

Engbjergskolens Sundhedsprincip

Formål:

På Engbjergskolen forstår vi sundhed bredt. Vi ønsker at være en skole og SFO med gode sundhedsfremmende rammer for vores indlæringsmiljø i skole og SFO, der opfordrer til sunde vaner og aktiviteter.

De sundhedsfremmende rammer skal være med til at styrke elevernes muligheder for at udvikle sig fysisk, socialt og psykisk. Sundhedsprincippet understøtter (ved siden af "Antimobbestrategien" og "Princip for digital dannelse") de gode sunde fællesskaber, hvor eleverne oplever mangfoldighed og rummelighed i fællesskaber til gavn for alles trivsel.

Mål:

Sundhedsprincippet skal leves i skolens hverdag ved at skolens ansatte understøtter elevernes viden og færdigheder omkring de sunde valg. Men også ved at skole og SFO har aktiviteter og rammer, som giver eleverne muligheder for at tage sunde valg.

Ansvar (skole):

- Skolen har et årligt motionsløb, hvor alle deltager.
- Skolen sætter god tid af til, at børnene får spist madpakker. Der tilstræbes, at der er ro omkring måltidet og mulighed for at hente vand til vanddunkene.
- Skolen prioriterer pausetid således, at der er tid til at få leget i skolegården.
- Skoledagen har indarbejdet bevægelse som del af undervisningen som eksempelvis hente-diktater og lignende.
- Skolen informerer kommende 0. klasses-forældre om vigtigheden af sunde madpakker.
- Elever kan have en aftale om at de må tage en "lufter", hvis de har behov for det.
- ElevRådet understøtter legeaktiviteter i gul skolegård med indskolingseleverne.
- MiniRådet laver katalog med gode lege til indskolingseleverne.
- Førskolen har særligt fokus på bevægelse med en uges OL-aktiviteter.
- Madkundskabsundervisning har fokus på de sunde madvaner.

Ansvar (SFO):

- Børnene kan altid tilvælge aktiviteter med bevægelse enten ude, i gymnastiksalen omkring Tarzanbanen eller multibanen.
- SFO-en laver aktiviteter, som fremmer de sociale relationer mellem eleverne.
- SFO-en tager jævnligt i skoleskoven med en gruppe elever og benytter skolegården dagligt.

-
- SFO-en prioriterer indkøb af grej som appellerer til bevægelse såsom mooncars, rullebrætter m.m.
 - SFO-en tilbyder poolkørekort, bordtennisturneringer, bordfodboldturneringer, "Just Dance" samt årlige rekorduger.
 - SFO-en deltager årligt i SFO-samarbejdets disko, SFO-OL, bowlingturnering, hockeyturnering, høvdingeboldturnering, sæbekasseløb, E-sport og fodboldturnering. I ugerne op til trænes der.
 - SFO-en planlægger med gode udeaktiviteter omkring bålhytten hele året.
 - SFO-en serverer så vidt muligt sund mad eftermiddagsmad (mandag til torsdag) og inddrager eleverne omkring madlavningen og de gode sunde valg. På fredage kan der foruden de sunde valg også tilbydes toast. Med de nye køkkenrammer udvikler vi de sundere valg i samarbejde med eleverne fremover.
 - SFO-en benytter svømmehallen i perioder, når det lykkes med en livredder.

Ansvar (forældre):

- Forældre hjælper med at børnene møder udhivende i skole.
 - Forældrene sørger for, at eleverne har spist morgenmad og har en sund madpakke med i skole. Opvarmning af medbragt mad på skolen er ikke en mulighed.
 - Forældrene sørger for, at eleverne altid har tøj med til vejret og aktiviteterne. Regntøj ved mulighed for regn og tøj til bevægelse, når det er på programmet.
 - Forældrene hjælper deres børn med at lære at cykle og opfordrer deres børn til at cykle i skole, hvis det er muligt, når alderen er til det.
-