

1. Vad är målet med testet?

Målet är att utforska om vi med hjälp av ett aktivitetsarmband och webbgränssnitt kan få barn att röra sig minst lika mycket som den dagliga rekommendationen.

Resultatet:

Datadrivna – steg –har det gjort någon skillnad över tid?

Har varit för kort tid av testning för att säga om det gjort någon skillnad över hela dagen. Det direkta engagemanget som ToMoveit skapat hos barnen har gjort att de rört sig mer under skoldagen och en del barn har tagit den rörelsen och insikten med sig in i fritiden också.

Större engagemang?

Det har absolut varit ett ökat engagemang hos barnen. De har visat förståelse kring att det faktiskt går att göra positiva förändringar i sin vardag redan som barn och att vuxna lyssnar på dem.

Koncentration?

I direkt anslutning till rörelsen kan vi se en ökad koncentration i form utav ett lugn i klassrummet.

Föreningsliv?

Ett antal barn har börjat med aktiviteter efter skolan i takt med att vi pratat mer om det positiva med ökad rörelse. Vi har också fått en bild av att det finns ett sug efter att lära sig mer om vad föreningslivet i Helsingborg erbjuder.

2. Hur ska du utvärdera testet?

Genom att följa elevernas steg på daglig och veckobasis.

Under testets gång har vi via enkäter till barnen även följt och utvärderat deras engagemang kring aktivitetsarmbanden och webbgränssnittet. Mikaela har även på daglig basis observerat barnens rörelse, delaktighet och motivation.

Resultat:

Det krävs en engagerad vuxen om fortsatt test ska ske i skolan.

Rörelse skapar mer rörelse och ett sug att utforska nya rörelseaktiviteter och fritidsaktiviteter. Det är inte armbanden som skapar detta utan samtal, ny kunskap om vad rörelse gör för dig.

Delaktigheten är viktigare än armbandet. Stort engagemang kring att skapa rörelsekort har funnits

Yttre motivationen i form av armband och färg och form inte var lika viktig utan det var den inre motivationen som blev bärande.

Avataren slopades i ett tidigt skede då barnen inte ratade den särskilt högt, om denna hade varit medhade det kunnat leda till att några fler barn blev motiverade

3. Vem ska testa?

Klass 5a på Anneroskolan

Resultat:

15 barn har testat Tomoveit

4. När ska du testa och hur länge?

Introduktion skedde under hösten 2020.

Vi påbörjade gruppintervjuer och enskilda intervjuer där barn testade protyper. Ett enkelt webbgränssnittet togs fram och aktivitetsarmbanden delades ut v43.

Webbgränssnittet utvecklades vidare utifrån barnens input och användning i januari 2021.

I februari 2021 började barnen skapa sina egna aktivitetskort. Det var även här som vi såg att den yttre motivationen i form av armband och färg och form inte var lika viktig utan det var den inre motivationen som blev bärande.

5. Var ska du testa?

På Anneroskolan och på barnens fritid

Resultat:

Vi har plockat in det i undervisningen i form av lärande kring vad rörelse gör med hjärnan och vårt mående. Barnen har fått ha armbanden dygnet runt.

6. Vilket material och förberedelser som krävs inför testning?

Aktivitetsarmband

Webgränssnitt

Raspberry pie

Vuxen som är delaktig i testet