

HØJELSE SKOLE

11. PRINCIP FOR SUNDHED

Vi ved, at der er en sammenhæng mellem læring, trivsel og sundhed. Det er derfor i alles interesse, at der ydes en fælles indsats for at fremme børns sundhed.

Både forældre og lærere er vigtige rollemodeller for børnene, og derfor har både skolen og forældre et ansvar i forhold til, at børnene skal lære om sundhed og tilegne sig sunde vaner.

Vi er opmærksomme på, at der er mange holdninger til sundhed, og at spørgsmålet ofte deler vandene. Der skal være plads til en bred forståelse af sundhed.

Undervisningens indhold

Eleverne skal have mulighed for at stifte bekendtskab med sund kost og mange forskellige idræts- og bevægelsesformer i undervisningen. Hvor det er muligt integreres aspekter af sundhed i undervisningen.

Motion og bevægelse

Eleverne skal tilskyndes til at bevæge sig i frikvarterer og efter skoletid. Skolen stiller udendørsfaciliteter og lege/bevægelsesredskaber til rådighed, så eleverne kan udfolde sig fysisk både før, under og efter skoletid.

Eleverne skal tilskyndes til at cykle eller gå til/fra skole. Skolen sørger for, at der er gode cykelparkeringsmuligheder.

Mad og drikke

Der skal være adgang til friskt, koldt vand mange steder på skolens område. Det skal tilstræbes at mad og drikke kan fortæres i appetitlige omgivelser.

Det tilskyndes, at børnene hjemmefra har en sund madpakke med, som ikke indeholder slik, kage og sukkerholdige drikke. Det tilstræbes at de samme principper gælder ved salg fra en eventuel skolebod.

Det anbefales, at der i klasserne tænkes i sunde alternativer til den traditionelle "kageordning", og at det legitimeres, at uddeling til fødselsdage ikke behøver at være kage og slik.

Det tilskyndes, at der fra skolens side tænkes i alternativer til slik og kage, når der udskrives konkurrencer og udloddes gevinster mm

Revideret i skolebestyrelsen d. 7/3 2017