ÅLESUND KOMMUNE

«Lekepatruljen» og «lek på strek»

Helhetlig tenking

Spjelkavik barneskole setter kosthold i sammenheng med fysisk aktivitet, og har dette som prioritert satsingsområde på lik linje med norsk.

Bevegelse er viktig, og uteliv er sunt. Hvis maten er riktig, så løper livet rundt.

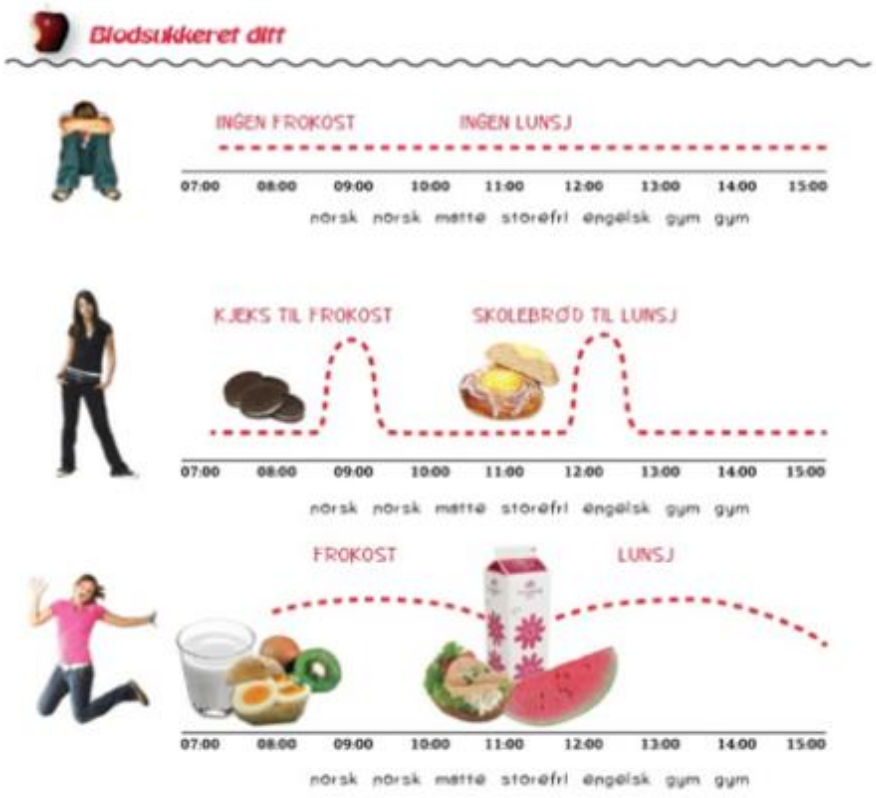
Lekepatruljen
Ålesund

Gratis frokostklubb

Barna får grovt, hjemmebakt brød med sunt pålegg, frukt og grønnsaker og melk.

De får også tilbud om å smøre sin egen matpakke, samt muligheten til å komme innom i løpet av dagen hvis de blir sultne.

På frokostklubben blir elevene møtt av en voksenperson som tenner stearinlys og setter seg ned og prater med barna fra kl. 8.00 til 8.30.



Aktivitetsskolen (AKS/SFO)

Ca. 250 elever er på aktivitetsskolen hver ukedag.

Elevene får tre dager i uka et sunt brødmåltid med frukt og melk/vann. To dager i uka får de et varmt, sunt måltid.

Seks vanndispensere fordelt rundt om på skolen.

Lekepatruljen

Lekepatruljeledere:

- To jenter og to gutter fra hver 4.-7. klasse
- ½ - 1 år hver
- Over 50 000 timer med frivillig «arbeid» per år bare i Ålesund! ☺

GjensidigeStiftelsen
GAVESJEKK KR 375.000.-
Lekepatruljen
Oslo
1.3.2016

- En koordinator på hver skole (lærer eller inspektør) som har det overordnede ansvaret.
- Kurs for Lekepatruljelederne hvert halvår.

Forebygger mobbing, bedrer samhold og fører til mer aktivitet (dokumentert i evalueringen).

- 60 % av all mobbing skjer i skolegården.
- De som er aktive mobber mindre enn de som kjeder seg.

- Positive effekter er også dokumentert for psykisk helse, læringsmiljø og læringsutbytte.

FESER

ORIGINALS
adidas

CB

Og enda er det mange flere aktiviteter…

- Et mangfold av aktiviteter – bare fantasien setter grenser. Ca. 25 aktiviteter presenteres på hvert kurs.

- Alle skal finne minst én aktivitet de <u>liker og mestrer</u>! ☺

Følgende kommuner er med:

- Ålesund
- Sula
- Giske
- Haram
- Skodje
- Ørsta
- Ulstein
- Vanylven
- Eid
- Rindal
- Sykkylven
- Stranda
- Nordfjordeid
- Åndalsnes
- Norddal, Hareid, Molde og Kristiansund ønsker kurs.

Gjensidigestiftelsen

- Gratis kurs
- Gratis utstyrspakke
- Gratis lekepatruljevester

Lek på strek

Formål: Fremme fysisk aktivitet, forebygge mobbing og fremme læring og mestring blant elever i barneskolen ved å skape inspirerende utearealer ved hjelp av oppstrekinger i skolegården.

Oppstrekingene er lette å tegne opp og skal gi skolene mulighet for å igangsette nye og morsomme leker.

Kan implementeres i de fleste fag, men først og fremst matte, norsk og kroppsøving.

Utstyr

Hva trengs?

- Brukermanual
- Sjablonger
- Maling
- Utstyrspakke

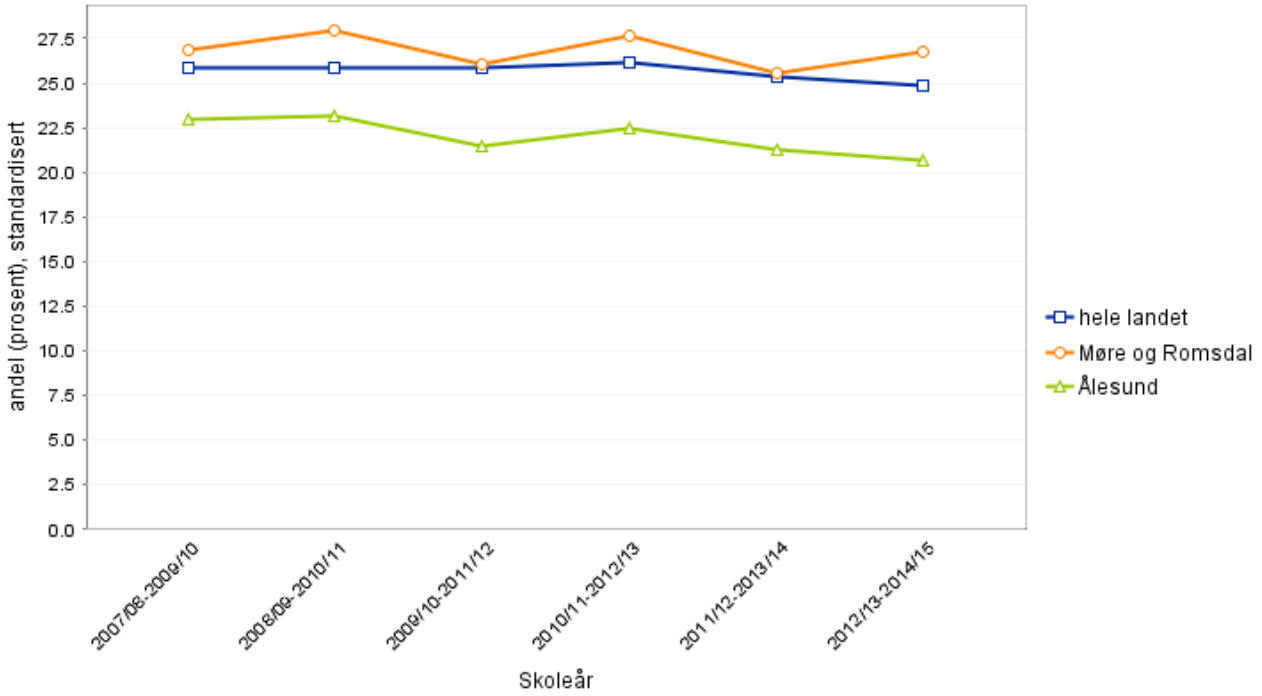
(www.JiSport.no)

Høgskolelektor Elisabeth Innselset ved Høgskolen i Volda:

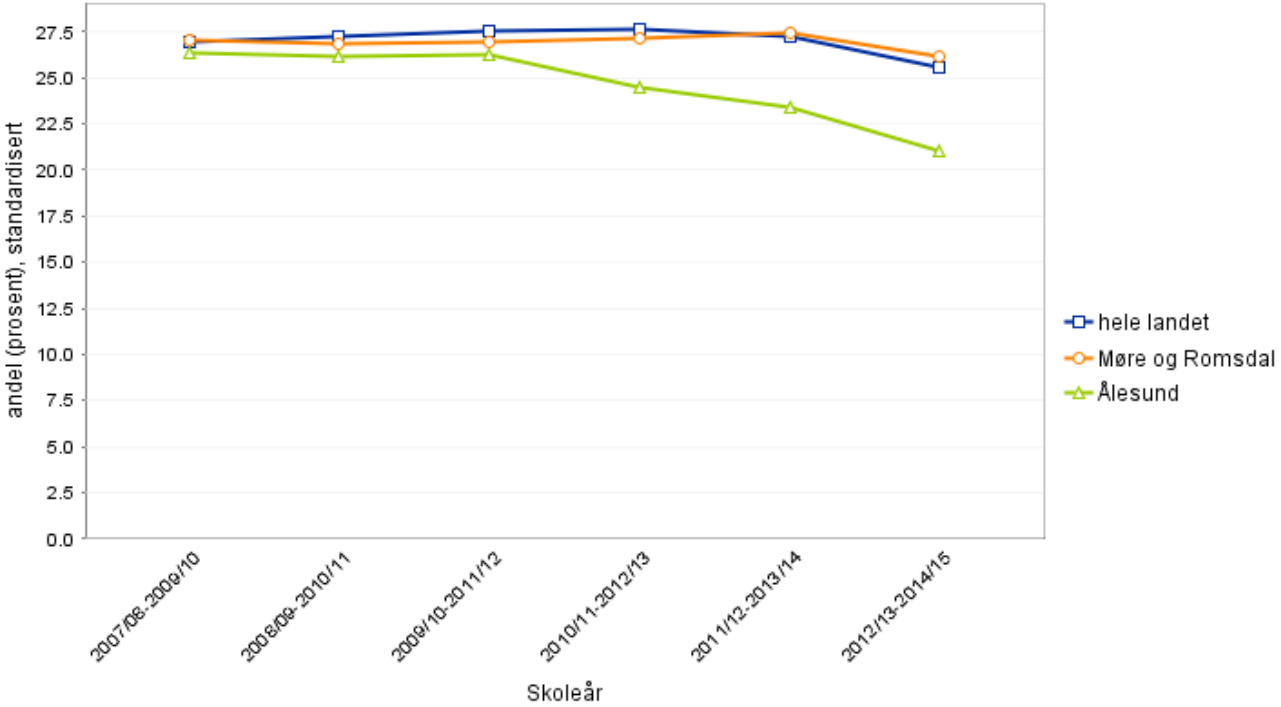
«Man kan anta at økt fysisk aktivitet fører til økt trivsel, bedre læringsmiljø, gode skolefaglige prestasjoner og sosial kompetanse.»

«Skolen er en arena som når alle barn og unge, også de som ikke finner sin plass i idrettslagene, og det er en sentral arena i arbeidet med å skape bevegelsesglede, gode aktivitetsvaner og jevne ut sosiale forskjeller i levevaner og helse.

Laveste nivå – leseferdigheter 5. trinn



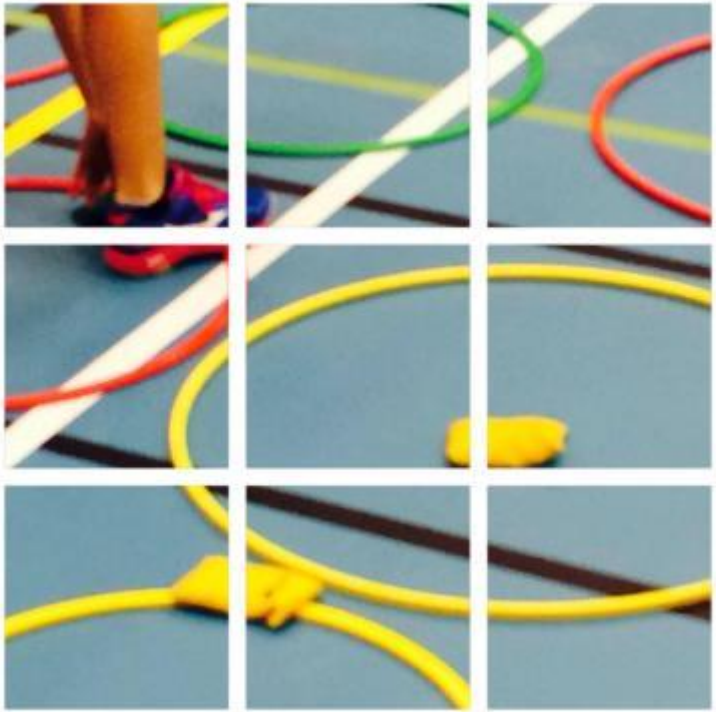
Laveste nivå – regneferdigheter 5. trinn



Det man virkelig vil får vi ofte til… Men vi må samarbeide og løfte i flokk!

Glede i bevegelse

En interesseorganisasjon som jobber for å fremme fysisk aktivitet og sunt kosthold.

Kan holde kurs i din kommune. ☺

Kontakt oss gjerne via Facebook.