

## Princip for sundhed på Bredagerskolen

### Formål

Bredagerskolen har fokus på elevernes sundhed og trivsel og arbejder ud fra et bredt og positivt sundhedsbegreb.

Sundhed på Bredagerskolen læner sig op af Vejle Kommunes sundhedspolitik 2016 - 2024.

- Tidlig investering i sundhed
- Lige muligheder for et sundt liv
- Frihed til at leve det liv, vi gerne vil

### Mål

Bredagerskolens fokus på sundhed har til hensigt at understøtte elevernes evne til at træffe sunde valg.

Det er et mål at der er fokus på sundhed i forbindelse med:

- Bevægelse
- Mad og måltider
- Trivsel

De tre områder er nærmere beskrevet nedenfor.

### Skolens ansvar

- Det er skolens ansvar at fremme en sundhedskultur og tilrettelægge en skoledag, der giver gode rammer for, at sundhed implementeres i alle dele af skoledagen.
- Det kan ske gennem undervisning og aktiviteter, der kan bidrage til, at eleverne opnår kendskab til viden og handling om sundhed og trivsel. Herigennem udvikles engagement, lyst og mod til deltagelse i fællesskabet.
- Det er skolens ansvar at skolens faciliteter inspirerer til at eleverne træffer sunde valg.

### Forældrenes ansvar

- Det er forældrenes ansvar at interessere sig for området og derigennem støtte op om skolens fokus på et bredt og positivt sundhedsbegreb.
- Det er forældrenes ansvar at eleverne møder klar til skoledagen, og på den måde støtter op om bevægelse, mad og måltider samt trivsel.

Forældre understøtter skolens fokus på, at elever udvikler sunde vaner både i skolen og i fritiden.



## Bevægelse på Bredagerskolen

### Formål:

Bevægelse skal skabe gode rammer for elevernes sundhed, trivsel og faglige udvikling.

### Mål:

Bevægelse har til hensigt at skabe motivation, elevinddragelse og variation i hele skoledagen.

Bevægelse indgår som en del af planlægning af undervisning, der kan understøtte elevernes læring og sundhed.

Det er et mål (jf. Undervisningsministeriets bevægelseskulturmodel, se bilag), at der er fokus på bevægelse i forbindelse med:

- Bevægelse integreret i undervisningen
- Aktive pauser
- Idrætsundervisningen
- Skolens faciliteter
- Åben skole
- Aktiv transport til og fra skole

### Skolens ansvar:

- at fremme bevægelseskulturen og tilrettelægge en skoledag, der giver gode rammer for, at bevægelse er en del af hele skoledagen.
- at skolens faciliteter indbyder til leg og aktivitet.

Skolen indgår i samarbejde med lokalsamfundet, der inspirerer og bidrager til bevægelse.

### Forældrenes ansvar:

- at støtter op om skolens bevægelsesaktiviteter og interessere sig for området.
- at understøtte skolens bevægelsesaktiviteter som fx. udefrikvarter, bevægelsesbånd, bevægelse integreret i undervisningen, motionsdag mm.

Forældre har fokus på, at eleverne også i fritiden opøver gode bevægelsesvaner og i forbindelse med transport til og fra skole.



## Mad og måltider på Bredagerskolen

### Formål:

Bredagerskolen har fokus på mad og måltidsoplevelser, som en del af elevernes sundhed og trivsel og skolen arbejder ud fra et bredt og positivt sundhedsbegreb (jf. bilag 1)

Mad og måltidsoplevelser på Bredagerskolen læner sig op ad Vejle kommunes sundhedspolitik 2016 - 2024.

- Tidlig investering i sundhed
- Lige muligheder for et sundt liv
- Frihed til at leve det liv, vi gerne vil

### Mål:

Bredagerskolens fokus på mad og elevernes måltidsoplevelser har til hensigt at understøtte oplevelsen af, at være en del af fællesskabet. Det er et mål, at der er fokus på mad og måltidsoplevelser i forbindelse med:

- Pauser
- Madkundskab, sundhedsundervisning, valgfag og anden undervisning
- SFO I og II

### Skolens ansvar:

- at fremme en fællesskabende kultur omkring mad og måltidsoplevelser.
- at skabe miljøer ude og inde, der understøtter elevernes lyst og mulighed for at spise i løbet af hele dagen. Ex at skolen har en kantine Folkvang, hvor der kan købes mad. Skoledagen tilrettelægges således, at der skabes tid og mulighed for gode rutiner i forhold til spisning.
- at der, på alle klassetrin, jævnligt samtales om mad, madoplevelser og sunde valg.
- at eleverne undervises i faget madkundskab og andre relaterede fag og emner som omhandler mad, smag, sundhed, fødevarer, madlavning og måltider jf. fagformålet for madkundskab.
- at den mad der serveres i SFO I og II er sund, varieret og spændende. Læs mere i retningslinjerne for Folkvang og SFO I og II.

### Forældrenes ansvar:

- at eleverne understøttes i og trives med at have et naturligt forhold til mad og måltidsoplevelser i og uden for skolen.
- at eleverne møder klar til skoledagen, og har madpakke med eller kan benytte skolens kantine.

Forældre understøtter skolens fokus på, at elever udvikler sunde vaner i forhold til mad og måltidsoplevelser både i skolen og i fritiden.



# BREDAGERSKOLEN

Bredager 26 A  
7300 Jelling  
Tlf. 76 81 41 00  
Fax 76 81 41 09  
E-mail: [bredagerskolen@vejle.dk](mailto:bredagerskolen@vejle.dk)  
[www.bredagerskolen.dk](http://www.bredagerskolen.dk)

## Trivsel på Bredagerskolen

Formål:

Mål:

Skolens ansvar:

Forældrenes ansvar:

Vedtaget i skolebestyrelsen d. 16/5 2018



## Bilag 1: Det brede og positive sundhedsbegreb

	Fravær af sygdom	Fravær af sygdom + livskvalitet / trivsel
Livsstil	1	2
Livsstil + levevilkår	3	4

Figur 4. Fire forskellige sundhedsregler

Der er forskellige opfattelser af, hvad sundhed er, og hvad der påvirker sundhed. I den kritiske sundhedspædagogiske tilgang, der ligger til grund for Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familieundervisning, tages udgangspunkt i et bredt og positivt sundhedsbegreb.

- Sundhedsbegrebet kaldes **bredt**, fordi både livsstil og levevilkår har betydning for sundheden. Livsstil er den måde, vi lever på. Levevilkår er de rammer, det omgivende miljø og samfund giver os at vælge indenfor. Livsstil og levevilkår indvirker på hinanden.
- Sundhedsbegrebet kaldes **positivt**, fordi sundhed ikke kun handler om fravær af sygdom. Det er også et spørgsmål om livskvalitet og velvære, både fysisk, psykisk og socialt.

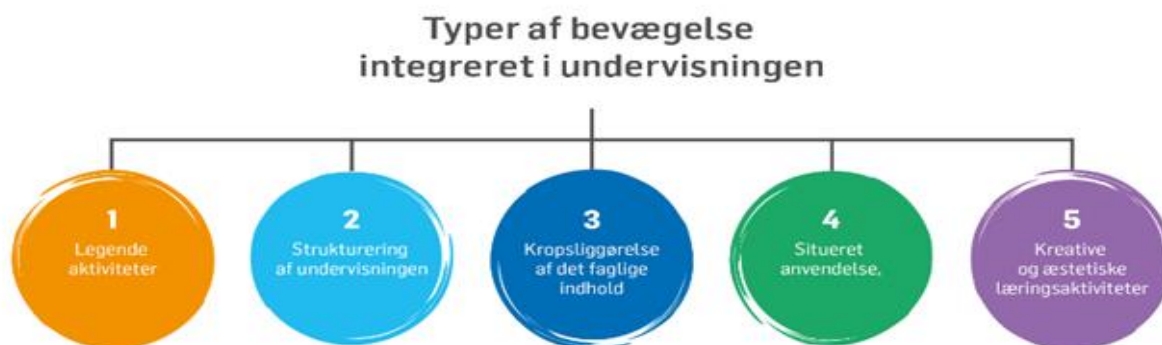
Sundhed opfattes dermed i denne sammenhæng som et fænomen, hvor sundhedsmæssige forandringer både kan rettes imod individuel livsstil og kulturelle, sociale og samfundsmæssige levevilkår, og som både indeholder trivsel og livskvalitet samt fravær af sygdom. Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familieundervisning afspejler dette syn på sundhed i det konkrete kompetencemål samt færdigheds- og vidensmål på alle klassetrin.

Læs mere i Vejle kommunes sundhedspolitik:

<https://www.vejle.dk/media/4058/folder-vejle-vil-livet-sundhedspolitik-2016-2024.pdf>



## Bilag 2: Vedrørende bevægelse



### 1. Legende aktiviteter

Den første kategori er kendetegnet ved legeaktiviteter, der omhandler et fagligt indhold. De legende aktiviteter er især velegnede til at arbejde med konkrete færdighedsmæssige sider af fagene, hvor eleverne får mulighed for at repetere og 'træne' det faglige indhold.

### 2. Strukturering af undervisningen

Den anden kategori omhandler, hvorledes man strukturerer undervisningen, så eleverne kommer op fra stole, og hvor man tager rummet i brug i organiseringen af arbejdet med det faglige indhold, uden man inddrager det legende aspekt som i den første kategori. Det kan fx være nye, aktive måder at organisere gruppearbejde og klassedrøftelser på.

### 3. Kropsliggøre det faglige indhold

Den tredje kategori omhandler aktiviteter, hvor eleverne direkte 'kropsliggør' det faglige indhold, der fx er blevet læst om og arbejdet med i fagene. Fælles for denne kategori er, at de kropslige erfaringer med det faglige indhold gør, at eleverne efterfølgende har bedre muligheder for at huske den-ne viden, da kroppen og flere



sanser er bragt i spil læreprocessen.

## 4. Situeret anvendelse

Den fjerde kategori omhandler bevægelsesaktiviteter, hvor eleverne, som et supplement til at arbejde med det faglige indhold ved skrivebordet, i stedet arbejder med fagenes indhold anvendelsesorienteret i den 'rette' kontekst eller situation. Her er der fokus på at bringe elevernes færdigheder og viden i spil på nye måder, hvor de praktiske situationer uden for klasselokalet danner grundlag for elevernes tilegnelse af ny, meningsfuld viden. Her åbnes der for arbejdsformer, der både kan være problembaseret og projektorienteret og som inddrager naturen, friluftaktiviteter og nærområdet.

## 5. Kreative og æstetiske læringsaktiviteter

Den femte kategori omhandler bevægelsesaktiviteter, som har et særligt fokus på den kreative, æstetiske og skabende dimension. Her arbejdes der med det faglige indhold på anderledes og kreative måder i form af teater, musiske og ekspressive aktiviteter.

Det kan fx være i danskundervisningen, hvor eleverne laver et lille teaterstykke, der omhandler en alternativ slutning på et eventyr, som klassen har arbejdet med. Her udfordres eleverne fx til at analysere, fortolke og kropsliggøre H.C. Andersens eventyrfigurer på nye, ekspressive måder.

Hver afdeling udarbejder retningslinjer ud fra følgende stikord:

- Legende aktiviteter
- Strukturering af undervisningen
- Kropsliggøre det faglige indhold
- Situeret anvendelse
- Kreative og æstetiske læringsaktiviteter



## Bilag 3: Diverse kostanbefalinger

Vejle kommunes sundhedspolitik 2016 - 24. <https://www.vejle.dk/media/4058/folder-vejle-vil-livet-sundhedspolitik-2016-2024.pdf>

<http://altomkost.dk/deofficielleanbefalingertilensundlivsstil/kommuner-skoler-og-institutioner/skoler/>

<http://altomkost.dk/deofficielleanbefalingertilensundlivsstil/kommuner-skoler-og-institutioner/skoler/politik-principper-og-handleplaner/hvad-indeholder-principper-og-handleplaner/>

