

## Princip for motion og bevægelse

Forskning, erfaring og sund fornuft har vist, at bevægelse øger skolebørns læring, trivsel og generelle sundhed, samt skaber fundamentet for et sundere voksenliv.

## Formål

At øge elevernes generelle bevægelsesniveau og derigennem styrke elevernes læring, generelle sundhed og trivsel. At øge elevernes viden om vigtigheden af fysisk aktivitet for deres videre liv. Desuden at præcisere forskellen imellem almindelig idrætsundervisning og motion og bevægelse.

## Mål

At opfylde folkeskolelovens §15, stk. 1: ”Undervisningstiden tilrettelægges så eleverne deltager i motion og bevægelse i gennemsnitligt 45 minutter om dagen.”

## Rammen

- Motion og bevægelse indgår dagligt på alle skolens klassetrin, gennemsnitligt 45 minutter om dagen. Dog kan der være forskel på omfanget samt udførelsen på de enkelte klassetrin.
- Motion og bevægelse kan med fordel indgå i alle fag.
- Det tilstræbes, at der så vidt muligt, bringes et element af faglig læring ind i aktiviteterne.
- Det tilstræbes, at underviseren benytter fysisk aktivitet, så som hentediktat og lign., hvor muligt, for at støtte undervisningen. (der hvor det er nemt at vælge aktiviteten frem for det traditionelle).
- Det tilstræbes, at man benytter sig af cykel eller sine ben, når man bevæger sig til/fra aktiviteter tæt ved skolen.
- Det er skolebestyrelsens holdning, at eleverne, så vidt det er rimeligt at forlange, cykler/går til/fra skole.
- Der opfordres til, at den enkelte lærer ”går forrest” og er rollemodel under de enkelte aktiviteter.
- Det tilskyndes, at underviseren søger inspiration på diverse portaler (så som [www.playtool.dk](http://www.playtool.dk)) og inspirationskataloger i tilrettelæggelsen af motion og bevægelse i undervisningen.
- Det præciseres, at svømning, idræt og motions-/bevægelsesdage også regnes som en del af bevægelsesgennemsnittet i det omfang eleverne bevæger sig.
- Der henvises til, at motion og bevægelse ikke kan/skal benyttes som ”belønning”.
- Det er skolebestyrelsens holdning, at skolen kontinuerligt bygger og moderniserer faciliteterne for fysisk udfoldelse på skolen, både ud og inde. Selvfølgelig inden for skolens økonomiske rammer.

Vedtaget i skolebestyrelsen d. 13. januar 2016