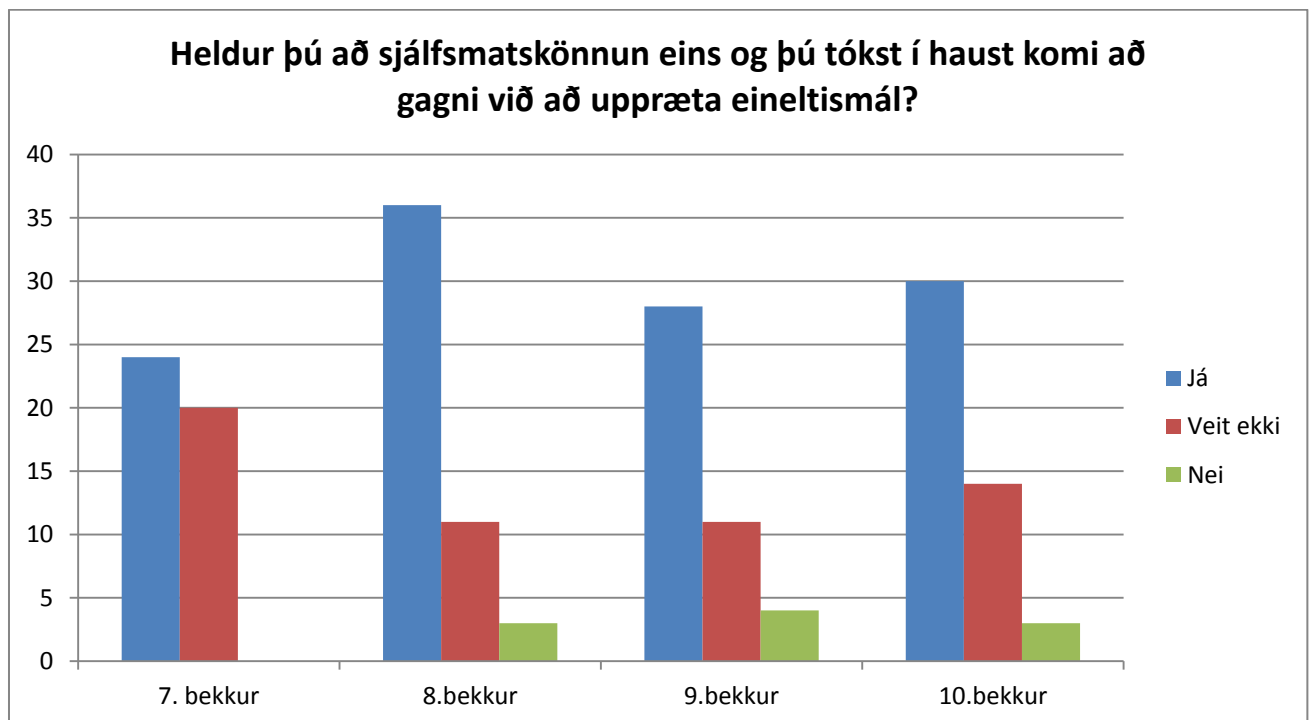
Mynd 19. Sýnir hvort þessi tegund námsmats sé hvetjandi fyrir nemendur til að bæta árangur sinn.



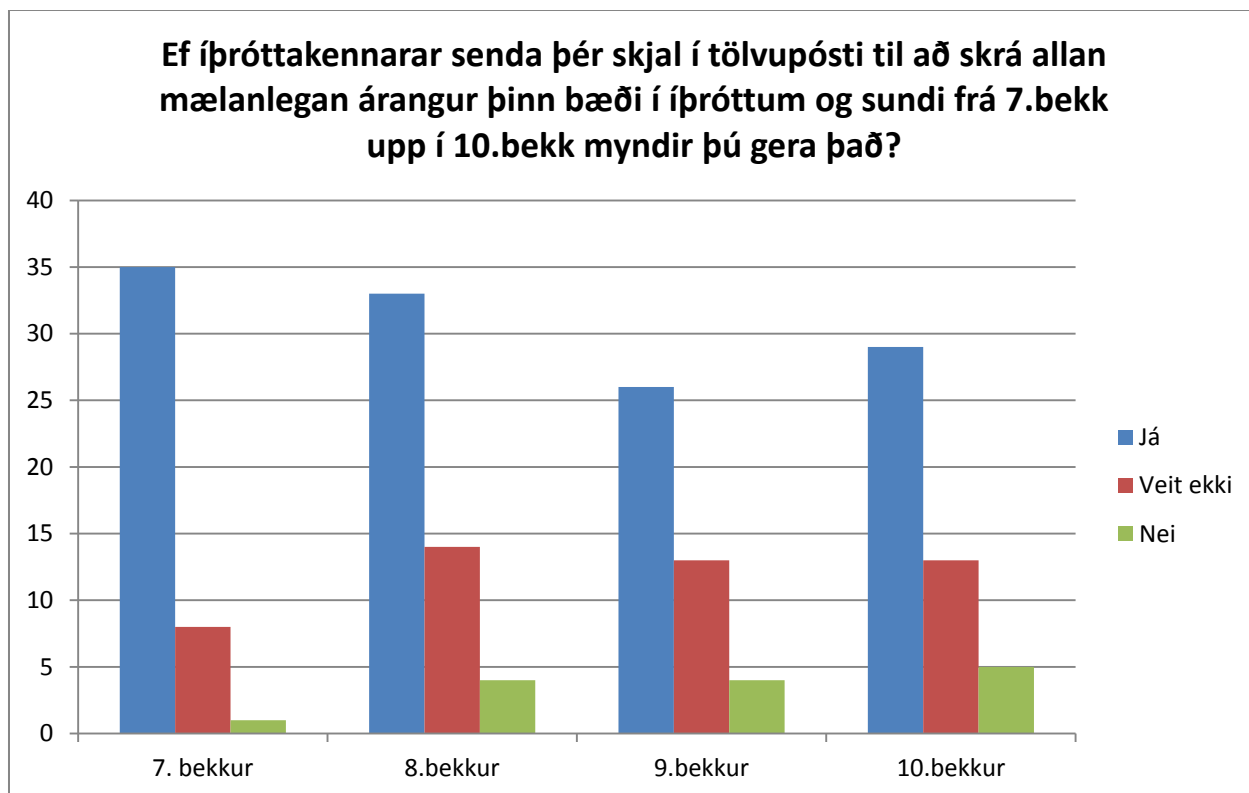
Mynd 20. Sýnir hvort námsmatið hjálpi nemendum við að meta stöðu sína meðal jafningja.



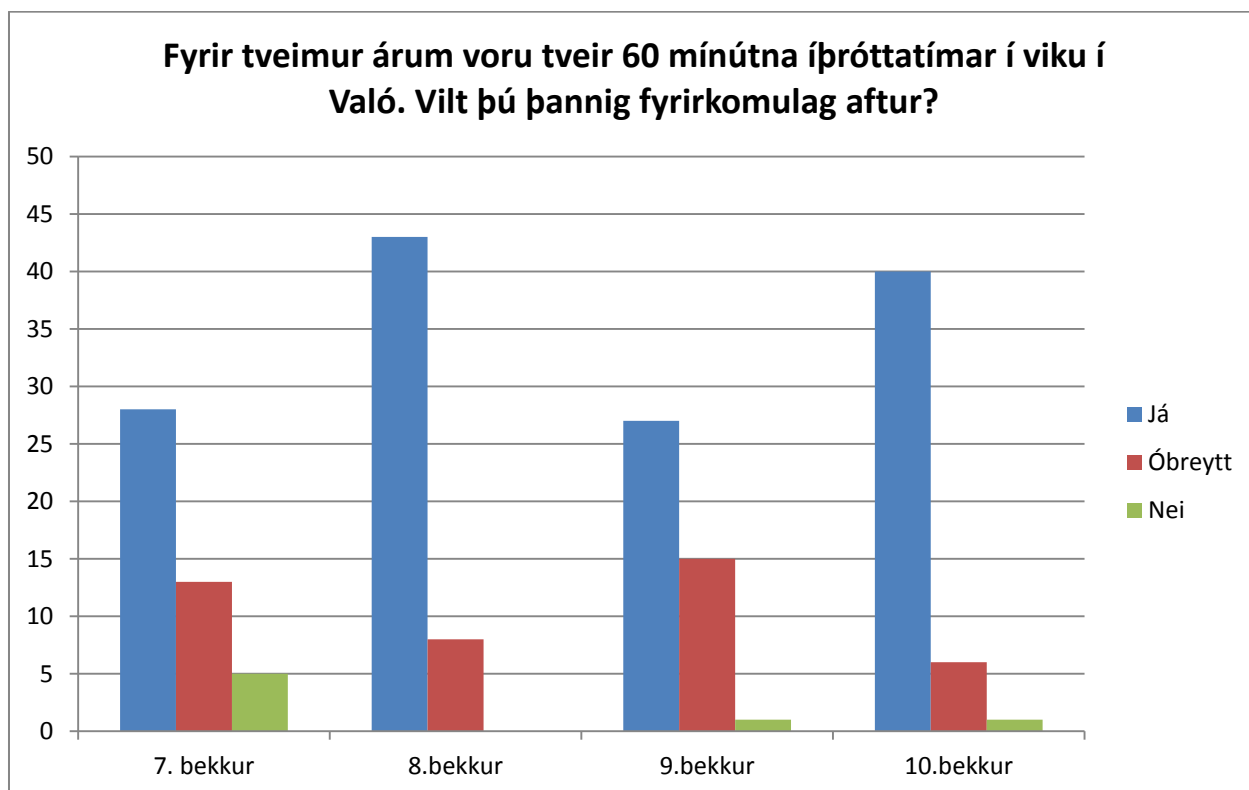
Mynd 21. Sýnir hvernig nemendum finnst að taka þátt í sjálfsmatskönnun.



Mynd 22. Sýnir hvort nemendur telji að sjálfsmatskönnun eins og tekin var haustið 2012 komi að gagni við að uppræta einelti.



Mynd 23. Sýnir áhuga nemenda á að skrá niður mælanlegan árangur sinn í íþróttum frá 7.bekk til 10.bekkjara.



Mynd 24. Sýnir áhuga nemenda á að bæta við einni kennslustund á viku í íþróttum eins og var fyrir tveimur árum.

Lokaorð

Vinnan við þetta verkefni var mjög ánægjuleg en krefjandi. Verkefnið stækkaði stöðugt vegna áhuga á að skoða ýmsa spennandi þætti sem tengjast námsmati í skólaíþróttum. Eins og komið hefur fram leggjum við ríka áherslu á að öllum líði vel hjá okkur og fái verkefni við hæfi. Markmiðið með að gera allar þessar athuganir, var einmitt að kanna líðan og áhuga nemenda á að meta árangur sinn. Það er ekki endilega allra að hafa áhuga á að ná framúrskarandi árangri en æskilegt fyrir alla að átta sig á hvar áhuginn liggur með tilliti til hollrar hreyfingar til framtíðar. Mjög ánægjulegt var að sjá niðurstöður nemenda úr báðum könnunum. Niðurstöður úr sjálfsmatskönnun sýna að við erum á réttri braut í kennsluháttum og aðferðum í uppbyggilegri íþróttakennslu. Einnig var mjög ánægjulegt að sjá hversu áhugasamir nemendur voru um þessa tegund námsmats. Einkunnir skipta ekki máli heldur einungis möguleiki á að meta sig á sínum eigin forsendum. Eins og kom fram í niðurstöðum hafa niðurstöður Skólapúlsins lækkað töluvert. Nemendur eru greinilega áhugasamir um að bætt við sé einum íþróttatíma á viku en það hefði mjög líklega áhrif á niðurstöður Skólapúlsins. Samkvæmt lýðheilsuáætlunum er auðvitað betra að stunda hreyfingu oft og skemur í einu. Nemendur á Seltjarnarnesi eru margir mjög duglegir að stunda íþróttir utan skólatíma en hins vegar eru alltaf einhverjir nemendur sem stunda ekki skipulagða hreyfingu. Skólaíþróttir eru mjög mikilvægur þáttur í skólastarfi þar sem sérstaklega er hugað að félagsþroska, samvinnu, hópefli og að nemendur læri að bera virðingu hver fyrir öðrum og getu hvers annars.

Viðauki 1

Sjálfsmatskönnun að hausti að lokna útitímabili

Nafn _____ **Bekkur** _____

1. Hvernig metur þú virkni þína í íþróttatímum á útitímabilinu?

Mjög góð ___ Góð ___ Í meðallagi ___ Slök ___ Mjög slök ___

2. Hvernig finnst þér virkni þín vera í íþróttatímum miðað við aðra nemendur?

Mjög góð ___ Góð ___ Í meðallagi ___ Slök ___ Mjög slök ___

3. Hvernig líður þér í íþróttatímum?

Mjög vel ___ Vel ___ Í meðallagi ___ Illa ___ Mjög illa ___

3 a. Ef þú svarar illa eða mjög illa, getur þú útskýrt það frekar?

4. Færðu þann stuðning sem þú þarft á að halda frá kennurum?

Já ___ Nei ___

4 a. Ef nei, hvað vantar uppá?

5. Hvað fyndist þér sanngjarnt að fá í einkunn (1 -10) eftir útitímabilið?

6. Hvaða einkunn (1-10)heldur þú að kennararnir gefi þér ?

7. Hvert er markmið þitt fyrir innitímabilið?

8. Hvaða einkunn (1-10) telur þú raunhæfa fyrir þig í lok haustannar?

Viðauki 2

Áhugakönnun nemenda um sjálfsmat

Nafn _____ bekkur _____

1. Hvernig fannst þér að taka þátt í sjálfsmatskönnun?

Mjög gott _____ Veit ekki _____ Ekki gott _____

2. Heldur þú að sjálfsmatskönnun eins og þú tókst í haust komi að gagni við að uppræta eineltismál?

Já _____ Nei _____ Veit ekki _____



3. Finnst þér hvetjandi að hafa aðgang að árangri þínum og tímatökum í verkefnabók í Mentor

Mjög hvetjandi _____ Veit ekki _____ Ekki hvetjandi _____

4. Hvetur þessi tegund námsmat þig til að bæta árangur þinn og gera betur næst?

Mjög hvetjandi _____ Veit ekki _____ Ekki hvetjandi _____

5. Telur þú að námsmatið hjálpi þér við að meta stöðu þína miðað við jafningja?

Mjög hjálplegt _____ Veit ekki _____ Ekki hjálplegt _____

6. Ef íþróttakennarar senda þér skjal í tölvupósti til að skrá allan mælanlegan árangur þinn bæði í íþróttum og sundi frá 7.bekk uppí 10.bekk myndir þú gera það?

Já ___ Nei ___ Veit ekki ___

7. Fyrir 2 árum voru tveir 60 mín íþróttatímar í viku í Való. Viltu þú þannig fyrirkomulag aftur?

Já ___ Ég vil hafa þetta óbreytt eins og í vetur (1x80 mín) ___ Nei ___