

Bevægelsesstrategi Aars skole

Strategi for implementering af bevægelseskultur – et kropsligt dannede miljø

FUNDAMENT/FÆLLES SPROG

Formål: Kropslig dannelse er vigtig fordi det også handler om læring, udvikling, socialisering og identitetsdannelse. Kropslig dannelse går hånd i hånd med sundhedsfremme og forebyggelse af sygdom og dermed øges livskvaliteten.

Værdigrundlag: At vi er aktive sammen styrker vores fællesskab

Baggrund/sammenhæng: Aktive børn trives bedre, har større selvtillid og højere stresstærskel end inaktive børn, og de klarer sig ofte bedre i boglige fag.

På Aars Skole er fællesskab vigtigt. I Kommunen er vi udfordrede på KRAM (Kost, Rygning, Alkohol, og Motion) - vi er en del af kommunen.

Vi har i alle klasser en gruppe elever, der ikke er fysisk aktive, benytter foreningslivets muligheder, ved siden af deres skolegang. Vi har en større gruppe elever ca. 30%, der transporteres til skole, selv om de bor inden for gå/cykle afstand. Vi har de seneste år, ikke, som organisation, haft fokus på reformens krav om motion og bevægelse. At der laves en begrebsafklaring med eleverne af bevægelse og motion.

Begrebsafklaring:

- Bevægelse forstås som al form aktivitet. Det kan være en del af en planlagt struktur i undervisningen og det kan være fri leg.
- Motion forstås som aktiviteter med en intensitet, der får pulsen op.

HANDLINGER/MÅLRETTETHED

Visionen: Alle børn og unge skal føle glæden ved bevægelse – i håbet om livslang fysisk udfoldelse.

Mål 1:

90% af alle børn på Aars Skole er en del af et fællesskab i en forening.

Indsatser/tiltag:

Der laves en analyse af elevernes fritidsliv

De elever, der ikke har et aktivt fritidsliv spørges til skole/hjemsamtaler om der er et ønske om hjælp

Der afholdes idrætsdage og aftales besøg med byens foreninger, således alle børn stifter bekendtskab med de forskellige muligheder i lokalsamfundet.

Tegn/Succeskriterier

At nå op på 90% deltagelse

At vi hjælper flere forældre ind i foreningslivet gennem fx fritidspas

Mål 2:

At alle børn på Aars Skole har mulighed for aktive pauser i løbet af skoledagen.

Indsatser/tiltag:

Fortsat uddanne elever til Legepatrulje og Gameboosters

At alle elever i 0. til 5. klasse skal ud i frikvarterne

At eleverne i 6. til 9. klasse ikke må opholde sig i klasserne i frikvarterne

At der etableres nye legeredskaber til store og små ude

At der kan lånes legeredskaber i frikvarterne

Tegn/Succeskriterier

At 90% af alle børn i trivselsundersøgelsen er glade for deres udeområder.

At der bygges nyt på legepladsen og kan udlånes legeskasser

At vi ser glade og aktive børn

At der indrettes en redskabsboks i/ved skraldeskuret

Mål 3:

At bevægelse bliver en del af kulturen i undervisningen

Indsatser/tiltag:

At der laves faste aftaler for 10 min fysisk motion om dagen i alle klasser – målrettet aldersgruppen (gerne fastlagt i skema).

At der laves 10-15 lege, som alle lærer at lege (i skjortelommeformat).

At der købes eller opbygges en database med ideer til brug i undervisningen

At underviserne italesætter, når der er bevægelse i undervisningen.

Tegn/Succeskriterier

At der foregår mere bevægelse i alle klasser (kan ses i trivselsmålingerne).

At eleverne giver udtryk for at der er mere bevægelse/motion i undervisningen

At børnene oplever at de bedre kan klare de fysiske og boglige udfordringer de får

Mål 4:

At eleverne selv transporterer sig til og fra skole

Indsatser/tiltag:

Formidle resultaterne af trafikanalyse

At etablere gåbusser og cykelslanger

Tegn/Succeskriterier

At der er færre biler, der afleverer og henter børn

At der er flere cykler i cykelstativerne

LÆRINGSPROCES

Evaluerings: Ved at samle data ind i forhold til de tegn, der er noteret under mål 1-4. Kontaktlærerne spørger ind til børnenes oplevelser i elevsamtalerne. At Elevrådet laver en spørgeskemaundersøgelse før og efter bevægelsesstrategien.

Fælles forpligtelse: Bevægelsescoachene får ansvar for sammen med teamfacilitatoren at sætte bevægelsesstrategien på dagsordene på teammøderne en gang i kvartalet, samt ved at et møde hvert kvartal mellem bevægelsescoachene, med deltagelse af ledelsen.

At der etableres et kommunalt netværk for bevægelsescoaches til brug for ERFA og evt. uddannelse

SYNLIGHED / SAMARBEJDE

Forældre (inkl. bestyrelse): Udarbejdelse af princip for motion og bevægelse. Inspiration kan hentes hos skole og forældre, motion og bevægelse.

Involvere forældrene gennem information og indsats med at gøre flere elever selvtransporterene.

Desuden vil vi gerne have sundhedsplejersken til at snakke med forældrene om transport til og fra skole, samt fritidsaktiviteter.

Forenings og lokalsamfund: I forbindelse med at vi ønsker at flere skal deltage i foreningslivet vil vi samarbejde med alle foreninger. Desuden vil vi være synligt aktive i lokalsamfundet fx ved at samle skrald, bevæge os i byen og naturen m. fl.

EVT. TILFØJELSER

Evt: Vi skal have involveret alle dele af skolen