

Heilsueflandi grunnskóli

Grundvallaratriðin sex varðandi heilsueflingu í skólum

Hugmyndin um heilsueflandi grunnskóla er byggð á Ottawa-sáttmála Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar um heilsueflingu. Þar eru talin upp eftirfarandi sex grundvallaratriði:

1. Stefnuviðmið um heilsueflandi grunnskóla

Þau koma skýrt og greinilega fram, ýmist í skjalfestum gögnum eða viðteknum venjum sem efla heilsu og bæta líðan. Mörg slík stefnuviðmið lúta að því að efla heilsu og bæta líðan, t.d. þau sem snúast um að taka upp hollara mataræði í skólum og þau sem eiga að hindra einelti.

2. Skólaumhverfið

Skólaumhverfið lýtur hér að skólabyggingunum, lóðinni, tækjum og búnaði í og umhverfis skólann, t.d. hvernig byggingarnar eru hannaðar og staðsettar; hvernig dagsljósið berst inn í húsin og hvort nóg er um skuggsæla staði; hvort nóg pláss er fyrir líflega leiki og hvort ráð er gert fyrir að börnin geti sinnt heimanáminu og borðað hollan og góðan mat í skólanum.

- Skólaumhverfið lýtur líka að:
- Grundvallarþægindum eins og salernum og þrifum á þeim til að hindra útbreiðslu sjúkdóma;
- Drykkjarvatni og hvort hægt er að komast í það með hægu móti;
- Hreinu lofti;
- Öllum mengunarefnum, sýklum og öðru því sem skaðað getur heilsuna.

3. Félagsumhverfi skólanna

Félagsumhverfi skólanna lýtur að því hversu gott samband er milli starfsmanna og nemenda og milli nemenda innbyrðis. Samskiptin við foreldra og aðra í grenndinni hafa áhrif á félagsumhverfi skólanna.

4. Heilsuvitund nemenda og geta þeirra til breytinga

Þetta lýtur bæði að formlegri og óformlegri kennslu og verklegum viðfangsefnum í sambandi við námið. Þar öðlast nemendur þekkingu og færni í samræmi við aldur og þroska og læra af reynslunni svo að þeir geti smám saman gripið til eigin ráða til að bæta heilsu og líðan sjálfra sín og annarra í námunda við sig og bætt um leið námsárangur sinn.

5. Samfélagstengsl

Samfélagstengsl snúast um sambandið milli skóla og fjölskyldna nemenda og sambandið milli skóla og helstu hópa og einstaklinga í grenndinni. Með því að ráðgast við og fá þessa aðila til samvinnu styrkist heilsueflingarstarf skólanna og nemendur og starfsmenn öðlast stuðning við aðgerðir sínar.

6. Heilbrigðisþjónusta - skólaheilsugæsla

Hér er átt við þá þjónustu sem veitt er innan skólans eða í tengslum við hann þar sem sinnt er heilbrigði og heilsugæslu barnanna og unglínganna hvers og eins (þar á meðal þeirra sem eru með sérþarfir). Í því felst að skoða og meta nemendurna með viðurkenndum og leyfilegum aðferðum.

- Veita geðheilsuþjónustu (þ.á m. viðtöl) til að bæta félags- og tilfinningaþroska nemenda til að koma í veg fyrir og draga úr tálumum sem kunna að

verða á vitsmunaproska og námi.

- Draga úr og koma í veg fyrir geðrænt og tilfinningalegt álag og bæta félagsleg samskipti.
- Tilgangurinn með heilsueflandi skólum
- Bæta námsárangur

Heilbrigðir nemendur eiga betra með að læra en þeir sem sjúkir eru. Frummarkmið skóla er að námsárangur nemendanna verði sem mestur. Framsækni heilsueflandi skólar leggja mikið af mörkum til þess að skólarnir nái náms- og samfélagsmarkmiðum sínum.

- Auðvelda aðgerðir til að bæta heilsuna með því að efla þekkingu nemenda á heilbrigði og þjálfa þá í rökhugsun, félagsmálum og framkomu.

Í skólanum gefast oft góð tækifæri til að flétta heilbrigðismál og heilsuumræður saman við meginviðfangsefnin, t.d. lestur og reikning, og víkka þannig sjóndeildarhring nemenda.

- Aðferðir heilsueflandi skóla auðvelda kennurum að útskýra fjölmörg almenn og sérhæfðari atriði í námsefninu og þjálfa nemendur í að finna lausnir á margvíslegum viðfangsefnum á heimavelli og á heimsvísu.
- Nemendurnir geta lært og þjálfað sig í ýmsum efnum, bæði handbragði, hugsun og framkomu, og þá líka heilsuhegðun, og allt þetta getur bætt námsgetu þeirra

http://www.landlaeknir.is/heilsa-og-lidan/verkefni/item12346/Heilsueflandi_grunnskoli

<http://www.gongumiskolann.is/framkvaemd/>

<http://hjoladivinnuna.is/>