

Status på 45 minutters bevægelse om dagen

Vibeholmskolen

Spørgsmål	Skolens svar
Organisering: Hvordan har skolen organiseret bevægelsesaktiviteterne?	<p>Bevægelsesaktiviteterne er ikke lagt som et fast bånd, men er aktiviteter der integreres i forbindelse med undervisningen aftalt mellem lærerne og pædagogerne på de forskellige årgange.</p> <p>Der afholdes et ugentligt skemalagt årgangsteamøde, hvor det aftales, hvordan og hvor de planlagte bevægelsesaktiviteter skal ligge og hvordan de gribes an på en ny måde. Jf. formål for arbejdet i de selvstyrende teams på Vibeholmskolen.</p>
Ansvar: Hvem har ansvaret for at det sker?	Hele årgangsteamet.
Aktiviteter: Hvilke aktiviteter gennemfører skolen?	<p>Vi laver læringsaktiviteter med bevægelse. F.eks Cooperative Learning, Quiz og byt, QR-scannerløb med opgaver undervejs, forskellige lege, mange klasser deltager i "Aktiv rundt" i 4 uger. der bliver lavet pausegymnastik og "Hentediktat/hentematematikopgaver".</p> <p>Vi har indført permanent udeordning og der er sørget for flere gårdvagter, hvor pædagogerne sørger for at sætte gang i forskellige lege og aktiviteter. Vi har samtidig legepatruljer i frikvartererne.</p>
Opfølgning: Hvordan har I som ledelse sikret, at der bliver fulgt op?	<p>Vi, ledelsen, deltager i minimum 2 årgangsteamøder om året og indkalder til teamudviklingsmøder 1 gang om året. På disse møder spørges ind til arbejdet med bevægelsesaktiviteterne.</p>
Evt. øvrige kommentarer	Idræt og svømning tælles med, når den samlede bevægelsestid gøres op.

Ishøj Skole

Spørgsmål	Skolens svar
<p>Organisering: Hvordan har skolen organiseret bevægelsesaktiviteterne?</p>	<p>Det er ude i de enkelte selvstyrende afdelingsteams og klasser der arbejdes med bevægelse i undervisningen. Det debatteres på afdelingsteamsene, hvor også en ledelsesrepræsentant deltager.</p> <p>Vi har haft lærere og pædagog på et kursus i foråret og de skal igen til november, i hvordan bevægelse i undervisningen kan udmøntes i bl.a. de enkelte fag. De har i den forbindelse lavet et inspirationskatalog og materiale til lærere og pædagoger til brug for bevægelse i undervisningen.</p> <p>I fire ud af fem de fem store frikvarterer organiseres der af sfo-pædagoger læringsaktiviteter hvor der indgår bevægelse. Dette er et frivilligt tilbud til alle skolens elever. Det er mest elever op til 5./6. klasse der benytter sig af det, og der er en del elever der benytter sig af det.</p>
<p>Ansvar: Hvem har ansvaret for at det sker?</p>	<p>Det er klasseteams og de enkelte lærere der har ansvaret for at det gennemføres. Der er bevægelse i undervisningen. Det er dog kommet frem ved afdelingsmøderne, at bevægelse i undervisningen nogle fag er en svær størrelse. Derfor igangsætter vi en proces om dette. Se nedenfor.</p>
<p>Aktiviteter: Hvilke aktiviteter gennemfører skolen?</p>	<p>Der er bevægelsesaktiviteter gennem Cooperativ Learning, legeaktiviteter m.m.</p> <p>Som nævnt er der for nogle fags vedkommende en svær størrelse at have "fagrelaterede bevægelse". Ikke så meget dansk, matematik og selvfølgelig ikke bevægelsesfagene, men mere f.eks. geografi.</p> <p>Derfor igangsætter vi en proces fra ledelsens side på det kommende personalemøde, hvor der skal genereres ideer til dette område. Samtidig bliver lærerne forpligtet på at udføre nogle af de ideer (store som små), og det følges der op på, på et afdelingsmøde hvor en repræsentant fra ledelsen deltager. Afdelingsmødets hensigt er dels for at følge op og dels for at give hinanden den gode historie og ideer.</p> <p>Efterfølgende skal der arbejdes videre med dette. Dette gøres bl.a. ved de lærere/pædagog der har været på kursus. Dette gøres bl.a. ved eksemplariske eksempler.</p>
<p>Opfølgning: Hvordan har I som ledelse sikret, at der bliver fulgt op?</p>	<p>Der følges op på afdelingsmøderne og drøftelser med lærerne/pædagogerne. Og så er der den proces vi iværksætter – se ovenfor.</p>
<p>Evt. øvrige kommentarer</p>	

Vejlebroskolen

Spørgsmål	Skolens svar
<p>Organisering: Hvordan har skolen organiseret bevægelsesaktiviteterne?</p>	<p>Vejlebroskolen er en profilskole med bevægelse. Skolen har derfor allerede inden den nye skolereform haft fokus på implementering af bevægelsesaktiviteter.</p> <p>Generelt er det for store dele af personalet, en samlet skolebestyrelse og ledelsens indtryk at vi er kommet et godt skridt videre. En væsentlig faktor er, at skolen har prioriteret at gå fra én bevægelseskoordinator til at have én i hver afdeling, et udbytterigt samarbejde med sfo'en samt at anvende tildelte profilpenge til indretning af fællesområder og indkøb af materialer.</p> <p>Det er et stort projekt, at skulle skabe en kultur hvor bevægelse er en naturlig del af al planlægning, og der er stor forskel på lærernes ståsted. Vi er på ingen måde færdige og kan se mange spændende udfordringer foran os. Blandt andet hvordan vi får kombineret de større krav til faglig indlæring med et større tidsforbrug på idræt og bevægelse. Vi mener at de to ting hænger fint sammen, men det kræver en omstilling.</p> <p>Vi har besluttet at bevægelse er et fast punkt på dagsordenen på alle møder, vi arbejder på at videndele vores oplevelser, og vores bevægelseskoordinators har fået til opgave at sætte ekstra skub på udviklingen samt afholde jævnlige møder med ledelsen.</p> <p>Vi arbejder efter en vision om at: Vejlebroskolens elever skal blive bedre til at tilegne sig faglige kompetencer. Lærere, pædagoger og ledelse skal derfor støtte eleverne i en processuel mental udvikling. Dette opnås bl.a. ved at benytte bevægelse i undervisningen som et middel til at styrke fagligheden, elevernes trivsel samt fællesskabet. Vi vil på den måde styrke elevernes almene sundhedstilstand, skabe en skole med færre konflikter, skabe gode relationer mellem eleverne og dermed få flere glade børn der er parate til at lære mere.</p> <p>Vi arbejder på at gøre idræt og bevægelse til en naturlig og integreret del af den daglige undervisning. Der er bl.a. perioder hvor skoledagen starter med at læse og løbe, og vi udnytter i stor stil vores udendørs faciliteter til forskellige bevægelseslege/øvelser.</p> <p>I forlængelse hertil er det en stor succes med skolens legepatrulje. Legepatruljen er et samarbejde mellem skole og sfo, og gør frikvartererne til et bevægelsesrum styret af elever med lærere og pædagoger som rammesættere. Derudover har vi (i sommerferien) udsmykket indskolingshuset med aktivitetsrelateret belægning (tal-blæksprutte, bogstavs-slange, taltavle, tavle med de 120 mest brugte ord m.m.).</p> <p>Derudover videreudvikler vi hele tiden skolens årshjul med</p>

bevægelsesaktiviteter.

Af aktiviteter på årshjulet kan nævnes:

- Motorisk screening af alle børnehaveklasselever
- Div. aktivitetsdage med faglig bevægelse i fokus
- "Vi cykler i skole"
- "Aktiv rundt i Danmark"
- X-antal Fokusuger med bevægelse
- Idrætsdag - hvor 8. klasserne arrangerer idrætsdag for mellemtrinnet
- Vi cykler til alle lokale aktiviteter
- Skolernes motionsdag
- Ekstra Bladets skolefodbold
- m.m

Vi ønsker:

- At skabe en bevægelseskultur der præger hele skolen og sfo
- At integrere fysisk aktivitet i undervisningen i alle fag, så bevægelse bliver en endnu større del af elevernes hverdag
- At idræt og bevægelse er væsentlige omdrejningspunkter for tilrettelæggelsen af skoleåret
- At fysisk aktivitet og bevægelse medtænkes i dagens og årets planlægning i de enkelte fag
- At skabe oplevelser med idræt og bevægelse, der positivt udfordrer den enkelte elev og fællesskabet
- At skabe en motorisk parathed til en skoledag i bevægelse
- Kvalitet i idrætsundervisningen
- Kvalitet i skolens idrætsarrangementer
- At være i konstant udvikling omkring bevægelsesprofilen

Skolens mål:

- linjefagsuddannede idrætslærere i alle klasser
- at alle elever fra 4.-8.kl deltager i min. ét sportsstævne pr. skoleår
- Mellemtrinnet og udskoling arrangerer egne stævner for skolen (senere også kommunalt)
- Afholdelse af Vejlebro Olympiade/Vejlebro Games (august)
- Indretning af et bevægelseslokale
- Elevstyret udlån af div. bevægelsesmaterialer i frikvartererne
- Bevægelse medtænkes i alle fokusuger
- Depoter med materialer/rekvisitter
- SFO Pædagog er inspirator for bevægelig undervisning i indskolingen
- Afholdelse af Vejlebro Camp (maj/juni) efter amerikansk model

I forhold til skolens ry og rekruttering, oplever vi at både nye

	<p>elever og forældre kender til vores profil, og at det har haft en betydning for valg af ny skole.</p>
<p>Ansvar: Hvem har ansvaret for at det sker?</p>	<p>Skolens aktører har indenfor hver deres ansvarsområde andel i at de planlagte aktiviteter føres "ud i livet".</p>
<p>Aktiviteter: Hvilke aktiviteter gennemfører skolen?</p>	<p><u>Bevægelse i indskolingen:</u> Vi arbejder i dette skoleår videre med tidligere aftalte tiltag, som har følgende mål:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Eleverne skal vænnes til at være mere aktive i undervisningen og til at være ude, som en naturlig del af skoledagen 2. Lærerne skal vidensdele deres ideer til, hvordan bevægelse kan indgå i den faglige undervisning. <p>I undervisningen kommer bevægelsen til udtryk på følgende tre måder:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bevægelse som afbræk 2. Træning af færdigheder 3. Udvikling/anvendelse af kompetencer <p>Konkrete bevægelsesaktiviteter:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cooperative Learningsøvelser, eksempelvis quiz og byt • Taltavler • Kast med skumterninger afgør aktivitet • Ordkort – makkerbyt • Sanglege i gården • Finde bogstaver i klassen • Lave bogstaver med kroppen • Hoppe ord og bogstaver • Ture i skoven • div. stafetter • staveløb • læseløb • rimstafet • twister • meditation • koordinationsøvelser <p><u>Bevægelse i mellemtrinnet</u> Vi arbejder i dette skoleår videre med tidligere aftalte tiltag, som har følgende mål:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Eleverne skal vænnes til at være mere aktive i undervisningen og til at være ude, som en naturlig del af skoledagen 2. Lærerne skal videndele deres ideer til, hvordan bevægelse kan indgå i den faglige undervisning. <p>I undervisningen kommer bevægelsen til udtryk på følgende tre</p>

måder:

1. Bevægelse som afbræk
2. Træning af færdigheder
3. Udvikling/anvendelse af kompetencer

Bevægelse i de enkelte klasser

Vi har aftalt at alle skal inddrage bevægelse i deres årsplaner. Derfor vil aktiviteterne variere fra klasse til klasse og fra fag til fag. F.eks. har 4. og 5. klasse udeordning i frikvarteret for at sikre, at alle kommer op af stolen, 4.A. har 10 min morgenbevægelse hver morgen og lign.

Vi holder hinanden op på aftalerne ved at tage bevægelse op på alle teammøder.

Svømning også for 6.kl. (for andet år i træk).

Bevægelse i udskolingen

Vi arbejder i dette skoleår videre med tidligere aftalte tiltag, som har følgende mål:

1. Eleverne skal vænnes til at være mere aktive i undervisningen og til at være ude, som en naturlig del af skoledagen
2. Lærerne skal videndele deres ideer til, hvordan bevægelse kan indgå i den faglige undervisning.

I undervisningen kommer bevægelsen til udtryk på følgende tre måder:

1. Bevægelse som afbræk
2. Træning af færdigheder
3. Udvikling/anvendelse af kompetencer

Vi har haft/planlagt følgende tiltag:

1. "Kom i bedre form".

En del af vores elever er ikke i superform og har reelt svært ved både at klare den ugentlige idrætsundervisning, men også ved at bevare koncentrationen en hel skoledag. I idræt testede vi alle elever lige efter sommerferien. Klasserne har hver dag skulle få pulsen op på et eller andet tidspunkt i løbet af skoledagen. Det har været ved bakketræning, styrkebane, forskellige løbeformer, hop på trampoliner, fri tons på legepladsen. Sidst i forløbet har vi testet eleverne igen og har kunnet se større eller mindre fremgang hos alle.

Eleverne er selv begyndt at efterlyse 10-15 minutters tonseperioder, og vi kan samtidig se en holdningsændring til deltagelse i idræt. De fleste har idrætstøj med og deltager aktivt. De elever, der har glemt idrætstøj, bruger

	<p>ikke længere dette som undskyldning for ikke at deltage, men deltager alligevel.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Bevægelse i undervisningen Vi arbejder på at få bevægelse til at indgå som en naturlig del af undervisningen. Som eksempler kan nævnes: højdemåling/trigonometri i 8.-9. klasse, forskellige bevægelsesformer knyttet til færdighedstræning, kooperativ læringsøvelser som en del af undervisningen. 3. Aktivitetsdage. Pige/drenge dag, hvor eleverne mixes på tværs af årgangene og laver forskellige fysiske aktiviteter, som ikke alle lige er til at lave i området: cykling, fodbold, o-løb, frisbeegolf, andre boldspil. Den årlige Mosede Fort tur, idrætsdag. 4. Valgfag Ingen af valgfagene repræsenterer ren "røv til bæk" undervisning. Junioridrætsledelse, natur og bevægelse/friluftsliv, Kulturraketten, Young skills, Madkundskab, musik og matematik for sjov inddrager bevægelse på forskellige niveauer. Gennemsnitlig er fagene 2 timer om ugen. <p>Fremadrettet vil vi fokusere på at arbejde mere med punkt 2, bevægelse som en understøttende aktivitet i undervisningen. Et eksempel på dette fokus er, at vi i ugen før efterårsferien har tre fagdage, hvor klasserne skal igennem seks forskellige fagblokke af tre timer (matematik, dansk, engelsk, fysik, naturfag, tysk). Fokus i disse blokke er faglighed, hvor bevægelse skal være det bærende element.</p> <p>Vi oplever elever, som er mere aktive og ikke brokker sig over at skulle bevæge sig. En formfremgang hos eleverne. Lærere, der ser mere optimistisk og kreativt på bevægelse i undervisningen.</p>
<p>Opfølgning: Hvordan har I som ledelse sikret, at der bliver fulgt op?</p>	<p>Bevægelse i undervisningen er et fast punkt på alle teammøder. I efteråret påbegynder ledelsen at afholde klasseteammøder. Her vil et centralt emne være hvordan teamet opfylder kravet om minimum 45 minutters bevægelse. Samt hvordan teamet opnår at medtænke fagligheden i bevægelsesaktiviteterne. Derudover afholdes jævnlige møder mellem ledelsen og bevægelseskoordinatorerne.</p>
<p>Evt. øvrige kommentarer</p>	

Gildbroskolen

Spørgsmål	Skolens svar
Organisering: Hvordan har skolen organiseret bevægelsesaktiviteterne?	Vi har organiseret bevægelsen på årgangsteamet. Her beslutter lærerne og pædagogerne hvordan de 45 min. bevægelse bliver gennemført. Her bliver det også besluttet hvordan bevægelsen skal ligge i skemaet.
Ansvar: Hvem har ansvaret for at det sker?	Det er lærerne og pædagogerne der har ansvaret for gennemførelsen. De kan hente hjælp fra inspiration fra vores bevægelsesinspiratorer. Disse har fået til opgave at hjælpe med gode råd og vejledning.
Aktiviteter: Hvilke aktiviteter gennemfører skolen?	Vi laver undervisningsrelaterede bevægelsesaktiviteter, samt aktiviteter der sætter pulsen op.
Opfølgning: Hvordan har I som ledelse sikret, at der bliver fulgt op?	Vi holder møde med teams og afdelinger, med bevægelse som et punkt på dagsordenen. Samt møde med vore bevægelsesinspiratorer. Ved disse møde behandler vi hvilke aktiviteter der bliver benyttet og med hvilket formål.
Evt. øvrige kommentarer	

Strandgårdskolen

Spørgsmål	Skolens svar
Organisering: Hvordan har skolen organiseret bevægelsesaktiviteterne?	Skolen arbejder med fleksibelt skema, hvor de enkelte årgange selv har kompetencen til at tilrettelægge skema ud fra årgangens mål. Det gælder også bevægelsesaktiviteterne ud fra en holdning om at dem som er tættest på børnene ved bedst. Således varierer det meget fra årgang til årgang, hvorledes det er organiseret. Skolen har haft bevægelsestund siden 2007 samt bevægelse som del af undervisningen i alle fag.
Ansvar: Hvem har ansvaret for at det sker?	Det har den enkelte årgang dvs. de lærere og pædagoger, som er fast på årgangen, men vi følger op ledelsesmæssigt løbende.
Aktiviteter: Hvilke aktiviteter gennemfører skolen?	Der er stor variation. Eksempler er løbestund, hvor elever løber. Der kan være tale om stafetter kombineret med diverse fag – fx bogstav-, stave-, kristendom-, matematikstafetter mv. Det kan være gå/løbe/cykelture, når en årgang har udeskole og skal transportere sig fra A til B. Desuden har alle årgange udeskole på skemaet i løbet af et skoleår. Det er påvist fra forsøg at elever bevæger sig 6 gange mere på en udeskoledag i forhold til en "almindelig" skoledag.
Opfølgning: Hvordan har I som ledelse sikret, at der bliver fulgt op?	Det er sat som et krav til årsplanen på alle årgange at der skal være udeskole og bevægelsestund. Ledelsen følger op på, hvordan det går til teammøder.
Evt. øvrige kommentarer	

Kirkebækskolen

Spørgsmål	Skolens svar
<p>Organisering: Hvordan har skolen organiseret bevægelsesaktiviteterne?</p>	<p>Alle klasser har: Svømning 1 time om ugen Idræt 1 time om ugen.</p> <p>Hver elev har: 1 times ergoterapi om ugen 1 times fysioterapi om ugen</p> <p>1 time om ugen er en terapeut med i undervisningen i klassen</p>
<p>Ansvar: Hvem har ansvaret for at det sker?</p>	<p>Samtlige medarbejdere har ansvaret.</p>
<p>Aktiviteter: Hvilke aktiviteter gennemfører skolen?</p>	<p>Se pkt. 1</p>
<p>Opfølgning: Hvordan har I som ledelse sikret, at der bliver fulgt op?</p>	<p>I hver enkelt elevs BørneLAP rapport (BørneLæringsAktivitetsProfil) er der et afsnit om bevægelse, og dette evalueres og opdateres 4 gange om året af teamet omkring eleven.</p>
<p>Evt. øvrige kommentarer</p>	<p>Kirkebækskolens elever har massive mentale og fysiske handicaps. Bevægelse og fysiske aktiviteter medtænkes som en del af dagligdagen i samværet med eleverne. Det betyder, at der hver dag er en opmærksomhed på, at børnene kommer ud af kørestolene, de kommer i stå- og gåstativer, de er med til at hente og bringe div. rundt på skolen.</p> <p>Et klasseteam på Kirkebækskolen består af lærere, pædagoger, pædagogmedhjælpere, 1 ergoterapeut, 1 fysioterapeut.</p>

Skolen på Ishøjgård

Spørgsmål	Skolens svar
Organisering: Hvordan har skolen organiseret bevægelsesaktiviteterne?	<p>Team 1, 2 og 3, der repræsenterer henholdsvis indskoling, mellemtrin og udskoling, står selv for organiseringen af de 45 minutters bevægelse om dagen for eleverne.</p> <p>Team 1 I team 1 har vi idræt mandag, onsdag fredag og svømning torsdag. Derudover er børnene ude i to pauser á 30 min. hver dag, hvor der f. eks. spilles bold, cykles eller leges i legestativ mm. Er vejret dårligt går vi i tumlesalen.</p> <p>Team 2: <u>Mandag</u> Mandag har vi 2 udefrikvarter hvor eleverne bliver tilbudt en bold aktivitet eller en lege aktivitet som er voksen-"styret". Samtidig har vi idræt. I timerne er der også små fysiske aktiviteter såsom gangehop, hinke tabeller eller staveordsløb.</p> <p><u>Tirsdag.</u> Hér har vi 2 udefrikvarter hvor eleverne bliver tilbudt en bold aktivitet eller en lege aktivitet som er voksen-"styret". Samtidig har vi musik, hvor der er stump samt musiklege. I timerne er der også små fysiske aktiviteter såsom gangehop, hinke tabeller eller staveordsløb.</p> <p><u>Onsdag</u> Onsdag starter vi med at have alternativ idræt, her kan der også være løb samt almindelige idrætsaktiviteter. Vi har igen 2 udefrikvarter hvor eleverne bliver tilbudt en bold aktivitet eller en lege aktivitet som er voksen-"styret". Herefter har vi projekter som i år er - Ridning, boksning, klatring og golf. I timerne er der også små fysiske aktiviteter såsom gangehop, hinke tabeller eller staveordsløb.</p> <p><u>Torsdag.</u> Vi har igen 2 udefrikvarter hvor eleverne bliver tilbudt en bold aktivitet eller en lege aktivitet som er voksen-"styret". Derefter har vi svømning. I timerne er der også små fysiske aktiviteter såsom gangehop, hinke tabeller eller staveordsløb.</p> <p><u>Fredag.</u> Her har gruppespinning.</p>

	<p>Vi har igen 2 udefrikvarter hvor eleverne bliver tilbudt en bold aktivitet eller en lege aktivitet som er voksen-"styret"</p> <p>Team 3 Fast i vores skemaskema er der nu idræt mandag og onsdag. Vi svømmer om tirsdagen. Tilbage er så torsdag og fredag.</p> <p>Vores store elever er meget konkurrenceprægede, så vi indlægger små konkurrencer/udfordringer i timerne. Eksempelvis skal man være færdige med noget inden times udløb, eller inden fredag. Hvis ikke, koster det armbøjninger eller andet "sjovt". Eleverne øver i pauserne, vil gerne kunne tage det helt urealistiske antal armbøjninger, i fald de taber "konkurrencen".</p> <p>Men ja, vi skal blive bedre til at få pulsen op på de store, dovne drenge - vi har det altid med i overvejelserne.</p> <p>Når jeg har de små elever i mine vejledningstimer danser vi til alfabetsange, vokalsange, hopper på vores alfabetgulvtæppe, banker med fluesmækker på konsonanter m.m.</p>
<p>Ansvar: Hvem har ansvaret for at det sker?</p>	<p>Lærere og pædagoger i teamene arbejder tæt sammen, hvorfor de planlægger og tilrettelægger bevægelsesaktiviteterne for børnene sammen, dog har idrætslærerne hovedansvaret for det faglige indhold. Både lærere og pædagoger står for selve gennemførelsen af aktiviteterne.</p>
<p>Aktiviteter: Hvilke aktiviteter gennemfører skolen?</p>	<p>Alle elever har idræt 2 dage om uge samt 1 dag med svømning. Desuden er der fysiske aktiviteter i såvel pauser som i undervisning. I pauserne foregår aktiviteterne i godt vejr udenfor på bold- og legeplads, mens det foregår i tumlesal i dårligt vejr</p>
<p>Opfølgning: Hvordan har I som ledelse sikret, at der bliver fulgt op?</p>	<p>Jeg har ugentlige møder med teamene, hvor vi blandt andet drøfter, hvordan det går med implementeringen af de 45 minutters bevægelse i den fagopdelte og understøttende undervisning.</p>
<p>Evt. øvrige kommentarer</p>	<p>Det er målet, at den kropslige dimension og dermed bevægelsesaktiviteter højere grad end i dag bliver en integreret del af den fagopdelte undervisning.</p>