



Heilsustefnan okkar!
Hvernig erum við heilsueflandi
skóli?

Sandgerðisskóli

Stefna endurskoðuð árlega (Síðast endurskoðuð september 2021)

Heilsueflandi skóli - áherslur

Geðrækt

- Bekkjarfundir
- Einstaklingsviðtöl
- Núvitund og hugleiðsla
- Áhersla á uppbyggingastefnu, líðan og sjálfstjórn
- Nemendaráðgjafi
- Námsráðgjafi
- Góð stoðþjónusta fyrir hegðunarúrræði og vanlíðan
- Frímínútnaúrræði fyrir þá sem vilja komast í ró.
- Svefnvitund og seinni skólabyrjun á unglingsstigi
- Fyrirlestrar um að standa með sjálfum sér, kynvitund og kynheilbrigði
- Gott samstarf við barnavernd/félagsþjónustu

Hreyfing/öryggi

- Hreyfing á hverjum degi fyrir nemendur
- Aukið val tengt hreyfingu fyrir alla nemendur skólans.
- Skólalóð með tækjum og tólum sem stuðla að virkri hreyfingu í frítíma
- Skipulag skólastofa gefur nemendum kost á því að velja sér lærdómsumhverfi sem krefst ekki langrar kyrrsetu á sama stað.
- Öruggt umhverfi fyrir nemendur og starfsfólk til að labba eða hjóla í og úr skóla
- Skólinn styður við nemendur sem stunda skipulagðar tómstundir og íþróttir með því að t.d. meta það sem hluta af vali.
- Skólinn er virkur í verkefninu Hugarfrelsi.
- Í uppeldisstefnu skólans er áhersla á að nemendur viti hvað fellst í öryggi sínu og annarra.

Matarræði/tannheilsa

- Nemendur eiga að mæta með hollt og gott nesti
- Fjölbreytt fæðuúrval í hádegismat, ásamt grænmeti og ávöxtum
- Kennsla um mikilvægi tannheilsu í öllum árgöngum
- Næringarík og holl hressing á frístundaheimili
- Nemendur fá fræðslu um hollt matarræði og þjálfun í matreiðslu
- Skólinn tekur þátt í tannverndarvikunni

Á hverju ári er tekinn einn áherslupáttur og því hver áherslupáttur tekinn fyrir þriðja hvert ár. Gátlisti er þá fylltur út í byrjun skólaárs og í lok skólaárs.

Heilsueflandi skóli- áhrifaþættir

Heimili

- Öflugt foreldrasamstarf og reglulegar upplýsingar til foreldra um líðan, árangur, heilsu og matarræði
- Réttindi og skyldur foreldra og forráðamanna eru sérstaklega skilgreind í skólastarfinu
- Við skólann er starfrækt foreldrafélag
- Við skólann er starfrækt skólaráð
- Við skólann starfa bekkjarfulltrúar í öllum bekkjum
- Reglulegir fræðslufundir fyrir foreldra um skólastarfið
- Sameiginlegir viðburðir á hverju ári sem skólinn og foreldrafélagið standa að saman

Nemendur

- Eru virkir þátttakendur í skólastarfinu
- Þeir fá að tjá sig um málefni tengdum þeim og hafa andmælarétt alveg eins og aðrir.
- Fulltrúa nemenda á sæti í skólaráði
- Virkt nemendafélag í skólanum
- Nemendur fá fræðslu um lýðræðisleg vinnubrögð í skólastarfinu
- Hugað er að jafnvægi á milli bók- verk- og listnáms.
- Nemendur fá reglulegan frítíma innan stundatöflunar og fjölbreytt námsumhverfi.

Starfsfólk

- Skólinn stuðlar að jákvæðum samskiptum og góðu upplýsingaflæði til starfsfólks
- Skólinn hvetur starfsfólk til að taka þátt í allskonar heilsueflingu eins og t.d. Göngum/hjólum í vinnuna
- Starfsfólk skólans notar ekki tóbak á vinnutíma
- Aðbúnaður og vinnuaðstaða á að vera góð
- Skólinn hvetur starfsfólk til hreyfingar
- Skólinn býður upp á fræðslu um streitu og leiðir til að koma í veg fyrir hana
- Starfsfólk tekur þátt í könnun þar sem þeir geta tjáð líðan sína og skoðanir.
- Skólastjórnendur hafa starfsmannasamtal a.m.k. einu sinni á ári.

Nærsamfélag - Sveitarfélagið

- Fulltrúi nærsamfélagsins á sæti í skólaráði
- Skólinn nýtir sér þá aðstoð sem er í boði í nærsamfélaginu til þess að efla heilsu og líðan nemenda
- Virkt nemendaverndarráð, þar sem skólaþjónusta sveitarfélagsins situr ásamt aðilla frá félagsþjónustu/barnavernd.
- Hátíðir og annað á vegum sveitarfélagsins er vel kynnt fyrir nemendum og skólinn er virkur þátttakandi.
- Samstarf við leikskólann “Brúum bilið”.
- Samstarf námsráðgjafa við félagsþjónustu vegna nemenda á aldrinum 16 – 18 ára til að koma í veg fyrir flosnun úr námi.