

BEVÆGELSESPOLITIK FOR KIRKESKOLEN

Bevægelsespolitikken danner rammen for indsatsen omkring bevægelse på Kirkeskolen.

Sundhedsstyrelsen anbefaler at børn bevæger sig mindst 60 minutter om dagen, da aktive børn trives bedre og har lettere ved at lære. Bevægelse styrker de kognitive processer der forudsætter læring.

Undersøgelser peger også på, at børn der bevæger sig:

- Er glade for livet
- Har et godt helbred
- Føler sig mindre hjælpeløse
- Er mindre morgentrætte
- Har lettere ved at få venner
- Er mindre ensomme
- Føler sig mindre udenfor

På Kirkeskolen har alt pædagogisk personale været på kursus i, hvordan man kan inddrage bevægelse i den fagfaglige og understøttende undervisning. Der er nedsat et bevægelsesudvalg, som inspirerer og hjælper kolleger med at lave bevægelse i deres undervisning.

Værdigrundlag

De vigtigste værdier på Kirkeskolen er:

- Glæde
- Trivsel
- Læring

Igennem vores bevægelsespolitik vil vi styrke disse værdier.

Vision

Vores vision er at:

- Bevægelse skal blive en kultur på skolen.

- Børnene på Kirkeskolen skal opleve en varieret skoledag med fokus på bevægelse i fagene.
- Bevægelse skal være en naturlig del af undervisningsplanlægningen i de enkelte teams og PLF'er.

På Kirkeskolen er der fokus på bevægelse i både frikvarterer og i undervisningen. Dette gøres gennem forskellige bevægelsesaktiviteter, som er tilrettelagt af lærerne og det pædagogiske personale.

I **undervisningen** sætter vi fokus på bevægelse gennem følgende tiltag:

Hvad?	Hvordan?	Hvorfor?	Hvem?
Brain Breaks	Små afbrydelser i timen. Læreren kan finde inspiration til aktiviteter på bl.a. www.Saetskolenibevaegelse.dk	Ilt til hjernen og afveksling i undervisningen.	Læreren
"Leg på streg"	Aktiviteter i skolegården ud fra Kræftens bekæmpelses materiale.	Læring gennem bevægelse og leg.	Bevægelsesvejledere og/eller læreren.
Inddragelse af lokale foreninger	Bevægelsesudvalget laver aftaler med klubber/foreninger i byen.	Børnene skal have en øjenåbner for hvilke fritidsinteresser, de kan benytte efter skoletid.	Bevægelsesudvalget og/eller læreren.
Faglige bevægelsesaktiviteter.	Der planlægges og tilrettelægges aktiviteter, der understøtter det faglige fokus. Find inspiration og hjælp på f.eks. www.saetskolenibevaegelse.dk	Børn lærer forskelligt og for at ramme flest mulige, skal undervisningen varieres.	Lærerne i PLF'erne.
Deltagelse i kampagner som "Aktiv året rundt" og "Sæt skolen i bevægelse"	Kampagnerne er tilrettelagt på forhånd og materialet "følges" på bedste vis.	Konkurrencer og input ude fra, inspirerer og motiverer elever og lærere.	Tilmelding og den overordnede planlægning koordineres af bevægelsesudvalget. Lærerne udfører "opgaverne".
Anderledes dage - f.eks. motionsdag og aktivitetsdag.	Der er udvalg, der sørger for den overordnede planlægning af disse dage.	Når alle elever på skolen konkurrerer og laver aktiviteter sammen styrker det trivselen.	Lærere der har meldt sig til opgaven.

I **frikvarterer/pauser** skal eleverne motiveres til leg og bevægelse. Dette gøres bl.a. gennem:

Hvad?	Hvordan?	Hvorfor?	Hvem?
Legepatruljer	Lærerne hjælper overbygningseleverne med at finde på lege og aktiviteter. Overbygningseleverne sætter legene i gang.	Sikring af trivsel og bevægelse i frikvarterer.	Lærere, der har timer til dette arbejde: UB, IM, JR og PE. Elever fra overbygningen.
Legefrikvarterer	Alle lærere og elever er ude sammen. Lærerne sætter lege i gang som eleverne deltager i.	Sikring af trivsel og sammenhold på skolen. Børnene bliver aldersmæssigt blandet.	Bevægelsesudvalget og alle lærere på skolen.
Legegrupper	Læreren hjælper børnene med at finde på lege inden frikvarteret.	Sikring af trivsel. Ingen skal føle sig alene i frikvarteret.	Læreren

Succeskriterier

Det er en succes når:

- Både elever og lærere opnår glæde ved bevægelse.
- Det bliver en kultur på skolen, at der indgår bevægelse i alle fag op til flere gange om ugen.
- Bevægelse inddrages i planlægningen af undervisningen (De enkelte lektioner).
- Elever og forældre giver positiv feedback på mængden af bevægelse på Kirkeskolen.

Kilder:

www.sundhedsstyrelsen.dk
www.saetskolenibevægelse.dk
www.aktivaaretrundt.dk

Godkendt af skolebestyrelsen d. 31. oktober 2016
Revideres oktober 2018.