



VAR ÄR VI?

HUR BLEV DET?

VART SKA VI?


HUR GÖR VI?

Rörelsesatsning i skolan

Så ska vi få fler barn och unga att
vilja, våga och kunna vara aktiva

Handlingsplan för ökad rörelse under och i anslutning till skoldagen.

I skolans uppdrag står att skolan ska sträva efter att erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen. Målet med det här verktyget är att underlätta nulägesanalys och prioriteringar för att skapa er skolas egna mål.



Vi vill nå alla barn och unga men framförallt de som inte är aktiva idag och vi vill bygga broar mellan skola och föreningsliv.

Skolans namn:

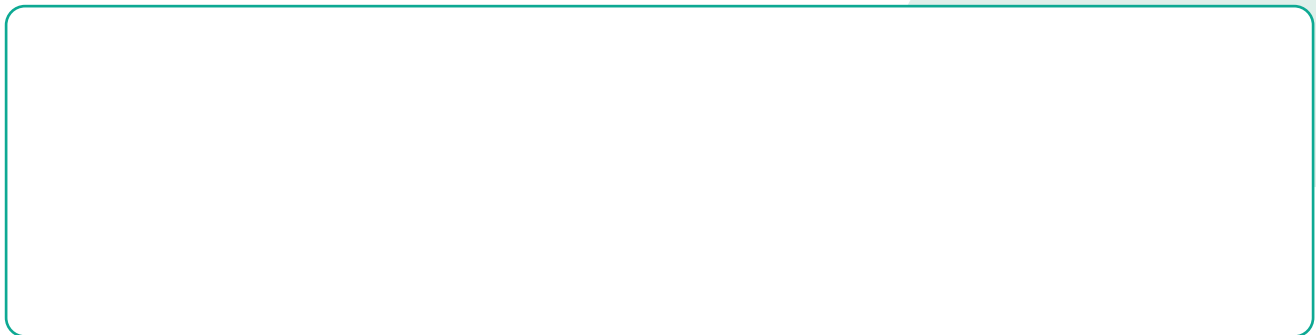
1. VAR ÄR VI?

NULÄGESBESKRIVNING

Hur ser det ut hos er? Använd gärna enkäter och observationer för att skapa ert nuläge.

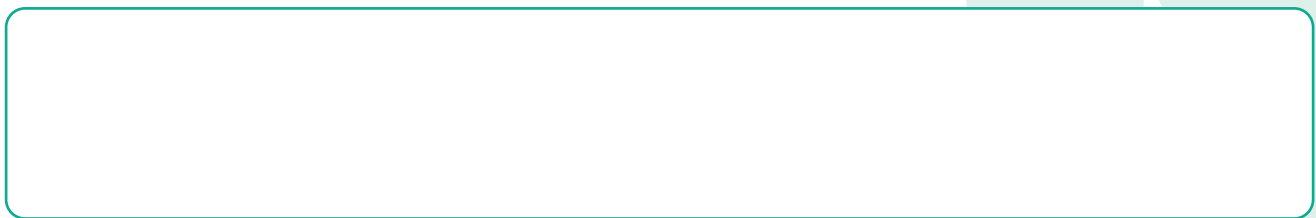
Organisation

På vilket sätt ger er organisation alla elever förutsättningar för rörelse under skoldagen? Vad har personalen för möjlighet att planera rörelsepauser / rastaktiviter? Finns det budget att köpa in material som främjar rörelse?



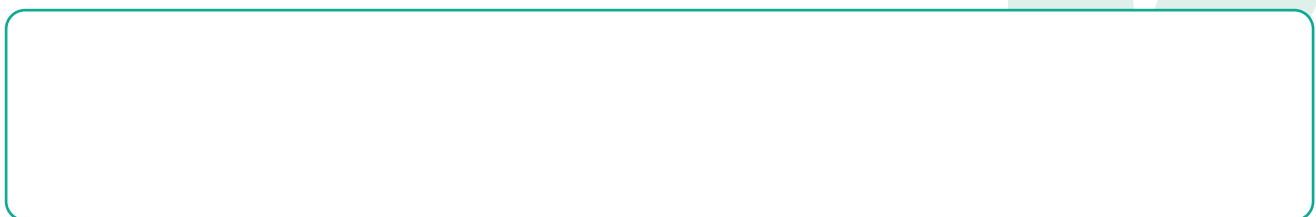
Skolans fysiska utomhus- och inomhusmiljö

Gör gärna en observation för att ta reda på nuläget. Exempelvis tillgång till idrotts-hall, närheten till skog, material, rastbod/förråd med material samt skolgården och klassrummens utformning.



Undervisning och rörelsepauser

Att bryta stillasittandet ger positiva effekter på många områden. Hur ser era lektioner ut idag?



Rasten

Hur ser skolans arbete ut med raster? Hur skapar ni förutsättningar för att skapa rörelse för alla elever? Har ni någon ansvarig kring rastaktiviteter under exempelvis lunchrasten?

Aktiva skoltransporter

Hur uppmuntrar ni era elever att ta sig till och från skolan på sätt som främjar hälsan?

Delaktighet

För att arbetet med rörelse ska bli hållbart krävs att både skolpersonal, elever och deras vårdnadshavare blir delaktiga. Hur kommer ni att göra? Exempelvis genom rörelseråd för elever.

Korridor/uppehållsrum

På vilket sätt nyttjar ni skolans korridorer och uppehållsrum för att främja rörelse?

Föreningsamverkan

Att bygga broar mellan skolan och föreningslivet ger många positiva effekter:
På vilket sätt samverkar ni med idrottsföreningar idag?

Nulägesanalys genomfört:

.....
Namn

.....
Datum

2. VART SKA VI?

Vad blir era långsiktiga mål? Utgå från nulägesbeskrivningen samt elevenkäten om den är genomförd och prioritera vad ni vill utveckla.

Mål

Önskad effekt

4. HUR BLEV DET?

Kom ihåg att utvärdera insatserna när de är genomförda för att ta reda på vilka effekter de faktiskt haft.



***Det systematiska kvalitetsarbetet
är en ständigt pågående process
som aldrig tar slut.***

***Genom att analysera vilka
insatser som gett effekt – och vilka
som inte gjort det – blir det fortsatta
utvecklingsarbetet bättre för
varje varv.***

***Efter uppföljningen blir nästa steg
i kvalitetsarbetet att åter igen
definiera: Var är vi (nu)?***

*Rörelsesatsning i skolan är ett regeringsuppdrag som syftar till att
förbättra folkhälsan, välbefinnandet och skolresultaten.*

