



VAR ÄR VI?

HUR BLEV DET?

VART SKA VI?

HUR GÖR VI?

Rörelsesatsning i skolan

Så ska vi få fler barn 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
men framförallt de som
inte är aktiva idag och
vi vill bygga broar
mellan skola och
föreningsliv.*

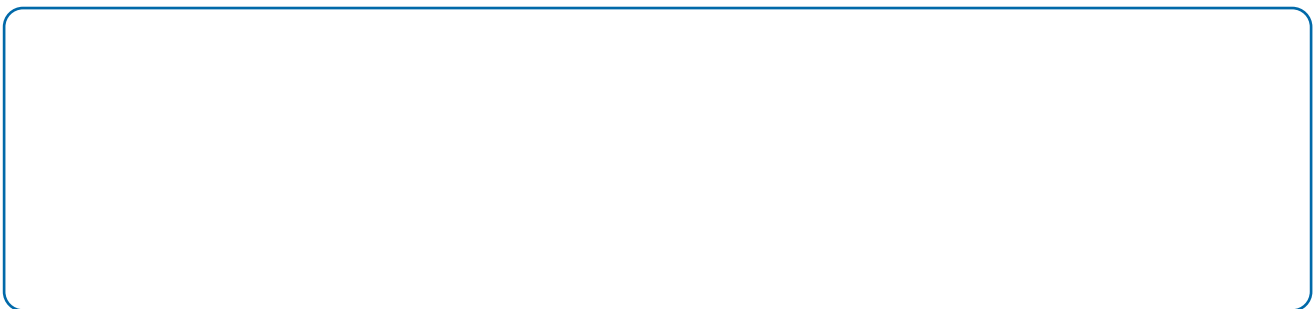
Skolans namn:

1. VAR ÄR VI? NULÄGESBESKRIVNING

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

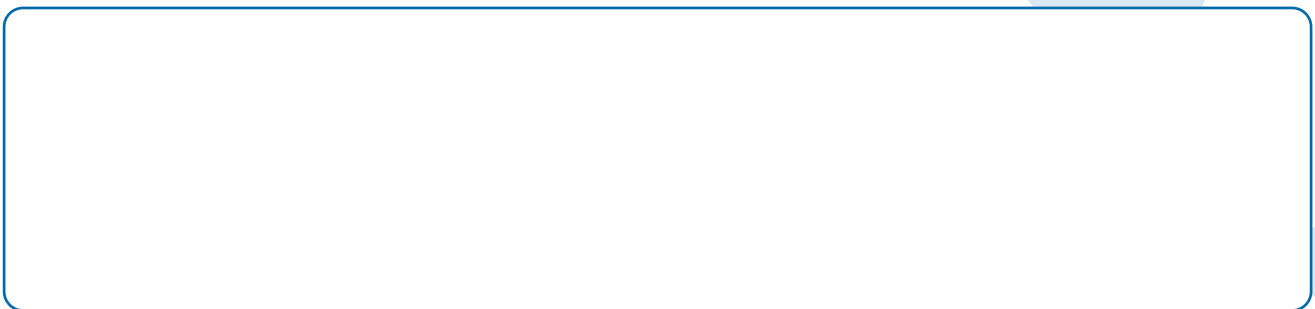
Organisation

På vilket sätt ger er organisation alla barn förutsättningar för rörelse under skoldagen?



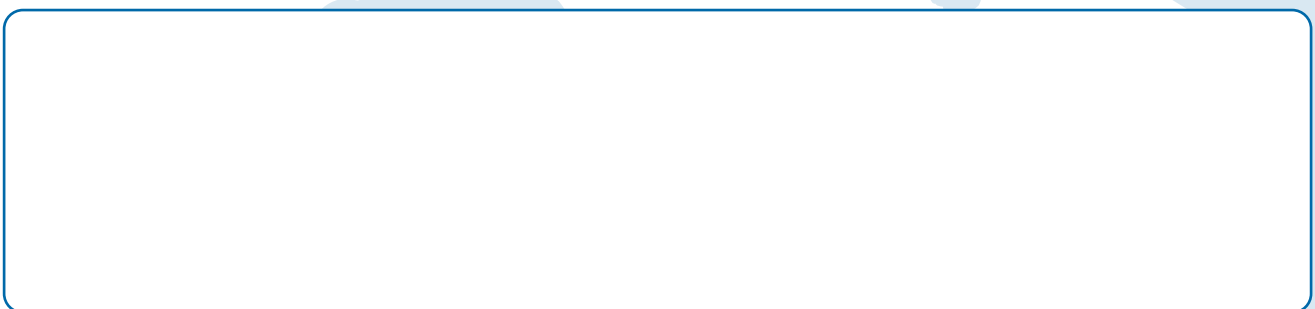
Skolans fysiska utomhus- och inomhusmiljö

Gör gärna en observation för att ta reda på nuläget.



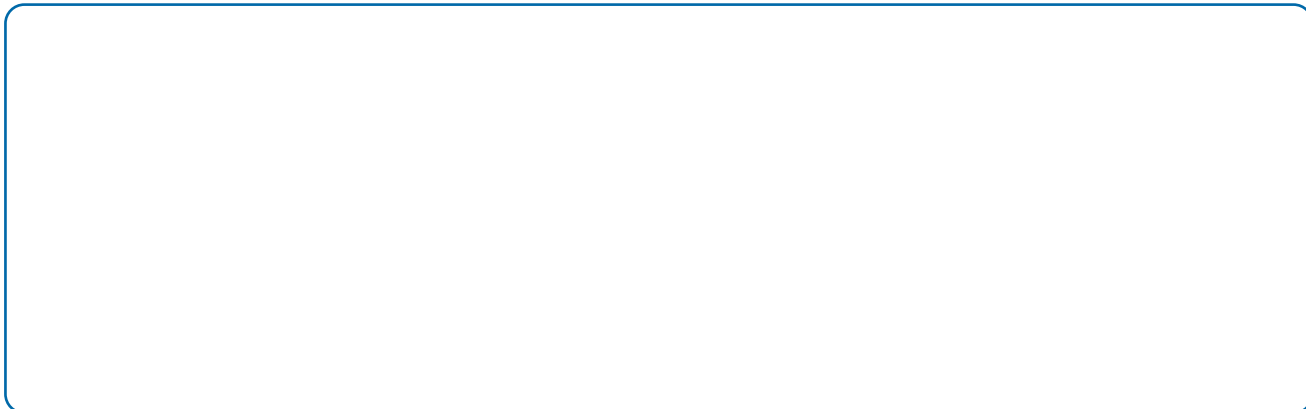
Undervisning och rörelsepauser

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



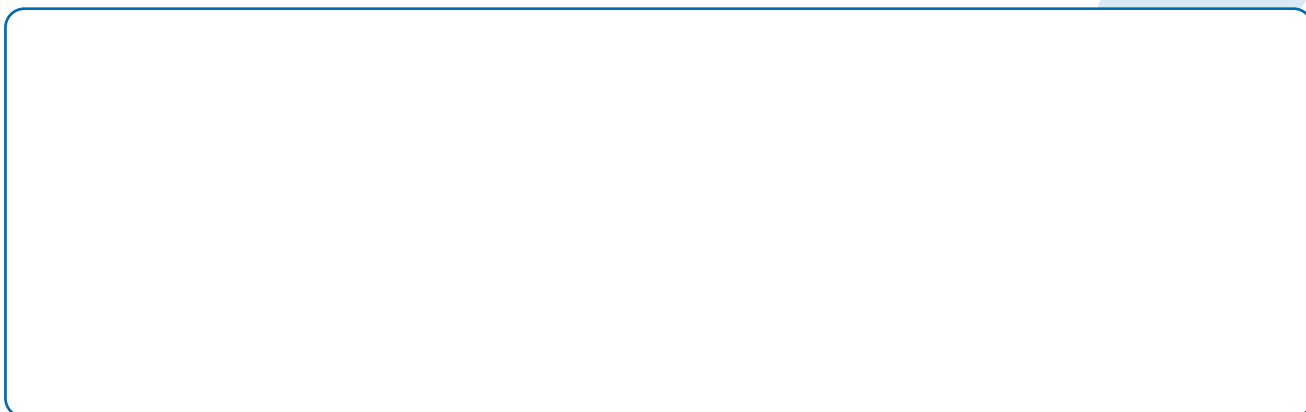
Rasten och fritidshemmet

Genom att skapa trygga, utvecklande arenor med aktiviteter som är inkluderande kan vi göra stor skillnad. Hur ser skolans arbete idag ut när det gäller att få alla barn aktiva under rasten och på fritids? Hur samverkar skola och fritids?



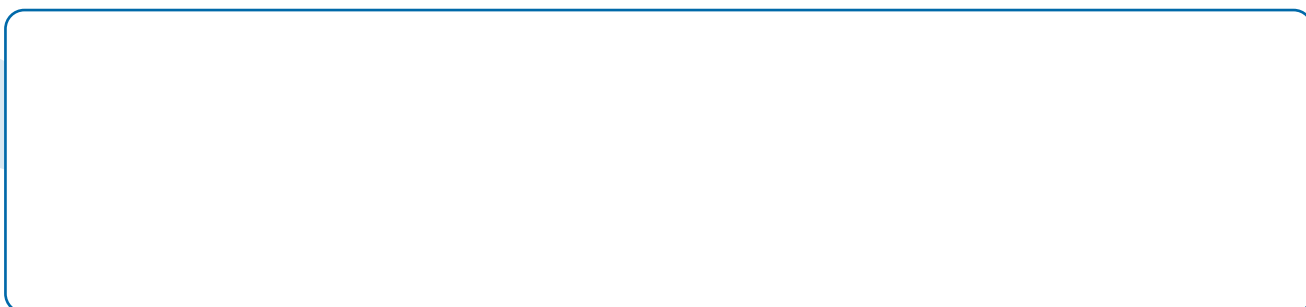
Aktiva skoltransporter

Genom att i dialog med vårdnadshavare se över möjligheter när det gäller transporten till och från skolan kan fler barn få rutiner som främjar hälsan. Hur ser er skolas förutsättningar ut?



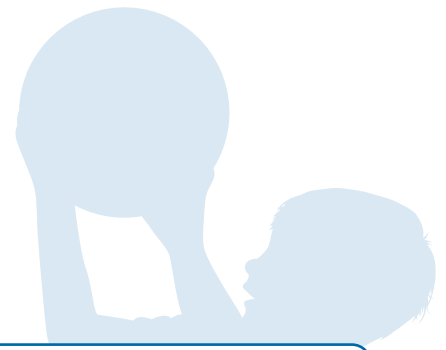
Delaktighet

För att arbetet med rörelse ska bli hållbart krävs att både skolpersonal, barn och deras vårdnadshavare blir delaktiga. Hur kommer ni att göra?

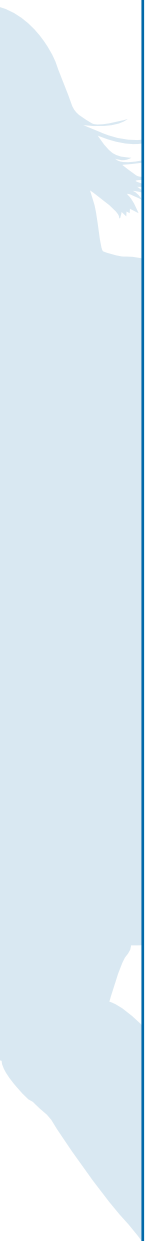


Föreningsamverkan

Att bygga broar mellan skola och föreningsliv ger många positiva effekter. Hur tänker ni om det? Hur ser det ut hos er idag? Hur skulle sådan samverkan kunna se ut? Hur ser eleverna på det? Vad blir nästa steg?



A large, empty rectangular box with a thin blue border, intended for writing or drawing. The box is centered on the page and occupies most of the lower half.



2. VART SKA VI?

Utgå från nulägesbeskrivningen samt elevenkäten om den är genomförd och prioritera vad ni vill utveckla.

Mål

Önskad effekt

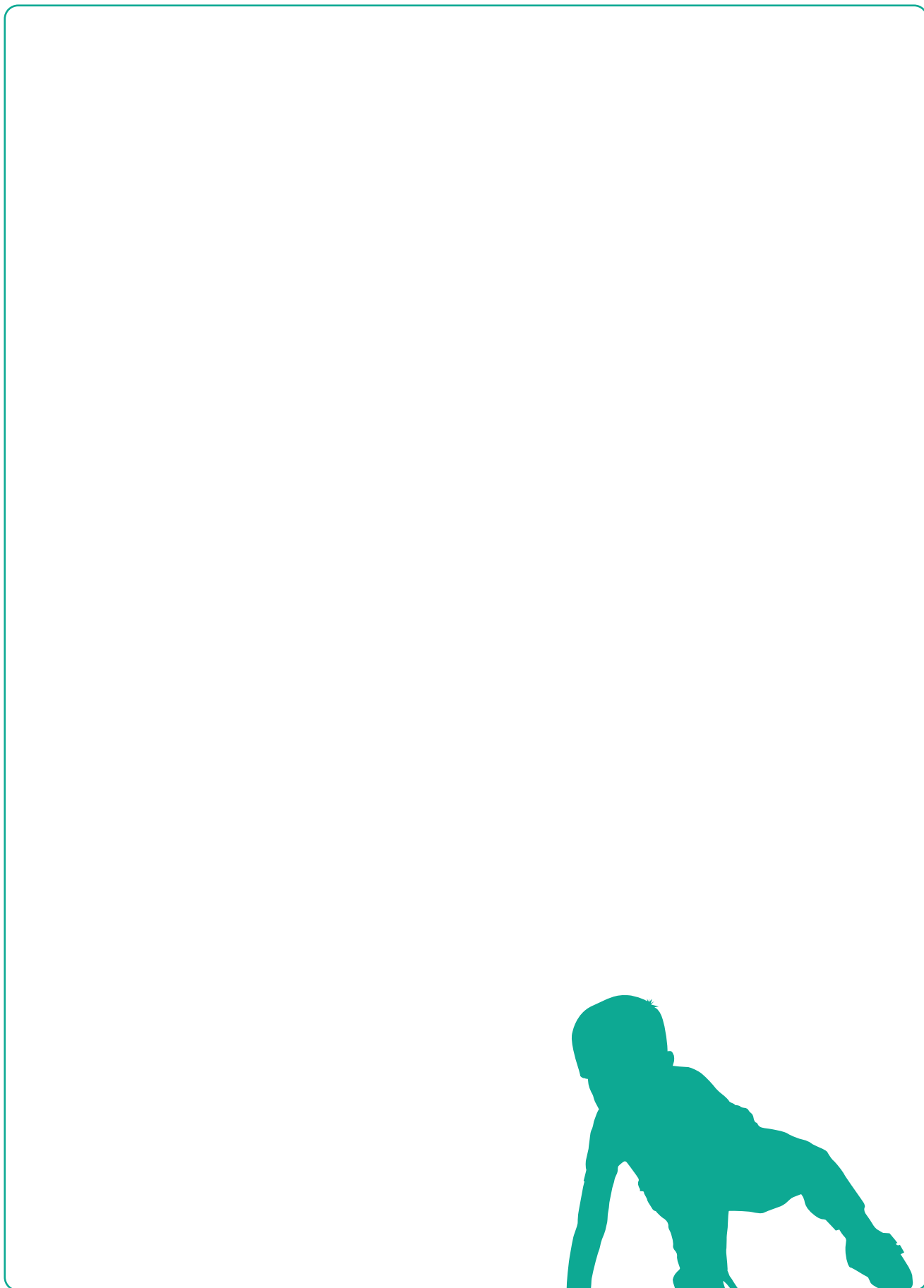


4. HUR BLEV DET?

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



Egna anteckningar:



A large, empty rectangular box with rounded corners, intended for handwritten notes. The box is white and occupies most of the page below the header. In the bottom right corner of this box, there is a small, dark silhouette of a person crawling on all fours.

***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.*

