

Bevægelse

Definition

Vi forstår (krop og) bevægelse som det at udforske, udvikle og udfordre kroppens muligheder.

Formål:

- At få børnene til at føle glæde ved at bevæge sig og få pulsen op
- At opleve succeser og målbare forbedringer ved regelmæssig fysisk træning
- At fremme gode vaner til gavn for sundhed og velvære
- At styrke kropsbevidstheden
- At skabe sammenhæng mellem hovedet og kroppen
- At styrke evnen til – gennem motion - at holde fokus
- At få sundere og stærkere børn, der - ved at få det fysisk bedre - også får større psykisk overskud
- At fremme evnen til samarbejde og teamwork ved at indgå i forskellige bevægelsessammenhænge

Mål:

- at eleverne er så glade for at bevæge sig, at de også gør det, når de har fri fra skole
- at børnene er blevet sundere og stærkere
- at børnene er blevet bedre til at lære

Praktiske tiltag for skoleåret 2011/2012

Hele skolen:

- afholder en emneuge med bevægelse som tema
- er tilmeldt ABC – Alle Børn Cykler
- er tilmeldt deltagelse i Aktiv Rundt i Danmark 3 uger før efterårsferien
- deltager i TRIM-dagen den sidste dag før efterårsferien
- deltager – så vidt muligt - i Svendborgløbet for sammen med forældrene at få bevægelse og stille med det største hold.

Indskolingen:

- nogle onsdage igangsættes diverse gamle som nye lege på tværs af klasserne
- frem til efterårsferien og igen efter påske løbes der hver morgen med klasserne
- aktiviteter ved fx skov og strand i en periode i samarbejde med fritidsordningen

Mellemgruppen:

- afvikling af morgenløb + 20 minutters læsning alle de dage, hvor der er dansktimer på skemaet.
- 3.+4. klasse laver udeskole i en periode i skoleåret
- danskfaglige aktiviteter som kræver bevægelse i faget fx brug af stovebolde, tastaturalfabet sat op udenfor
- dramatisere fx eventyr, mytologi eller anden god historie

Overbygningen:

- får 2 ekstra PULSEN-OP-timer i 8. og 9. klasse
- vil bruge cykler, når vi har ture ud af huset
- 8. og 9. klasse besøger Gorilla Park
- vil inddrage kroppen i de forskellige fag, hvor det er muligt
- 6. klasse har friluftsliv som fag og tager på friluftsture
-