

Ikast Nordre Skoles Sundhedsprofil

et dobbelt K-R-A-M

Sundhed	Psykisk robusthed
<p style="text-align: center;"><u>Kost</u></p> <p>Sund og varieret mad betyder meget for børns trivsel og sundhed og giver både overskud og modstandskraft, både i forhold til den enkeltes koncentration og evne til at lære og til det at indgå venskaber og håndtere problemer og konflikter.</p> <p>På Ikast Nordre Skole sætter vi fokus på dette ved at være i dialog med forældre og børn og lære børnene om sund og varieret mad og ved at have en spisekultur på skolen, hvor der er ro og tid, så både mad og måltid bliver værdsat. Muligheden for sunde pauser er netop begrundelsen for, at vores udskolingselever siden sommeren 2010 skal tilbringe midt-dagspausen på skolen, og dermed ikke fristes af fx tobak og usunde måltider.</p> <p style="text-align: center;">Nuværende status</p> <ul style="list-style-type: none"> • Et varieret kostudvalg i skolens bod tilstræbes ud fra et fokus på næring og energi. • Mælkeordning. • Frugtordning. • Frisk koldt vand i SFO-ens pauser. • Voksne er til stede og spiser sammen med børnene i starten af den store pause. • Sundhedsplejersken inddrages i undervisningen om sund kost. • Indsatser om kost og bevægelse sammenkædes i både skole og SFO. • Praksis og indhold i hjemkundskabsundervisningen kvalitetssikres. • Afholde tema-uger/dage, hvor der fokuseres på sammenhængen mellem sund kost og trivsel. • Skolesundhedsplejen, skole og SFO laver en udvidet indsats i forhold til særligt kraftige børn og unge. • Initiativer med nationale og lokale kampanjer, som feks. Skolernes Idrætsdag støttes og kombineres med fokus på den sunde kosts betydning for trivsel. • Frugt ved foredrag mm. <p style="text-align: center;">Visioner</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koldt drikkevand er tilgængeligt hele dagen. • Uddeling af frugt og koldt drikkevand ved fælles kommunale idrætsdage. 	<p style="text-align: center;"><u>Kompetencer</u></p> <p>Grundlaget i vores arbejde er skolens formulerede mission: Nordres vigtigste opgave er, i samarbejde med forældrene, at udvikle børnene fagligt og socialt og gøre dem til hele mennesker, der trives og kan bidrage positivt til samfundets videre udvikling.</p> <p>Implementeringen af denne mission hviler på vores værdigrundlag, hvorfor vore værdier er indsat med kursiv i Sundhedsprofilen.</p> <p>Skolens brugere er fælles forpligtet på, at værdiregelsættets dele (værdigrundlag, forventningsoversigt, retningslinjer og principper) er levende og medvirker til, at skolen når sin mission og er et godt sted at være for alle.</p> <p>Værdierne tages til stadighed op til overvejelse, særligt i forbindelse med vores årlige værdidage i skolens afdelinger. Her arbejder børn og voksne sammen om at fortolke og levedegøre værdierne. Værdidagenes konkrete udkomme, fx i form af kreative produkter, tænkes at være tydelige på skolen og så vidt muligt på hjemmesiden.</p> <p>Udstillinger og fremlæggelser af værdiarbejdet kan med fordel tænkes ind i arrangementer med forældredeltagelse.</p> <p>Vi ønsker at medvirke til, at børnene på Nordre Skole bliver børn med selvværd, empati og handlekraft. Vi ønsker en kultur på skolen, hvor vi møder hinanden med venlighed og respekt for det, vi er - og den forskellighed, vi også er. I dette arbejde er vores værdier ansvar, respekt og omsorg helt centrale, lige som vores værdigrundlag er ryggraden i vores holdning og tilgang til arbejdet og til hinanden.</p> <p style="text-align: center;">Ildhu</p> <p style="text-align: center;"><i>-Børn og voksne er engagerede i hinanden menneskeligt og fagligt.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>-Vi er koncentrerede om vores opgave og giver plads til gnisten.</i></p> <p style="text-align: center;">Kreativitet</p> <p style="text-align: center;"><i>-Vi opmuntrer hinanden til at være nysgerrige og undrende og støtter op om nye ideer.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>-Vi ser engagerede børn og voksne, der er åbne og anerkendende overfor nytænkning.</i></p>
<p style="text-align: center;"><u>Rygning</u></p> <p>Skolens egne rygeregler er i kraft af forandret lovgivning pr. august 2012 blevet til et rygeforbud for både ansatte, forældre og elever på skolens matrikel.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Relationer</u></p> <p>Værdigrundlaget er fundamentet for vores relationelle arbejde:</p> <p style="text-align: center;">Omsorg</p>

	<p>-Vi tager vare på hinanden, så alle trives og er trygge. -Vi hjælpes ad og tager hensyn til hinandens styrker og svagheder.</p> <p>Ansvar -Vi tager ansvar – vi giver ansvar – vi får ansvar – vi har ansvar. -Vi oplever en hverdag, hvor vi tager ansvar for hinanden og vores omgivelser.</p> <p>Værdiregelsættet beskriver, hvordan skolens parter samarbejder om dette arbejde i praksis.</p>
<p style="text-align: center;"><u>Alkohol</u></p> <p>Alkohol, rygning, rusmidler m.v.: Vi er på de relevante klassetrin i dialog med børn og forældre om brug og misbrug, bevæggrunde, skadevirkninger og de valg, vi har i livet.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Accept</u></p> <p style="text-align: center;">Mangfoldighed</p> <p>-Vi ser det positive i, at vi er forskellige og kan forskellige ting. -Vi ser trykke børn og voksne, som tør og trives.</p> <p style="text-align: center;">Respekt</p> <p>-Vi værdsætter hinanden og viser gensidig tillid og åbenhed. -Vi udviser tolerance og bakker hinanden op.</p> <p>Ikast Nordre Skoles arbejde med at opnå trivsel og undgå mobning tager afsæt i vores værdigrundlag, vores forventningsoversigter for god adfærd og vores trivselspolitik. Dette beskrives yderligere i Værdiregelsættet i afsnittet om trivsel og mobning.</p>
<p style="text-align: center;"><u>Motion</u></p> <p>Det at bruge kroppen, bevæge sig og få pulsen op betyder ligeledes meget for børns trivsel og selvværd. Bevægelse skal indgå mest muligt i undervisning og i skolens og SFO-ens øvrige gøremål. Også her er dialogen med børn og forældre, om betydningen af at få kroppen med, helt central.</p> <p style="text-align: center;">Nuværende status</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ekstra idrætsundervisning på 6. årgang. • Ekstra og alternativ idræt på 8. og 9. årgang. • Motionsbånd i perioder. • Deltagelse i nationale og lokale kampagner. Fx: Skolernes motionsløb, fælles kommunale idrætsdage, Alle børn cykler mm. • Ekstra opmærksomhed på motorik og motorikkurser i indskolingen. • SFO-tilbud hvor motion og udeliv er i fokus. • Mange aktivitetsmuligheder udenfor: Multibane, udegrube, cykelbane, legeplads, forhindringsbane mm. • Motionsprojekter i SFO-en. • I forbindelse med ekskursioner, udflugter og lejre cykles der, når det er muligt. • Sikre variation i udbuddet af fysisk udfordrende aktiviteter, så alle børn uanset motoriske evner tilgodeses. • Fastholdelse af svømmeundervisning i skolen og svømme-tilbud i SFO-en. 	<p style="text-align: center;"><u>Mestring</u></p> <p style="text-align: center;">Livsmød</p> <p>-Vi tror på vores evner og vores værd, og vi har lyst til livet og til at lære. -Vi er engagerede og nysgerrige og sætter os hele tiden nye mål for at gøre en forskel.</p> <p style="text-align: center;">Glæde/humor</p> <p>-Vi bruger glæden til at lykkes, og humoren er vigtig for os, når vi er sammen, og når vi lærer. -Vi ser smil og latter, fordi hverdagen er varieret og meningsfyldt, og fordi vi er gode rollemodeller for hinanden.</p> <p>Ikast Nordre Skole bruger sine forventningsoversigter, der koncentrerer sig om værdierne Respekt, Ansvar og Omsorg. Forventningsoversigten udtrykker vores forventninger på skolens forskellige områder, og forventningerne trænes med børnene løbende, og når det skønnes nødvendigt.</p> <p>Ikast Nordre Skole har ikke skoleomfattende ordensregler ud over forventningsoversigt, retningslinjer fra MED og principper fra Skolebestyrelsen. Vi baserer hverdagen på sund fornuft og løbende aftaler blandt voksne og børn.</p> <p>Vi arbejder løbende med PALS-forventningsoversigten.</p> <p>Vi sætter særligt fokus på værdierne på værdidage, hvor børn og voksne arbejder med at fortolke og levendegøre værdier-</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Der samarbejdes med den lokale idrætsskole ved fælles kommunale idrætsdage. • Elevernes fysiske kompetencer og interesse for at deltage i leg og bevægelse inddrages ved fx elev – og forældresamtaler i førskole og indskoling. • Eleverne opfordres til udendørs fysiske aktiviteter og aktive fritidstilbud. • De mindste børn i SFO-en er sikret udendørs aktiviteter. • Udedage og egne shelters til fri afbenyttelse. <p style="text-align: center;">Visioner</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arrangementer/temaaftener for forældre, elever og medarbejdere om kroppen og fysisk aktivitets betydning for læring og trivsel. • Rammer og organisering støtter barnets motivation for bevægelse. • Bevægelse tænkes ind i mest mulig undervisning og aktiviteter i undervisningsdelen og SFO-en. Især bør der være opmærksomhed på at bevægelseslysten fortsætter op igennem alle aldersgrupper i de forskellige fløje og afdelinger. • Bevægelse bør tænkes ind i alle fremtidige bygge og ændringsprojekter. • Organiseringen bør tilskynde til faste bevægelsesaktiviteter. • Der tages stilling til de alternative muligheder i forhold til de meget kraftige børn og unge. 	<p>ne.</p> <p>Vi udfører og evaluerer Trivselsundersøgelsen hvert tredje år, som efterfølgende behandles i personalet og i klasserne.</p> <p style="text-align: center;">Hygiejne/sygdomsbekæmpelse</p> <ul style="list-style-type: none"> • Børnene deltager i oprydning og rengøring i klasser og i SFO-en. • Sæbe/sprit automater og papirhåndklæder er indført. • Skolen har retningslinjer for orden og ryddelighed. <p style="text-align: center;">Andre politikker og handleplaner</p> <p>Vores Sundhedsprofil har sammenhæng med flere andre vigtige aspekter, som beskrives i skolens værdiregelsæt, der indeholder såvel værdigrundlag som regelsæt og trivselspolitik.</p> <p>Vores Sundhedsprofil understøttes desuden af skolens arbejde med løbende arbejdspladsvurderinger (APV) og undervisningsmiljøundersøgelser; og skolens uddannede AKT-personale er centrale figurer i et kontinuerligt fokus på den sociale velvære og trivsel. Dette arbejde har igen tæt sammenhæng med PALS, hvor fokus på mestring og social kompetence er helt centralt og tager udgangspunkt i de centrale værdier Ansvar, respekt og omsorg.</p>
---	---

Vedtaget i SB og MED marts 2013