

7 SUNDHED

Formål:

Sunde elever trives bedre og optager bedre viden. Vissenbjerg Skole har derfor udarbejdet et princip, som sætter rammerne for, at fremme en sådan kultur.

Målsætning:

Vissenbjerg Skole skal fremme elevernes viden om og forståelse for bl.a. kost, motion og mental sundhed og disses indvirkning på krop og sind.

På Vissenbjerg skole vil vi derfor:

Arbejde med følgende områder

Kost:

Det er bevist, at sund og nærende mad og drikke har en positiv effekt på et menneskes indlæringssevne. Vissenbjerg Skole ønsker at fremme elevernes forståelse for vigtigheden af at indtage en sund kost og skære ned på fed og sukkerholdig kost. Dette gøres blandt andet ved oplysning og forskellige konkrete tiltag.

Motion:

Motion har ligesom kosten en stor betydning for elevens indlæringssevne og velbefindende. Vissenbjerg Skole ønsker derfor at sætte fokus på motion som et vigtigt element i elevernes skoledag. Dette sker blandt andet via bevægelse i undervisningen, legepatruljer i frikvartererne og skolernes årlige motionsdag.

Skoleboden:

Maden i skoleboden skal afspejle et sundt, nærende og mættende udvalg.

Alkohol og stoffer:

Vissenbjerg Skole accepterer naturligvis ikke, at eleverne i skoletiden indtager eller er påvirket af alkohol eller nogen former for stoffer. Hvis skolen får en fornemmelse af, at en elev har et misbrug af den ene eller anden art skal skolen omgående orientere forældrene og i et samarbejde forsøge at hjælpe eleven til at komme ud af misbruget.

Rygning, snus og e-cigaretter:

På Vissenbjerg Skole er rygning, snus og e-cigaretter totalt forbudt. Dette gælder både elever, personale og forældre. Skolen ønsker endvidere at gøre en stor indsats for at forebygge og begrænse elevens rygning, blandt andet ved at oplyse om tobakkens skadevirkninger på kroppen.