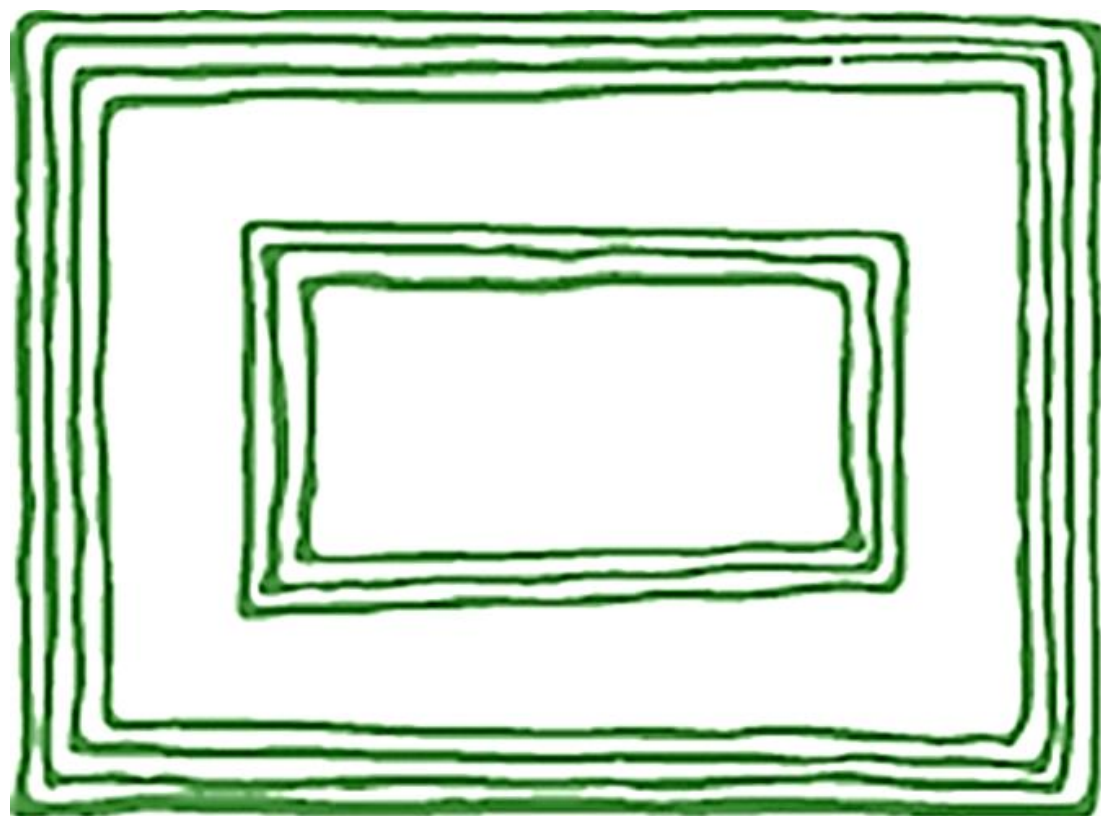


Hurup Skoles



Sundhedspolitik

Maj 2017

Hurup Skoles Sundhedspolitik

Det er af væsentlig betydning, at elever, forældre og skolens ansatte samarbejder om skolens sundhedsfremmende opgave.

Livsstil og adfærd er tæt forbundet med levevilkår, hvorfor demokrati og medbestemmelse ses som væsentlige forudsætninger for sundhedsfremme.

Hurup Skoles Sundhedspolitik bygger på et positivt og bredt sundhedsbegreb og har til formål at skabe de bedst mulige betingelser for elevernes læring og trivsel på Hurup Skole.

Målet er, at den enkelte elev

- udvikler handlekompetence i forhold til sundhed, ernæring og bevægelse
- bliver i stand til at træffe sunde valg for sig selv og andre
- får mulighed for at gøre erfaringer med sundhedsudvikling

Kostpolitik:

Hjem og skole samarbejder om, at eleverne får en sund kost, som kan medvirke til at fremme elevens trivsel, læring og udvikling.

Overordnede mål er at:

- sunde kost- og spisevaner er en naturlig del af elevernes hverdag
- eleverne får viden om sund kost og kan anvende denne viden
- skabe dialog med hjemmene om vigtigheden af, at barnet møder veludhvilet, mæt og udvikler en god madpakkekultur

Faktiske forhold:

- 6. årgang har 1:30 time om ugen i madkundskab
- 7. årgang har madkundskab som periodefag
- Madkundskab tilbydes som helårligt valgfag i op til 2 år
- Alle elever har adgang til rent, koldt drikkevand
- I 0. – 3. kl. spiser en voksen sammen med eleverne
- Alle elever tilbydes hver dag gratis frugt
- Alle elever har mulighed for at købe skolemad og -mælk
- Skoleboden sælger sandwich og sunde mellemmåltider
- Køleskabe til madpakker
- I SFO serveres et sundt og varieret eftermiddagsmåltid, og der tilbydes hver dag grovbrød, frugt og vand. Ved måltiderne tales der om kosten og dennes betydning
- Skolen serverer kun slik, sodavand og chips ved festlige lejligheder

Bevægelsespolitik:

Skole og hjem samarbejder om, at eleven gennem motion og bevægelse får positive oplevelser, der trækker renter langt ind i voksenlivet.

Overordnede mål er at:

- bevægelse skal medvirke til at fremme elevens sundhed og trivsel samt understøtte motivation og læring i skolens fag
- videreudvikle et intellektuelt, kropsligt og socialt læringsmiljø
- fremme elevernes tænkning mhp at skabe lyst til bevægelse og give forståelse for de positive sider af fysisk aktivitet
- bevægelse integreres som en naturlig del af undervisningen
- udvikle samarbejdet med det lokale forenings- og idrætsliv med henblik på at inddrage dette aktivt i undervisningen

Faktiske forhold:

- Alle elever har i gennemsnit 45 minutters bevægelse om dagen
- Motion og bevægelse indgår som en integreret del af undervisningen
- Indskolingen har 1 times musik og bevægelse om ugen
- I alle klasser indlægges daglige powerbreaks
- Krop og bevægelse indgår som obligatorisk emne i bh. klassen
- Børnehaveklasse og 1. årgang har 1:30 time idræt om ugen
- Legepatrulje, som igangsætter lege med eleverne i indskolingen
- 4. og 5. årg. har 3 idrætslektioner om ugen, heraf en svømning
- 7. årgang har idræt som periodefag
- Åben Multisal i frikvarterene
- Årlig idrætsdag
- Elevrådet afvikler en årlig OL-dag for indskolingen
- Hele skolen deltager i Skolernes årlige motionsløb
- Overbygningen har 2 idrætslektioner om ugen og kan vælge mellem flere forskellige helårlige idræts-valgfag
- Overbygningen deltager i volleyturnering og Skolefodbold
- Alle elever har adgang til multibane, bordfodbold inden- og udendørs bordtennis
- Skolen deltager i de kommunale idrætsstævner
- I SFO fokuseres på at skabe positive og inkluderende rammer for bevægelse og fysisk udfoldelse for alle børn
- SFO benytter skolegård, legeplads, multibane og multisal
- I SFO-tid er alle børn ude hver dag

Skolen går altid i dialog med hjemmet, hvis elevens kost- og motionsvaner giver anledning til bekymring