



En glad skole

Padborgvej 131 | 8600 Silkeborg
Telefon 89 70 25 50
Mail: hvinningdal.skole@silkeborg.dk
<https://hvinningdalskolen.aula.dk>

Bevægelsespolitik

En god udvikling med implementering af bevægelse skal synliggøres og fastholdes i en bevægelsespolitik på Hvinningdalskolen.

Bevægelse på Hvinningdalskolen

På Hvinningdalskolen er vi opmærksomme på den dokumenterede gavnlige effekt, fysisk aktivitet, leg og bevægelse, har på humøret, stresstolerance samt indlærings- og koncentrationsevnen.

Forskningen peger på at:

- Der er sammenhæng mellem fysisk aktivitet og læring
- Der er en positiv sammenhæng mellem bevægelse og børns evne til at koncentrere sig
- Fysisk aktivitet forebygger sygdomme
- Gennem leg og bevægelse styrkes trivsel, relationsdannelse og sociale færdigheder
- Fysisk aktivitet skal være varieret, aldersrelateret og sjovt
- Trivsel, mestring, glæde og motivation skal være centrale omdrejningspunkter for fysisk aktivitet, leg og bevægelse på Hvinningdalskolen
- De fysiske rammer herunder legepladser skal understøtte og motivere til bevægelse

Indholdsområder

Formål med bevægelsespolitikken er at fastholde vores fokus på vigtigheden af fysisk aktivitet, leg og bevægelse. Politikken tager udgangspunkt i kriterierne fra nye forenklede fælles mål og aldersrelateret træningskoncept.

Vi fokuserer på flg. indholdsområder:

- Bevægelse i undervisningen
- Bevægelse i pauser
- Bevægelse i SFO
- Bevægelse på vej til og fra skole
- Understøtte bevægelse i børnenes fritidsliv



En glad skole

Padborgvej 131 | 8600 Silkeborg
Telefon 89 70 25 50
Mail: hvinningdal.skole@silkeborg.dk
<https://hvinningdalskolen.aula.dk>

I undervisningen skal alle sikre, at der arbejdes med fysisk aktivitet, leg og bevægelse, herunder:

- Brainbreaks
- Bevægelse som understøtter den faglige læring
- Leg og bevægelse som understøtter trivsel
- Motion for sjov for idrætsusikre børn
- Valgfag som understøtter bevægelse herunder idrætslederuddannelse
- Samarbejde med idrætsforeninger
- Motorisk træning

I pauserne skal eleverne motiveres til fysisk aktivitet, leg og bevægelse. Det betyder, at de voksne hjælper eleverne med at sætte legeaktiviteter i gang, hvor det er nødvendigt. Desuden har vi en legepatrulje samt aktivitetskasser i klasserne.

I SFO er fysisk aktivitet, leg og bevægelse et meget vigtigt element. Der arbejdes med motoriske færdigheder og stimulering af børnenes lyst til bevægelse og deltagelse i lege for derigennem at styrke deres sociale relationer og trivsel.

Det betyder at:

- Vi har altid værksteder, hvor bevægelse er i fokus - herunder besøg i skaterhallen.
- Vi motiverer til udeaktiviteter
- Vi cykler med børnene

På vejen til og fra skole og i forbindelse med ekskursioner motiveres børnene til at være selvtransporterende.

Det understøttes gennem følgende:

- Vi deltager i kampagner med flere selvtransporterende elever
- Vi cykler med eleverne fra 4.-9. klasse til så mange aktiviteter som muligt. Eleverne i 2. og 3. klasse cykler på kortere ture.

Fritiden

Skoledagen og bevægelsesindsatsen på Hvinningdalskolen skal understøtte og motivere eleverne til et aktivt fritidsliv, hvor kompetencer og relationer fra skole/SFO/klub kan anvendes som platform til dette.

Skolen skal i den forbindelse have en løbende dialog og et tæt samarbejde med de omkringliggende aktivitets- og Idrætsforeninger.

Vedtaget af skolebestyrelsen 2017