



## Ártúnsskóli

### Árangur – virðing – vellíðan

Skýrsla vor 2015

Heilsueflandi skóli

Skólaárið 2014-2015 var fjórða starfsár Ártúnsskóla sem Heilsueflandi skóli, en Ártúnsskóli varð formlega þátttakandi í verkefninu árið 2011.

Verkefnisstjóri verkefnisins er Erna Matthíasdóttir, íþróttakennari og lýðheilsufræðingur.

Í stýrihóp Heilsueflandi skóla veturinn 2014-2015 sátu: Erna Matthíasdóttir (íþróttakennari og lýðheilsufræðingur) formaður stýrihópsins, Ellen Gísladóttir (aðstoðarskólustjóri), Sunna Brá Stefánsdóttir hjúkrunarfræðingur (m.a. tengiliður við nærsamfélagið), Anna Rut Ingvadóttir fulltrúi foreldra, Elín Gísladóttir (þroskaþjálfari) fulltrúi annars starfsfólks skólans, Linda Óladóttir fulltrúi leikskóladeildar og fulltrúar nemenda Anna Alexandra Helgadóttir 7. E.R. og Guðrún St. Sigurgeirsdóttir 6. L.H.

Á skólaárinu 2014-2015 var unnið að ýmsum verkefnum sem tóku meðal annars mið af þarfagreiningu á stöðu Ártúnsskóla út frá þeim 8 þáttum sem sérstök áhersla er lögð á í skólastarfi Heilsueflandi skóla. Þessir þættir eru: Nemendur, mataræði - tannheilsa, heimili, geðrækt, nærsamfélag, hreyfing - öryggi, lífsstíll og starfsfólk. Í Ártúnsskóla mótar heilsuefling, umhverfisvitund og sjálfbærni allan skólabrag. Vinna starfshópa um heilsueflingu, útinám og Grænfána fléttast því saman og nemendur taka virkan þátt í öllu undirbúningsstarfi.

Stefna skólans er að gera skólann meira heilsueflandi og gott starf betra og til að ná því markmiði er meðal annars farin sú leið að vinna alltaf með tvö lífsleikniþemu á hverju skólaári. Þar fyrir utan eru ákveðnir þættir sem alltaf er unnið með samhliða þemunum, svo sem mataræði og hreyfing. Dæmi um þætti sem alltaf eru í vinnslu:

- Mataræði og hreyfing  
Reglulega er farið yfir matseðil skólans og reynt að tryggja eins og kostur er að lítið sem ekkert sé af unnum matvörum á matseðlinum og að hlutur grænmetis og ávaxta sé vaxandi.
- Unnið með nestismál
- Heimasíða skólans notuð til að koma upplýsingum á framfæri
- Unnið með nemendfélaginu FUÁ og starfshópi útináms/ grænfána
- Stefnt að auknum tengslum milli skóla í hverfinu á miðstigi – dæmi: fótboltamót 12 ára nemenda í Egilshöll að hausti og handboltamót Fylkis fyrir 12 ára nemendur á vorönn

**Þemu skólaársins 2014/2015 voru þrautseigja á haustönn og jafnrétti á vorönn.**

**Markmið þemans þrautseigju** á haustönn var fyrst og fremst að skoða þrautseigju sem einn af þeim eiginleikum sem getur hjálpað til við að ná settum markmiðum og styrkt okkur í lífi og starfi.

Dæmi um sameiginleg verkefni sem unnin voru í tengslum við þemað þrautseigja:

- Skilgreining og umræður
- Allir bekkir unnu með ljóð/ sögur um þrautseigju

(Ljóðið Urð og grjót eftir Tómas Guðmundsson, sögurnar Hérinn og skjaldbakkan (Dæmisögur Esóps) og frásögnin um Ódysseif og Penelópu úr Hómerskviðu)

- Krossglíma. Allir bekkir settu orðið þrautseigja upp lóðrétt og fundu orð sem tengjast þrautseigju við hvern staf.

Dæmi:

Þ...þrautseigur

r...raunagóður

a...aflmikill

h...ugmyndaríkur

t...tápmikill

- Allir bekkir unnu með hugarkort/hugtaka kort
- Umhverfisdagurinn 12. sept. Verkefni tengd þrautseigju
- Fyrirlestur Arnars Ragnarssonar á sal á íþróttadag, um mikilvægi þrautseigju í lífi og starfi
- Ýmis verkefni á íþróttadaginn 30. sept.sérstaklega tengd þrautseigju
- Fyrirlestur á sal fyrir allt starfsfólk (1. okt.). Mæðgurnar Embla Guðrún Ágústsdóttir og Guðrún Hjartardóttir héldu erindi þar sem þær deildu reynslu sinni af skólagöngu fatlaðs nemandans í almennum skóla bæði frá sjónarhorni foreldris og nemandans sjálfs
- Bekkjarsett með þrautseigjuverkefnum. Kennarar pöntuðu bekkjarsettið sem gekk á milli bekkja. Verkefni voru einföld og lýsandi fyrir þrautseigju (kaplakubbar, spilaborgir, ormaspilið og gullkorn tengd þrautseigju í kassa).
- Fullveldisdagurinn 1. des. – þrautseigja og sjálfstæðisbarátta, m.a. unnið með ljóðið Táp og fjör og frískir menn (sænskt þjóðlag, texti Grímur Thomsen).

**Markmið þemans jafnrétti** sem tekið var fyrir á vorönn var fyrst og fremst að skólasamfélagið geri sér grein fyrir mikilvægi þess að allir njóti jafnréttis í samfélaginu og virðing sé borin fyrir hverjum og einum.

Dæmi um sameiginleg verkefni sem unnin voru í öllum skólanum tengd jafnrétti:

- **Kveikja/ inngangur** að verkefninu  
Nemendur í 4.-7. bekk horfðu á myndina um **Billy Elliot**. Nemendur 4 ára – 3. bekk horfðu á myndina **Brave**.
- **Glærusýning** með ýmsum myndum sem vöktu upp spurningar/ vangaveltur um jafnrétti á mörgum sviðum
- **Kennarar völdu sér verkefni** til að vinna að með sínum árgangi

**Dæmi um verkefni:**

- Jafnrétti kynjanna
  - Kynjahlutverk
  - Staðalímyndir
  - Fjölskyldugerð
  - Aldur
  - Stétt/staða
  - Menning/ tungumál/trúarbrögð
  - Þjóðerni/ uppruni
  - Fötlun
- Allir nemendur bökuðu **marglitar múffur**, mislitt glassúr og skraut var notað. Tenging við margbreytileika/ fjölbreytileika mannlífsins.
  - **Dagur líkamsvirðingar** – 13. mars
  - **Jafnrétti - uppskeruhátíð** (29. apríl 2015) hver hópur/ árgangur sagði frá jafnréttisverkefni sínu. Þennan dag mættu allir í marglitum fatnaði og jafnréttismúffur voru snæddar.

**Dæmi um fleiri verkefni tengd heilsuefandi skóla 2014-2015:**

**Nemendur:**

- Göngum í skólann 22.-24. sept. 2014
- Ýmis verkefni unnin í samvinnu við nemendafélagið FUÁ s.s. litadagar, spiladagar og útidótadagar
- Íþróttadagur
- Norræna skólahlaupið
- Dansnámskeið
- Handboltamót á vegum Fylkis milli skóla innan hverfisins
- Leikjadagur (stöðvar) að vori fyrir 1.-3. bekk
- Fótoltamót skólans (4.-7. bekkur á vegum FUÁ)

- Heilsuvika 11.-15. maí með sérstakri áherslu á hreyfingu og mataræði og þá ekki hvað síst mikilvægi þess að koma með hollt og gott nesti.
- Umhverfisdagur að vori í Grenndarskógi, ýmis verkefni unnin sem fléttuðu saman stærðfræði, samvinnu, leiki, og núvitund.
- Gönguferðir árganga að vori
- Ratleikir
- Hjólaferðir

### Starfsfólk:

Starfsfólk tekur jafnan virkan þátt í þeim þeimum sem unnið er með hverju sinni og auk þess er heilsueflandi skólastefnan ætíð höfð til hliðsjónar þegar félagslíf starfsfólks er skipulagt.

Dæmi um viðburði:

- Haustfagnaður starfsmannafélagsins, hollustusúpa og gönguferð um Reykjavík
- Haustferð í Þórsmörk þar sem áhersla var á góða göngu
- Aðventuganga í Heiðmörk
- Keiluferð
- Vorferð þar sem hópefli, góð hreyfing og leikir voru í fyrirúmi

Á næsta skólaári verður haldið áfram að byggja ofan á þann grunn sem lagður hefur verið og unnið í nánú samstarfi við starfshóp í útínámi og nemendafélagið FUÁ.

(sjá nánar um störf Heilsueflandi skóla á heimasíðu Ártúnsskóla)

9. júní 2015

fyrir hönd stýrihóps Heilsueflandi skóla og lífsleikni

Erna Matthíasdóttir (íþróttakennari og lýðheilsufræðingur)



Íþróttadagur



samvinna - þrautseigja

