

Kvarnbäcksskolans plan för ökad rörelse

Syfte och mål

Alla elever ska ha lika möjligheter till mer rörelse i skolan utifrån de olika förutsättningar och behov. Rörelse ska vara en naturlig del av skoldagen, dels genom undervisning i ämnet idrott och hälsa och dels genom andra typer av fysisk aktivitet och motorisk träning. I skolans läroplan anges att skolan ska sträva efter att erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen.

Bakgrund

Skolelever som rör på sig varje dag får lättare att hänga med i undervisningen. Folkhälsomyndighetens undersökningar om skolbarns hälsovanor visar att unga rör sig allt mindre i vardagen. Rörelse ska vara en naturlig del av skoldagen, dels genom undervisning i ämnet idrott och hälsa och dels genom andra typer av fysisk aktivitet och motorisk träning.

Daglig fysisk aktivitet påverkar koncentrationsförmågan och därmed inlärningsförmågan. Motorisk träning underlättar och påverkar den kognitiva utvecklingen som i sin tur har betydelse för inläringen. Genom att låta barnen röra på sig mera kan vi påverka deras motorik, koncentration och skolprestationer.

Nuläge

Utöver lektionerna i idrott och hälsa har vi flera aktiviteter som främjar elevernas ökade rörelse. Bland annat så arrangerar fritidspersonalen en rastverksamhet med vuxenledda aktiviteter på elevernas förmiddagsrast och lunchrast. Rastverksamheten säkerställer att aktiviteterna är varierande så att alla som vill kan delta. Personalen på fritidshemmet sprider även information om olika aktiviteter och annonserar varje vecka ”veckans lek”. För att eleverna ska få möjlighet till paus under lektionerna leder lärarna kortare rörelseprogram med jämna mellanrum under lektionerna, ibland är även eleverna med och leder dessa aktiviteter med pedagogernas stöd.

Utvecklingsområden

1. Att utveckla utomhuspedagogiken. Kvarnbäcksskolan har en stor skolgård och en naturpark. Det finns skogsområden i anslutning till skolans område. Det finns goda möjligheter att bedriva stora delar undervisningen utomhus.
2. Konstruera en permanent rörelsebana på skolgården. Vi ser att eleverna lockas av hinderbanor och andra utmarkerade banor.
3. Öka kompetensen. Vi ser ett behov av att öka kompetensen och medvetenhet om rörelsens betydelse för inläring hos all personal på skolan.

Rektor Jannica Andreasson