

## Princip for sund skole (kan princip)

### Formål

Der er en sammenhæng mellem læring, trivsel og sundhed, hvorfor det er i alles interesse – elevernes, forældrenes og skolens – at der bliver ydet en fælles indsats for at fremme elevernes sundhed. Da vaner grundlægges tidligt, bør indsatsen starte så tidligt som muligt og indsatsen bør fortsætte på alle klassetrin, ligesom den bør omfatte hele skolens virksomhed – både undervisnings- og fritidsdel (SFO).

Vi ønsker i et forpligtende fællesskab med forældrene, at skabe grundlag for, at eleverne får forståelse for, evner, lyst og handlefærdigheder til at vælge en sund livsstil.

Vi ønsker med andre ord at arbejde for "en sund sjæl i et sundt legeme" gennem hele skoleforløbet.

### Mål

- I undervisningen og i skolens øvrige virke, herunder SFO, indarbejdes sundhedsfremme i videst mulige omfang i alle aktiviteter i forhold til eleverne.
- Forældrene bakker skolen og barnet op, således at barnet hjemmefra i videst mulig omfang engageres i en sund livsstil.
- Eleverne inddrages i skolens aktivitet omkring sundhed og tager aktivt del i udmøntningen af princippet

### Skolens ansvar

- Skolens tilstræber gennem motiverende aktiviteter og initiativer at sætte fokus på sund mad samt motion & bevægelse i skole og skolefritidsordningen.
- Skolen tilstræber, at tænke sundhedsaspektet ind i dagligdagens aktiviteter, f.eks ved at fysisk udfoldelse prioriteres i skolens (undervisningsdelens og sfo'ens) aktiviteter og fag.
- Skolen tilstræber, at hvert klassetrin som minimum har 2 ugentlige idrætslektioner.
- Skolen tilstræber, at madkundskabsundervisningen har fokus på sund kost og levevis.
- Skolen tilstræber, at der gennemføres svømmeundervisning på 4. og 5. klassetrin.
- Skolen tilstræber, at børnene allerede i indskoling får et grundlæggende kendskab til sund kost og motiveres til at vælge sunde madvaner, samt at dette kendskab videreudvikles og forsøges fremmet i den resterende skoletid.
- Skolen tilstræber, at eleverne tilbydes fysiske rammer og aktiviteter, der motiverer til fysisk aktivitet i pauserne.
- Skolen tilstræber, i samarbejde med forældre, at arbejde for, at barnet hver dag får et varieret, ernæringsmæssigt korrekt og spændende måltid, der lever op til de nationale kostråd.
- Skolen tilstræber, at skoleboden har et sundt sortiment, der udgør et fornuftigt supplement til madpakken i et prisniveau, hvor alle kan deltage.
- Skolen tilstræber, at alle elever tilbydes egen betalt mælkeordning.
- Skolen tilstræber, at alle elever har adgang til friskt koldt vand på skolen.

- Skolen tilstræber, at forældre og elever tilbydes vejledning og eksempler på sund livsførelse ved behov, via skolens sundhedsplejerske.

### **Forældres ansvar**

Forældrene opfordres til

- at barnet understøttes i at tillægge sig sunde kostvaner.
- at barnet motiveres og støttes til at have fysisk aktive fritidsinteresser.
- at medvirke til, at barnet har "værktøjerne" i orden. F.eks. det rette idrætstøj med de dage, hvor der står idræt på skemaet.
- at barnet i videst mulige omfang cykler eller går i skole.

### **Elevens ansvar**

De opfordres til:

- at transportere sig selv til og fra skole
- at deltage aktivt i motion & bevægelsesaktiviteterne i undervisningen
- at deltage aktivt i og være forberedt til idrætsundervisningen, dvs. have det rette idrætstøj med.
- At have fritidsinteresser, der indebærer fysisk aktivitet.

Vedtaget i skolebestyrelsen den 06.03.2017