

Bevægelsespolitik Søndre Skole

Bevægelse i skoletiden skal bidrage til elevernes faglige udvikling, trivsel og sundhed og samtidigt understøtte fællesskabet og bidrage til en varieret skoledag.

Eleverne skal opleve bevægelse som en naturlig del af skolens og SFO'ens hverdag.

Pædagogiske bevægelsesaktiviteter foregår integreret i al undervisning som en del af den faglige undervisning eller som en selvstændig fysisk aktivitet. Aktiviteterne behøves ikke nødvendigvis at være med høj fysisk intensitet, men kan også være brainbreaks, sociale øvelser, kognitive træningsøvelser mv.

Initiativer, der pt understøtter bevægelsespolitikken

- **Lektioner i løbet af skoledagen, hvor der er afsat ekstra 5 min., som anvendes til bevægelse**
- **Børnene i SFO'en har "udetid", når de møder ind**
- **Bevægelseskoordinator**
- **Uddannede medarbejdere (Krop og kompetencer)**
- **Uddannelse af idrætslærere (Krop og kompetencer)**
- **På 4.+5.+6. årgang er der 3-4 idrætslektioner om ugen**
- **SFO'en benytter skolens gymnastiksal til boldspil og andre aktiviteter**
- **SFO'ens legeplads og udeområder indbyder til aktivitet**
- **Udbud af valgfag**
- **Legepatruljer**
- **"Andre dage" – idræts- og trivselsdage**
- **Åben Skole/ture på gåben eller cykel**

- **Opfordring til, at flest mulige elever går eller cykler til skole**

Bilag om baggrund og grundlag for bevægelse i skolen

Folkeskolereformen

Eleverne i folkeskolen skal bevæge sig i gennemsnitligt 45 minutter i løbet af hver skoledag. Det gælder for alle klassetrin.

Bevægelsen skal være med til at give børn og unge sundhed og trivsel, og det skal understøtte læring i skolens fag.

Alle former for bevægelse i skolen skal have et pædagogisk sigte.

Bevægelse kan indgå i undervisningen på flere måder:

- Lærerne kan lægge bevægelsessekvenser ind i fagundervisningen for at understøtte den faglige læring og træning. Det kan for eksempel være korte bevægelsesaktiviteter, hvor eleverne er fysisk aktive i løbet af undervisningstiden.
- Bevægelse kan være en del af den understøttende undervisning.
- Bevægelse kan foregå i samarbejde med det lokale foreningsliv, som for eksempel idrætsforeninger eller kulturföreninger, og strække sig over længere tid.

Bevægelse kan indgå i undervisningen på flere måder:

- Lærerne kan lægge bevægelsessekvenser ind i fagundervisningen for at understøtte den faglige læring og træning. Det kan for eksempel være korte bevægelsesaktiviteter, hvor eleverne er fysisk aktive i løbet af undervisningstiden.
- Bevægelse kan være en del af den understøttende undervisning.
- Bevægelse kan foregå i samarbejde med det lokale foreningsliv, som for eksempel idrætsforeninger eller kulturföreninger, og strække sig over længere tid.

(Undervisningsministeriets hjemmeside, Bevægelse)

Forskningen viser

- Mere og bedre bevægelse i løbet af skoledagen har positive effekter på elevernes læringsforudsætninger såvel som på elevernes faglige resultater, trivsel og alsidige udvikling
- Selv bevægelse i mindre omfang, fx kortere bevægelsesøvelser indlagt i løbet af skoledagen, har stor effekt på elevernes almene velvære og faglige udvikling

(Forskningsbaseret viden om varieret læring, udeskole, bevægelse og lektiehjælp, Rambøll m.fl.)

Søndre Skoles vision (uddrag)

- Søndre Skole skal være et sted, hvor elever hver dag bliver udfordret og derved får de bedste betingelser for at tilegne sig faglige, sociale og personlige kompetencer
- God trivsel og høj faglighed skal føre til, at alle kan gennemføre en ungdomsuddannelse

Februar 2021 / SR