

Synes I også, at elevers sundhed og trivsel er vigtige?

Så deltag i FIT FIRST forskningsprojekt!



I FÅR

- Ny inspiration og viden til idræt
- 6 timers FIT FIRST kursus for alle interesserede
- En manual fyldt med undervisningslektioner
- Bolde, veste og toppe

DET KRÆVER

- Et besøg på SDU i januar/februar 2027 med 7. eller 8. klasse og igen et besøg i maj/juni 2027
- At I enten er kontrol- eller interventionsskole
 - Kontrolskoler fortsætter som I plejer
 - Interventionsskoler tilføjer 3 FIT FIRST lektioner ugentligt i vinteren 2027. Dette tildeles ved lodtrækning

FIT FIRST FOR ALLE

FIT FIRST er et idrætskoncept med højintense, involverende og motiverende aktiviteter. Vi vil undersøge effekterne af FIT FIRST på knoglesundhed.

Vi tester før og efter projektet med DXA-scanning, som måler knogletæthed.



Læs mere på: <https://www.dif.dk/raadgivning-og-stoette/mere-idraet-i-folkeskolen/fit-first>

Vi håber, at projektet har vakt jeres interesse!

Kontakt Malte Nejst Larsen, mnlarsen@health.sdu.dk eller Andreas Darling, adarling@health.sdu.dk