

Politik til arbejdet med sundhedsfremmende dannelse og læring på Hastrupskolen

Med udgangspunkt i Folkeskoleloven vil Hastrupskolens bestyrelse i et samarbejde mellem skole og forældre have fokus på sundhedsmæssig dannelse af eleverne¹.

Formål:

Bestyrelsen ønsker, med udgangspunkt i aktuel forskning og officielle anbefalinger, at fremme mental og fysisk sundhed, trivsel og læring for *alle* elever *på* skolen - i skoletiden, og derved sikre, at *alle* elever får *lige* adgang til oplevelser, læring og viden. Dette medvirker til at gøre eleverne i stand til at tage hensigtsmæssige valg og udvikle sunde vaner som fundament for et aktivt og sundt liv i vores samfund. Ligeledes vil arbejdet med sundhedsfremme forbedre det pædagogiske og læringsmæssige miljø og udbytte.

Bestyrelsen vil via overordnede mål og værdier, i samarbejde med skolens ledelse og pædagogiske personale, definere forventninger og rammer indenfor de 5 hovedområder KRAMS.

I pædagogiske og faglige aktiviteter i løbet af elevernes skoletid arbejdes sundhedsfremmende indenfor de 5 KRAMS-områder:

K – KOST

- Med udgangspunkt i relevant undervisning får eleverne kendskab til de officielle kostråd på tværs af fag og faglige aktiviteter. Særlige temadage, uger og projekter vil være naturlige afsæt for dette arbejde. Se skolens trivselsplan.
- Aktiviteter i skole- og fritidstilbuddet hvor der tilberedes og/eller serveres mad for eleverne, tages i videst muligt omfang hensyn til de officielle kostråd.
- Energidrik, sodavand, chips og slik er ikke en del af skolens *hverdag*. Ved særlige dage og traditioner er der undtagelser, hvor et fokus på mængde og hyppighed indgår i pædagogiske og læringsmæssige overvejelser.
- Forældrene præsenteres for skolens sundhedspolitik på forældremøderne, hvorfor det også forventes af elevernes madpakker afspejler disse anbefalinger.

¹ Jf. Folkeskoleloven kapitel 1 §1 stk. 1 og 2 ”...Skabe rammer for oplevelse, fordybelse og virkelyst... så de får tillid til egne muligheder og baggrund for at tage stilling og handle.”

R - Rusmidler

- Hastrupskolen arbejder aktivt med information til både personaler, elever og forældre for at unge ikke udsættes for røg, nikotin og euforiserende stoffer.
- Der arbejdes fra mellemtrinnet med relevante, eksterne, fagfaglige samarbejdspartnere med at øge elevernes viden om de skadelige virkninger af rusmidler.
- Enhver form for rusmidler inklusive nikotinprodukter er uacceptable og forbudt på Hastrupskolen.
- At medbringe, indtage, være påvirket af eller handle med snus, nikotinposer, cigaretter, puffbarer, hash eller andre euforiserende stoffer eller receptpligtig medicin og lignende medfører øjeblikkelig bortvisning og kontakt til forældrene samt underretning til relevante myndighed.
- Kriminalitet meldes til politiet (deriblandt også hærværk eller indbrud).

A - Alkohol

- Vi vil som skolebestyrelse via dialog og aftaler være med til at udskyde de unges alkoholdebut og nedsætte deres forbrug, da vi ved fra forskningen, at alkohol påvirker modning og udviklingen af hjernen. De hjerneområder der påvirkes er hukommelse, læring, planlægning, tage beslutninger, impuls kontrol og sprog. Der er desuden øget risiko for seksuel adfærd og at opleve uønskede seksuelle tilnærmelser (ift. at overskride egne og andres grænser).
- Det forventes, at klasserådet og forældrene forholder sig aktivt til især det kulturelle aspekt omkring både alkohol og rusmidler, og laver aftaler for de fællesskaber og aktiviteter, deres børn er en del af på en måde som understøtter skolens og bestyrelsens visioner på området.
- Eleverne undervises fra mellemtrinnet i alkohols skadelige virkninger.
- Indtag af alkohol på Hastrupskolen er forbudt, også ved arrangementer udenfor skoletid, hvis klasserne f.eks. anvender skolens område til sociale aktiviteter. At medbringe, indtage eller være påvirket af alkohol medfører bortvisning og kontakt til forældre og underretning til sociale myndigheder.

M – Motion

- Leg og bevægelse er en del af den pædagogiske praksis. Forståelsen for og oplevelsen af værdien af livslang fysisk aktivitet værende sundhedsfremmende, er en vigtig faktor for elevernes udvikling og trivsel.
- Fysisk aktivitet prioriteres og gennemføres som en vigtig del af skoledagen, da det øger elevernes indlæring og trivsel.
- Skolen deltager i så vidt omfang det er muligt i idrætslege, -uger og -konkurrencer, så eleverne bliver introduceret til et bredt udvalg af leg og bevægelsesaktiviteter, som kan inspirere til en aktiv deltagelse i foreningslivet. Skolen samarbejder med det lokale foreningsliv om aktiviteter, hvor det er muligt og relevant.
- I Hastrupskolens fritidstilbud er fysisk aktivitet en vigtig faktor i det pædagogiske og relationelle arbejde med børnene, og prioriteres i planlægningen af aktiviteter for børnene.

S – Søvn, Skærm, Seksualitet, Støj

Søvn

- Søvn er et livsvigtigt grundlag for fysisk og mental trivsel.
- Bestyrelsen anbefaler rådene om at 7-12-årige sover 9-10 timer og de 13-18-årige sover 8-10 timer om natten. For lidt eller for ringe søvn medfører irritabilitet, koncentrationsbesvær, dårligt humør og nedsat læring.
- Eleverne undervises i betydningen af nattesøvnens mængde og kvalitet samt hvilke faktorer, der påvirker søvnen.
- Desuden vil søvn være et muligt emne at drøfte med de forældre, hvor der kan være en bekymring for, om eleven får den søvn, der er nødvendig for at være klar til en skoledag i læring og trivsel.

Skærm

- Hastrupskolen har en mobilpolitik, der minimerer brugen af skærme i dagligdagen. Se denne særskilt.
- Eleverne undervises i de negative effekter af et for stort skærmforbrug samt digital dannelse.

Sex

- Hastrupskolen arbejder på samtlige klassetrin med seksualundervisning.
- Undervisningens fokus inkluderer dilemmaer relateret til personlige grænser, seksualitet, følelser, krop, identitet og køn samt rettigheder og lovgivning om rettigheder ift. sex.
- Hastrupskolen deltager i "Uge Sex".

Støj

- Højt støjniveau reducerer både børns og læreres trivsel - og indlæringen.
- Hastrupskolen arbejder på at skabe opmærksomhed og rammer, der i videst muligt omfang reducerer unødvendig støj i undervisningsmiljøet.

Skolens trivselsplan revideres årligt, og på de årgange hvor der målrettet arbejdes med KRAMS-faktorer, vil det fremgå af planen. Derudover vil KRAMS inddrages i fagenes årsplaner, hvor det er relevant, og giver mening.

Hastrupskolens bestyrelse, ledelse og pædagogiske personale ønsker med denne politik at kvalificere samarbejdet mellem skole og hjem omkring elevernes læring, trivsel og udvikling. De definerede forventninger og holdninger til de 5 beskrevne faktorer KRAMS er vores fælles ståsted og udgangspunkt for dialog og samarbejde. I de tilfælde hvor nogle faktorer giver anledning til bekymring, vil det indgå som vigtig del af dialogen i målet om at skabe bedre betingelser for læring og trivsel for den enkelte og fællesskabet.