



Sundhed

Principper for fællesskab og trivsel 2/5

Sundhed er vigtig for elevernes trivsel og for deres evne til at lære. Ubberud skole arbejder med sundhed på mange forskellige måder og med en forståelse af at sundhed er både fysisk, mental og social velvære. Det gælder såvel i spisesituationer og i undervisningen.

Mad

At spise varieret og at være mæt er medvirkende til at styrke børns koncentration og indlæringssevne, så de får det bedste udbytte af den givne undervisning. Det er forældrenes ansvar at deres børn har fået morgenmad, når de møder på skolen og at de – i løbet af skoledagen – får nok at spise til at kunne holde "dampen oppe". Flere sunde måltider i løbet af dagen skaber gode rammer for både læring og trivsel.

Børnemiljøet har mulighed for at købe mad gennem en skolemadsordning i Langesøhallen som supplement til madpakken.

Ungemiljøet kan tre dage om uge købe et sundt og varmt måltid mad i Cafeen i Ubberud Kultur- og bevægelseshus.

Det er lærere, pædagoger og elever, der sammen skaber gode spisesituationer i klasserne.

Klassens forældre kan lave aftaler om uddeling af lidt slik eller kage i forbindelse med fødselsdage eller fx en ugentlig kageordning.

Se yderligere i skolens ordensregler.

Søvn

Alle elever møder friske og veludhvilede.

Motion

Alle elever har undervisning i idræt mellem 2 og 3 lektioner om ugen. På 5. årgang erstattes idrætsundervisningen af svømmeundervisning. Undervisningen i idræt indeholder muligheder for fysisk aktivitet hver uge. Derudover bør bevægelse og sundhed inddrages i undervisningsforløb løbende.

Vi opfordrer til, at forældre sørger for, at deres børn cykler eller går i skole, hvis skolevejen tillader det.

Nikotinprodukter

Skolen og skoletiden er røgfri for elever, forældre, besøgende og medarbejdere. Vi henstiller til, at elever ikke ryger eller bruger andre nikotinprodukter. Hvis en af skolens medarbejdere opdager, at en elev ryger eller bruger andre nikotinprodukter, orienteres forældrene.

Se yderligere i skolens ordensregler

Frisk luft

Frisk luft er vigtigt for at trives og vi sørger for at eleverne får frisk luft i løbet af deres skoledag. Udreglerne kan findes i skolens ordensregler.

Rene omgivelser

Skolen bliver rengjort efter kommunens retningslinjer via en central rengøringsordning. Som supplement bør alle medarbejdere, forældre og elever være opmærksomme på at holde rent i klassen, gangarealer, toiletter og udeområder.

Besluttet af skolebestyrelsen marts 2024

Kristian Kühnel
Skolebestyrelsesformand

Pernille Madsen
Skoleleder