

## Innholdet i SFO

Denne artikkelen inngår i emnet "Identifiserte kvalitetsfaktorer".

---

ARTIKKEL | SIST ENDRET: 26.10.2015

---

### Omfang, bredde og variasjon i SFO-tilbudet

Både sentrale myndigheter, kommuner og en rekke skoler og skolefritidsordninger er opptatt av at omfanget, bredden og variasjonen i SFO-tilbudet kan ha betydning for kvaliteten i SFO. Innholdet i SFO er avgjørende for at SFO ikke skal bli en ren oppbevaringsplass for ungene, men tilføre noe til barnas utvikling og mestring.<sup>[1]</sup> I SFO-hverdagen legges det til rette for en rekke aktiviteter, som blant annet omfatter fysisk aktivitet og friluftsliv, kulturelle aktiviteter, lek og sosial læring, læringsstøttende aktiviteter og måltider. SFO er et tilbud for alle barn, også barn med spesielle behov. Opplæringsloven § 13-7 slår fast at kommunen skal ha et tilbud om SFO for barn med særskilte behov på 1.-7. trinn. Det innebærer at SFO også skal tilrettelegge aktiviteter utfra barns alder og funksjonsnivå.

### Fysisk aktivitet og friluftsliv

Fysisk aktivitet er et vidt begrep som rommer en rekke aktiviteter, fra lek til friluftsliv og trening. Forskning har vist at økt fysisk aktivitet i løpet av skoledagen har en positiv påvirkning på elevers fysiske og psykiske helse.<sup>[2]</sup> Alle barn og unge anbefales å være fysisk aktive minimum 60 minutter hver dag. Aktiviteten skal være så allsidig som mulig, og kan deles inn i kortere perioder i løpet av dagen. Fysisk lek utgjør en betydelig del av barnas SFO-tid, og er også viktig for barnas læring. Forskning viser at i den frie leken oppnår barna mer puls, utholdenhet og kroppslig utfordring enn ved voksenstyrt aktivitet.<sup>[3]</sup> Mange kommuner har satt fysisk aktivitet som et satsingsområde i SFO. Evalueringen av Helhetlig skoledag viser at deltakerne i forsøket vurderer fysiske aktiviteter som positive for barnas konsentrasjon, ro og orden. Fysiske aktiviteter er også et område der mange skoler samarbeider med eksempelvis lokale idrettslag og idrettslinjen på videregående skole.

Utdanningsdirektoratet har utviklet en [ressursbank for fysisk aktivitet](#). Her finner du mange hundre aktiviteter

---

til hjelp og inspirasjon for å skape en mer aktiv skole- og SFO-dag.

## **Kulturelle aktiviteter**

SFO-hverdagen gjenspeiler et mangfold av kulturelle aktiviteter, som sang og musikk, tegning, maling og kunsthåndverk, dans og teater for å nevne noen. Ved flere skoler gjennomføres kulturelle aktiviteter gjennom samarbeid med lokale aktører som Kulturskolen og musikklinjen på videregående skole, for de som har det. Mange av deltakerne i Helhetlig skoledag har en opplevelse av at kulturelle aktiviteter styrker elevenes sosiale ferdigheter. Evalueringen av prosjektet viser at skoler med høy andel elever med innvandrerbakgrunn særlig vektlegger betydningen av kulturelle aktiviteter for barnas sosiale ferdigheter.[4]

## **Lek og sosial læring**

Det er godt dokumentert at leken er viktig for utvikling av barns sosiale, emosjonelle og mentale kompetanse. Leken har en egenverdi og er en grunnleggende livs- og læringsform som har betydning for barnas sosiale og fysiske utvikling.[5] Leken som metode representerer en viktig forutsetning for det arbeidet som gjøres i SFO. Dette gjenspeiler seg også i sentrale og kommunale styringsdokumenter, som vektlegger at SFO i større grad enn skolen skal være et rom der barn kan leke uforstyrret - under tilsyn av, men uten unødig innblanding fra voksne. De voksne skal legge til rette for mer enn styre barnas aktiviteter, og bidra til inkludering av barn som av ulike årsaker kan havne utenfor leken. Balansen mellom organiserte, voksenstyrte aktiviteter og fri lek er en problemstilling mange er opptatt av når det gjelder innholdet i SFO og hva SFO skal være. Mange SFO-ansatte mener at det er viktig med vide rammer for leken i SFO, samtidig som det må tas hensyn til det enkelte barnets behov for forutsigbarhet og deltakelse.

## **Læringsstøttende aktiviteter**

Skole og SFO har ulike roller, oppgaver og kompetanse i forhold til elevene. SFO er en arena for fysisk utfoldelse, kreativitet, lek og sosial læring. Læringsstøttende aktiviteter på SFO kan fremme læring og sørge for inkludering av elever som ikke finner seg til rette eller som ikke inviteres inn i elevenes frie lek. Mange skoler har også lagt den obligatoriske leksehjelpen inn i SFO-tiden. En del kommuner legger mer og mer vekt på å sikre at SFO-aktivitetene i større grad bygger opp under læringsprosessene i skolen. Leken som metode er det viktigste virkemiddelet i læringsstøttende aktiviteter.

## **Måltider**

Sentrale styringsdokumenter fremhever at måltider i skole- og SFO-hverdagen er viktig for utvikling av et sunt kosthold og en god helse. Nordiske erfaringer viser at det å tilby sunn mat og hindre tilgang til usunn mat kan være et virkemiddel for å endre kostholdet til barna.[6] Disse erfaringene tilsier at det også er viktig hvordan man legger opp måltidet. Måltidet kan brukes som en arena for læring og etablering av gode sosiale samspill.

## **Utnytte ressursene i lokalmiljøet**

Sentrale styringsdokumenter påpeker at mange skolefritidsordninger bedre kan utnytte potensialet for

samarbeid om kultur- og fritidsaktiviteter med aktører i kommunen. Flere kommuner og skoler/skolefritidsordninger trekker frem eksempler på hvordan de samarbeider med lokale krefter. Noen har innledet samarbeid med Kulturskolen og videregående skoler som tilbyr idrettslinje eller barne- og ungdomsarbeiderfag; andre med lokale idrettslag. Et første steg er kanskje å kartlegge hvilke aktører i deres nærmiljø som kan være aktuelle å samarbeide med? Erfaringer fra skolefritidsordninger som har arbeidet med å utnytte potensialet i nærmiljøet, tilsier at samarbeidet må være forpliktende for begge parter dersom det skal gi resultater. Kommunen kan bidra ved å legge føringer om samarbeid i styringen av underliggende virksomheter.

De fysiske omgivelsene i nærmiljøet er også en ressurs som SFO kan utnytte. Naturen gir rom for et mangfold av opplevelser og aktiviteter.

Noen kommuner vektlegger også de positive gevinstene ved å opprette nettverk mellom skolefritidsordningene i kommunen. SFO-ledere i kommunen kan ha regelmessige møter, SFO kan ha heldagsåpent i skolens ferier der SFO-ene samarbeider om aktivitetene, og de kan ha felles årlig planleggingsdag. På denne måten kan SFO-ledelsen og de ansatte utveksle erfaringer, dele kunnskap, stimulere kreativiteten, og ikke minst utnytte ressurser på tvers.

## **Verdigrunnlag, læringsmiljø og medvirkning**

### **Verdigrunnlag**

Et tydelig verdigrunnlag som er nedfelt skriftlig er et virkemiddel som både kommuner og skolefritidsordninger benytter seg av for å sikre at voksenrollen utøves på en forsvarlig måte og bidrar til kvalitet i SFO. Flere kommuner vektlegger også at skolen og SFO skal tuftes på det samme verdigrunnlaget, slik at barna møter voksne med forutsigbare reaksjoner.

### **Læringsmiljø**

Opplæringsloven stiller krav til et godt miljø som fremmer helse, trivsel og læring. Den stiller også krav til medvirkning for foreldre og barn i saker som angår deres arbeidsmiljø. Dette gjelder også for SFO. Ifølge Utdanningsdirektoratets nettsider viser forskning at skoler som har et godt læringsmiljø, har bedre helse og trivsel og mindre uro blant elevene, og opplever mindre mobbing og bedre inkludering på grunnlag av sosial og kulturell bakgrunn.

Som en del av den nasjonale satsingen bedre læringsmiljø er det utarbeidet et kunnskapsgrunnlag og en rekke nettressurser som er tilgjengelige fra direktoratets hjemmesider.

### **Barns medvirkning**

Prinsippet om barns medvirkning er nedfelt i FNs barnekonvensjon. Barns medvirkning forutsetter god kommunikasjon mellom barna og personalet. Innholdet i SFO bør planlegges og organiseres slik at det gis mulighet for barns medvirkning. Retten til medvirkning er også nedfelt i opplæringsloven kapittel 9a om elevenes skolemiljø.

## Voksenrollen

Uavhengig av rammer, ressurser og aktivitetstilbud, er utøvelsen av voksenrollen til syvende og sist kanskje den viktigste kvalitetsfaktoren for barns og foreldres opplevelse av SFO. Voksenrollen handler om hvordan de ansatte ved SFO forholder seg til barna, men også om hvordan de SFO-ansatte forholder seg til hverandre, til foreldrene og til skolepersonalet.

---

[1] Kvello, Ø. og C. Wendelborg (2002), Nasjonal evaluering av skolefritidsordningen – Belyst i et helhetlig perspektiv på barns oppvekstmiljø, Nord-Trøndelagsforskning, NTF-rapport 2002:4.

[2] Rambøll (2013): Evaluering av Helhetlig skoledag. Sluttrapport.

[3] Knut Løndal (2010): Revelations in bodily play: a study among children in an after-school programme.

[4] Rambøll (2013): Evaluering av Helhetlig skoledag. Sluttrapport.

[5] St.meld. nr. 41 (2008-2009) Kvalitet i barnehagen

[6] Dahl T. og H. Jensberg (2011): Kost i skole og barnehage og betydningen for helse og læring. En kunnskapsoversikt.