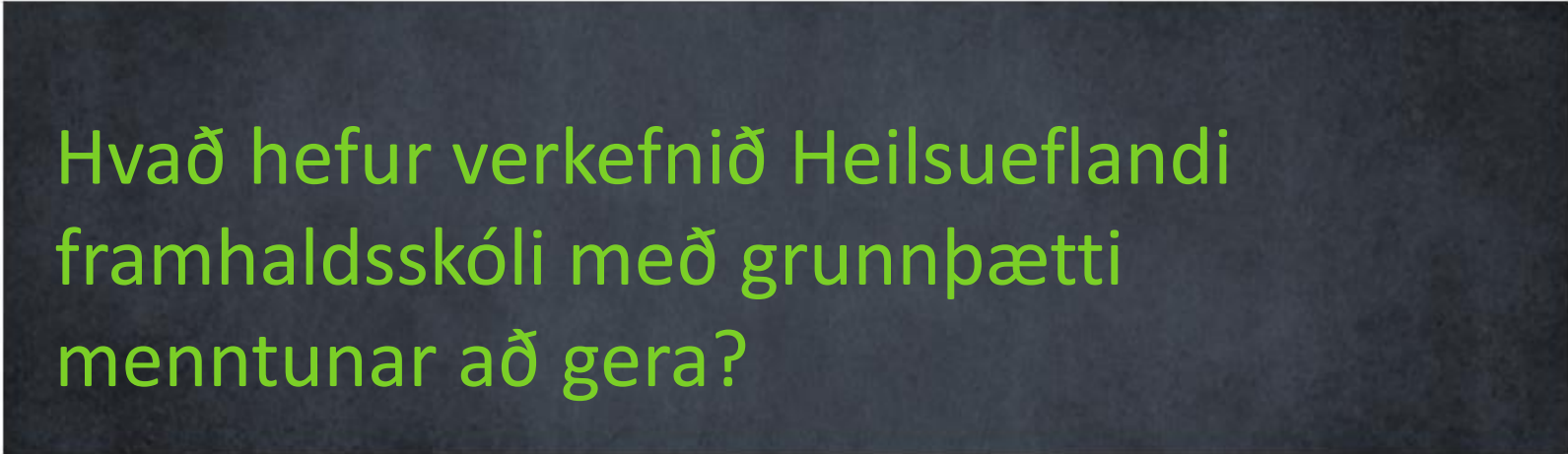




Lærum hvert af öðru
– virkjum grunnþættina.
Ráðstefna í Flensborgarskóla
31. ágúst 2012



Hvað hefur verkefnið Heilsueflandi
framhaldsskóli með grunnþætti
menntunar að gera?



Markmið framhaldsskóla

- **Hlutverk framhaldsskóla er að stuðla að alhliða þroska allra nemenda og virkri þátttöku þeirra í lýðræðisþjóðfélagi með því að bjóða hverjum nemanda nám við hæfi...**



Hvað er HoFF?

Landlæknisembættið
(áður Lýðheilsustöð)

Velferðarráðuneyti

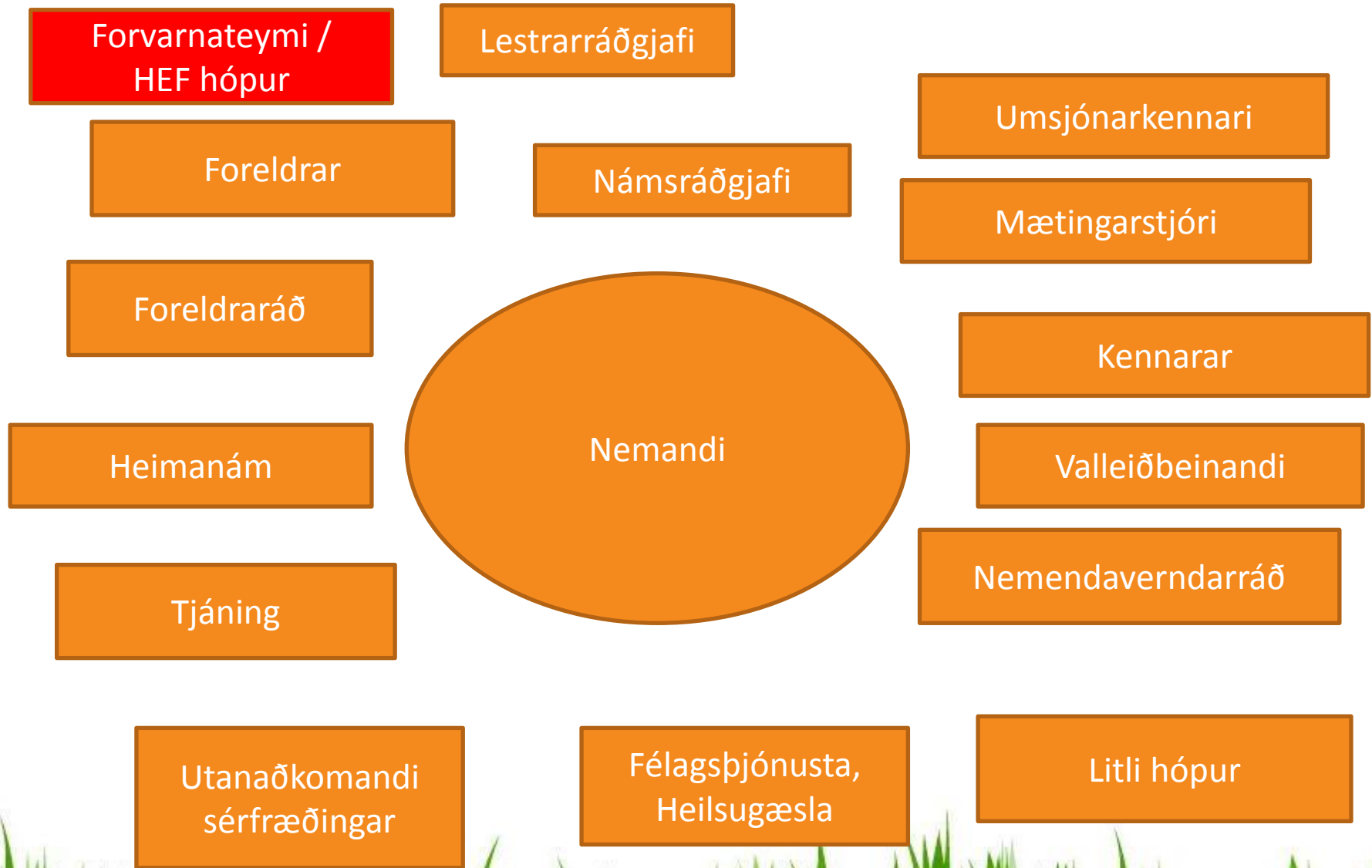
**Samband íslenskra
framhaldsskólanema
(SÍF)**

**Mennta- og
menningarmálaráðuneyti**

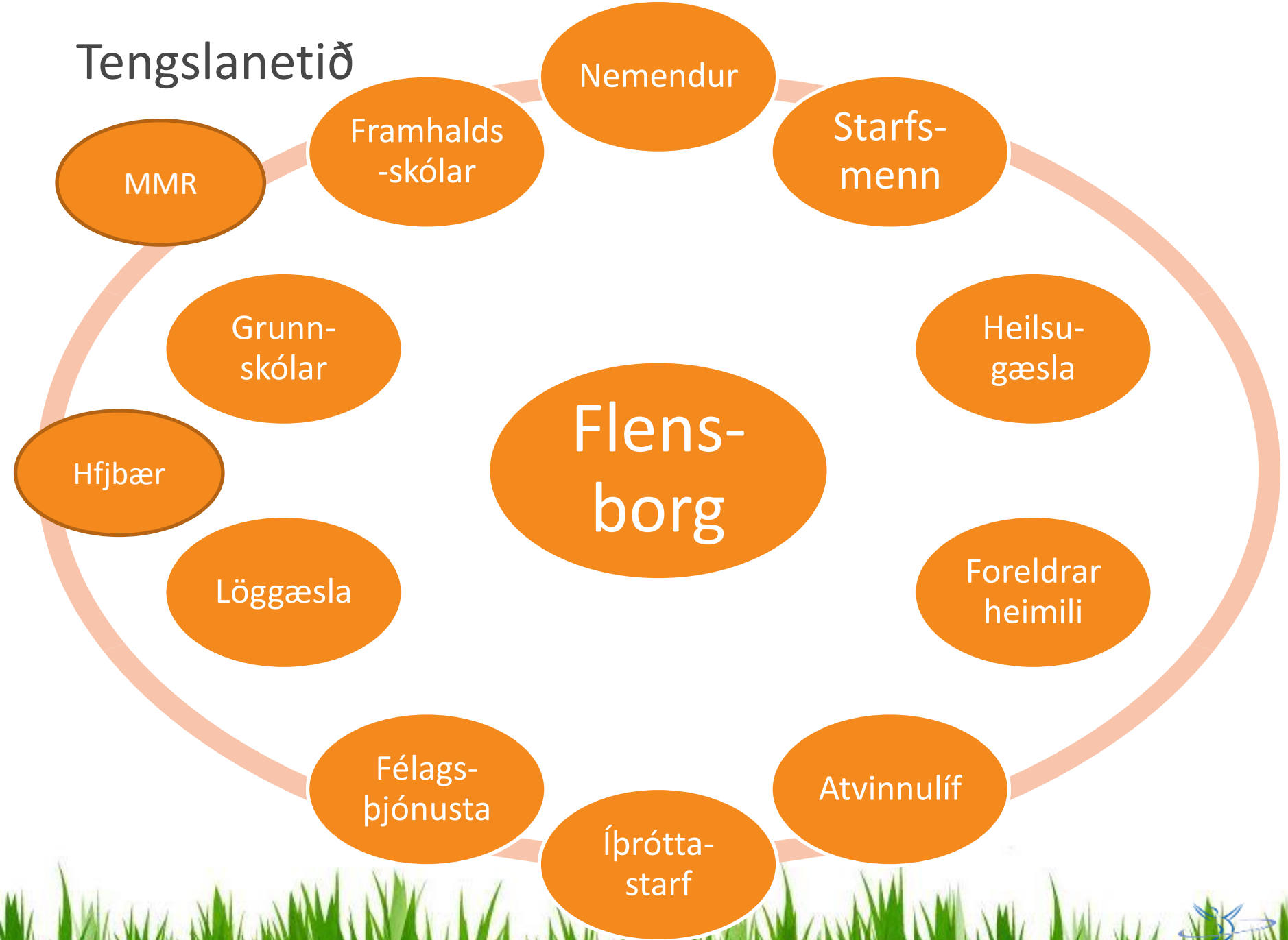
**Ýmsir
áheyrnarfulltrúar**

HOFF **HEILSUEFLING
OG FORVARNIR
Í FRAMHALDSSKÓLUM**

Viljum hafa hönd í bagga



Tengslanetið



Gildi heilsueflingar óumdeilt

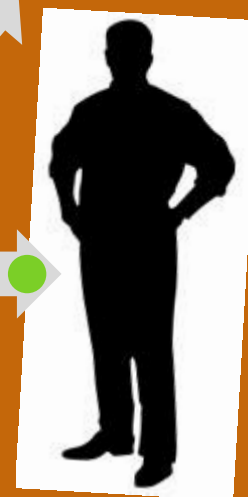
Fyrir alla í skólanum!

Vellíðan eflir og styrkir

*Eitt bros getur dimmu í dagsljós
breytt,*

Vanlíðan eyðileggur

*Hve iðrar margt líf eitt augnakast,
sem aldrei verður tekið til baka.*



Aðkoma og hlutdeild nemenda
mjög mikilvæg

Gamall draumur

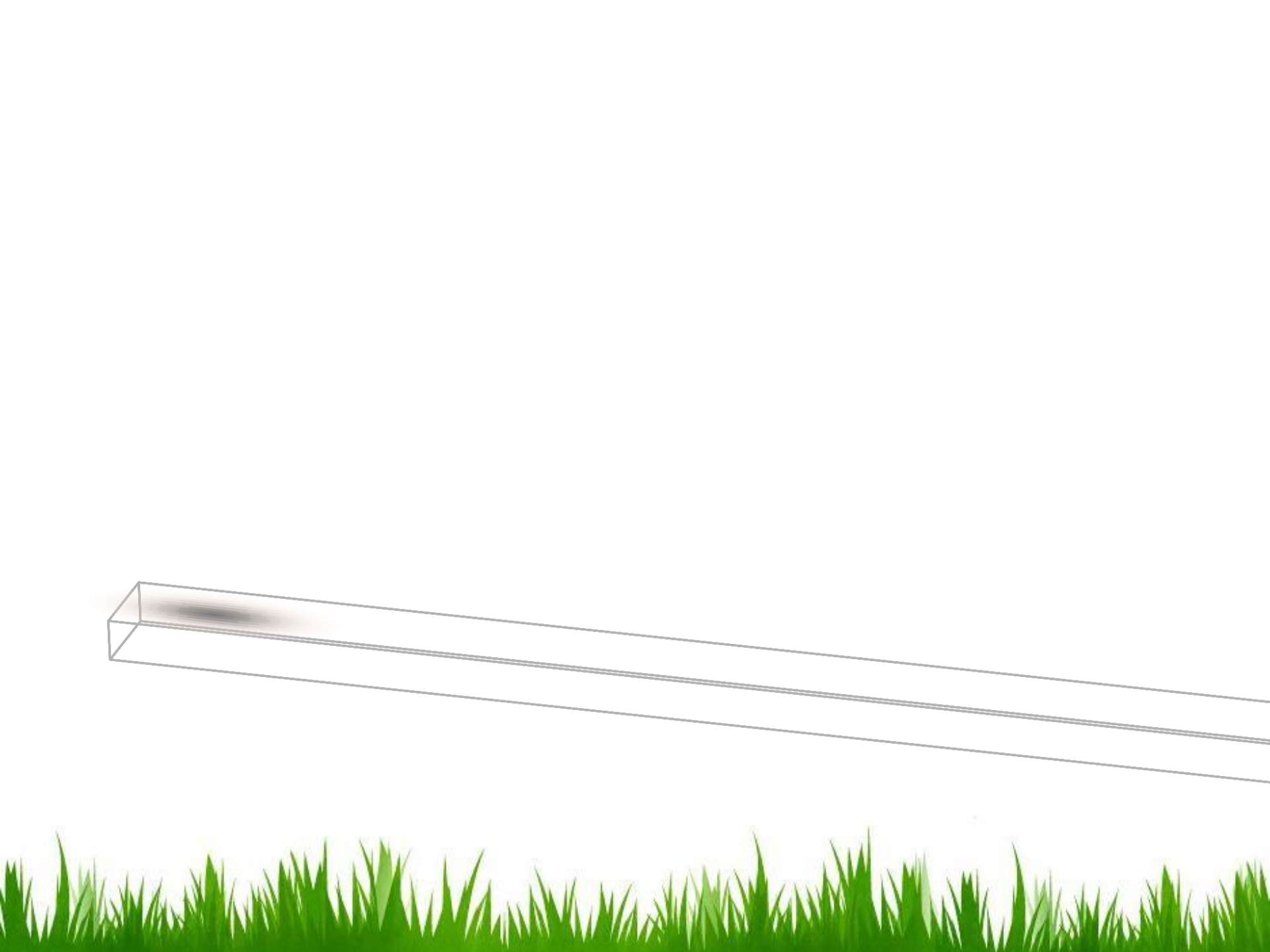
1
Nýtt hús
og
afrekssvið

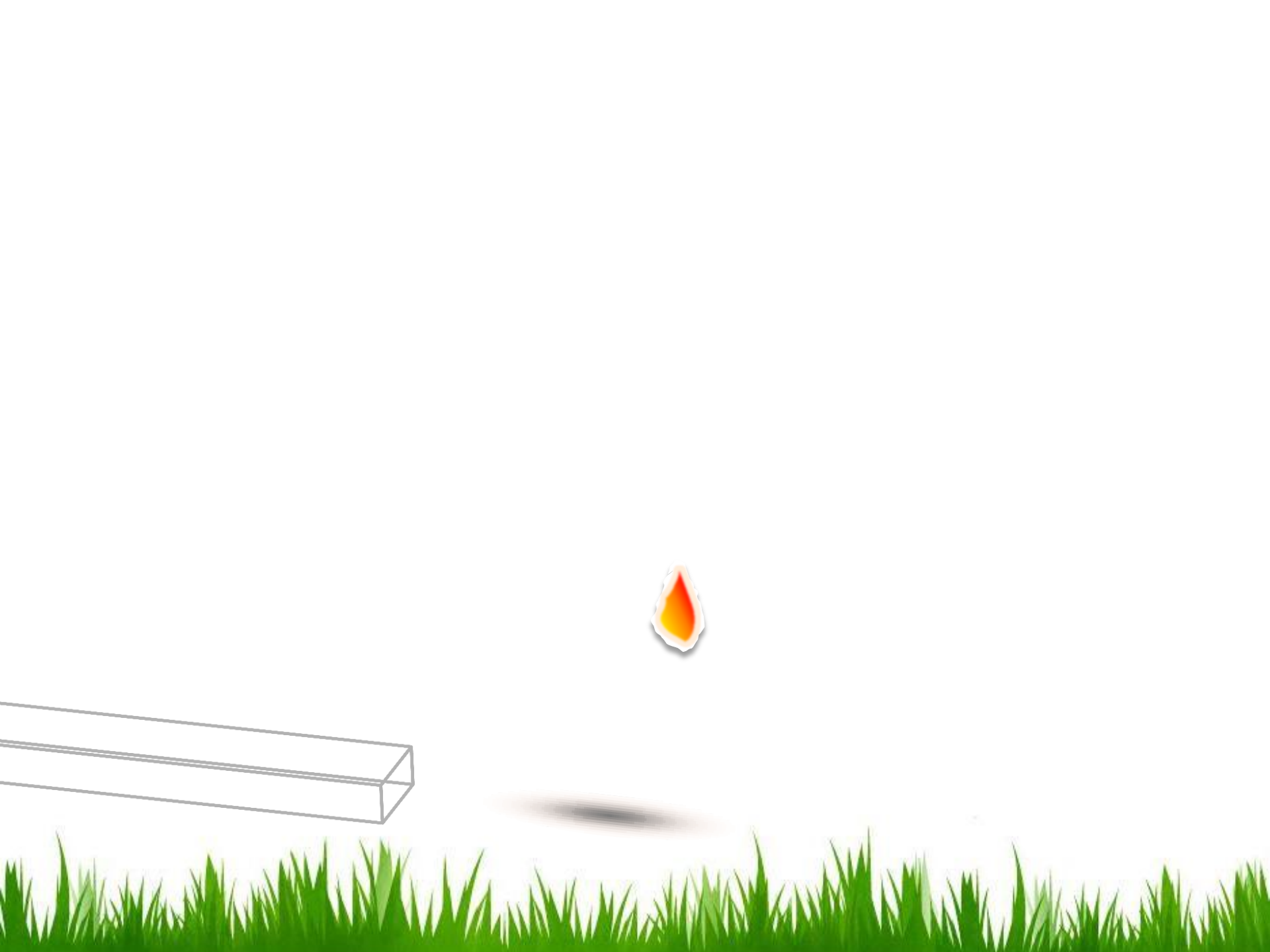
2
HEF hófst
með aðlögun
2009

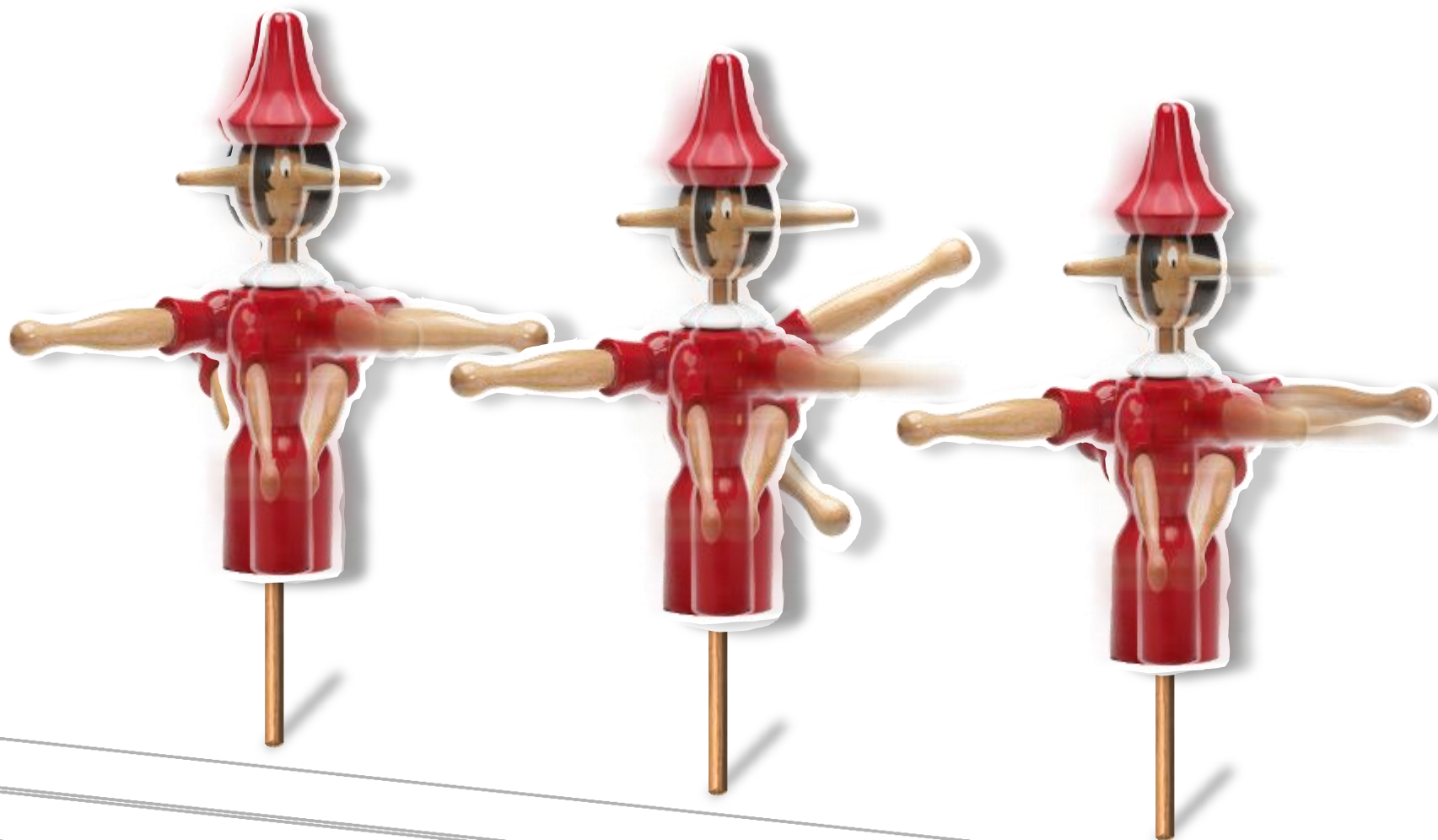
3
Frá 2010
verkefnið
tekið alla leið

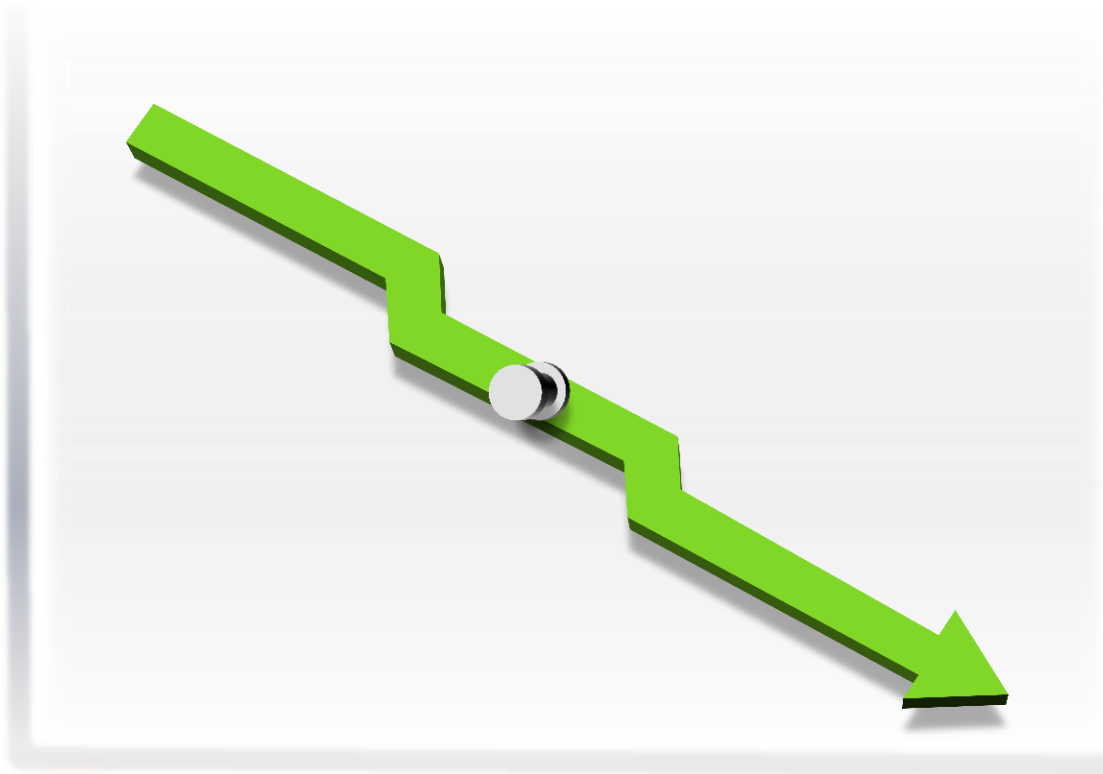
4
Ekki
átak

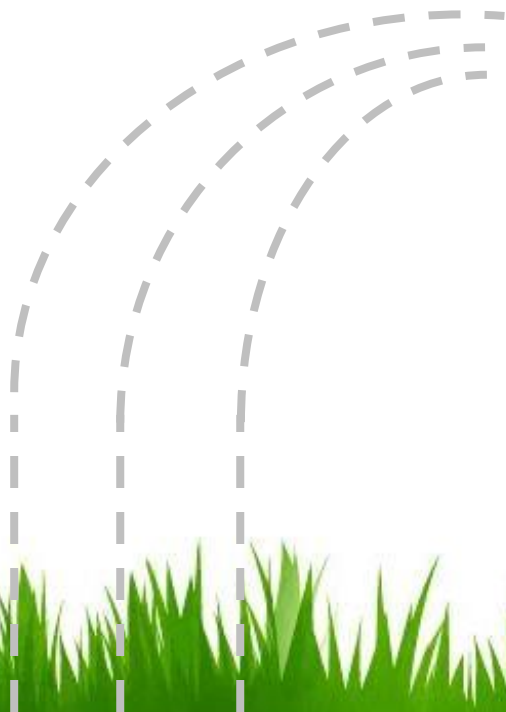
Hefur skóli eitthvað betra að gera? 













NÆRING



HREYFING



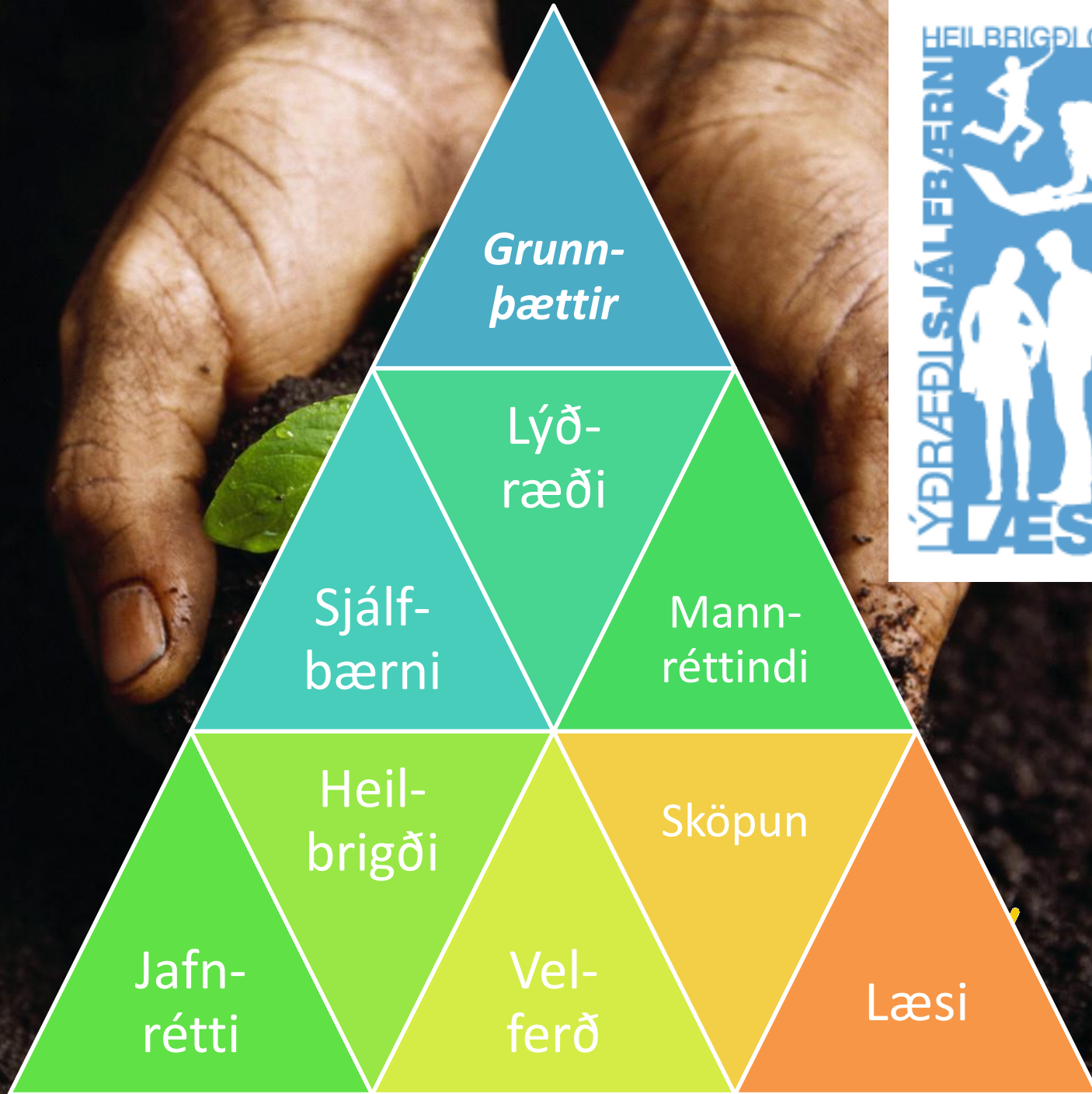
GEÐRÆKT



LÍFSSTÍLL



FLENSBORGARSKÓLINN



Ögranir



- Í Flensborgarskólanum er hvatt til hreyfingar og heilsusamlegs lífnis.
- Markmiðið er að auka vitund um gildi hreyfingar fyrir heilsu, líðan og árangur auk þess að hvetja Flensborgara til að hafa hreyfingu sem hluta af daglegum lífsstíl.

Hreyfing

Geðrækt

- Í Flensborgarskólanum leggja allir sitt af mörkum til að efla góðan starfsanda.
- Markmiðið er að samskipti einkennist af gagnkvæmri virðingu. Skólabragurinn endurspeglir fjölbreytileika mannlífsins og unnið verði gegn fordómum og stuðlað að jafnrétti. Hver einstaklingur fái notið sín á eigin forsendum.

Næring

Lífsstíll

- Í Flensborgarskólanum skal ávallt vera hollur valkostur í boði hvað varðar næringu.
- Markmiðið er að stuðla að aukinni vitund um gildi næringar fyrir vellíðan og velgengni.

- Í Flensborgarskólanum gefst nemendum og starfsfólki tækifæri til að tileinka sér hollan og heilsusamlegan lífsstíl.
- Markmiðið er að hvetja Flensborgarar til að taka upplýsta og ábyrga ákvörðun um hvaða lífsstíl þeir kjósa sér.



Næring



Næring skólaárið 2010-11

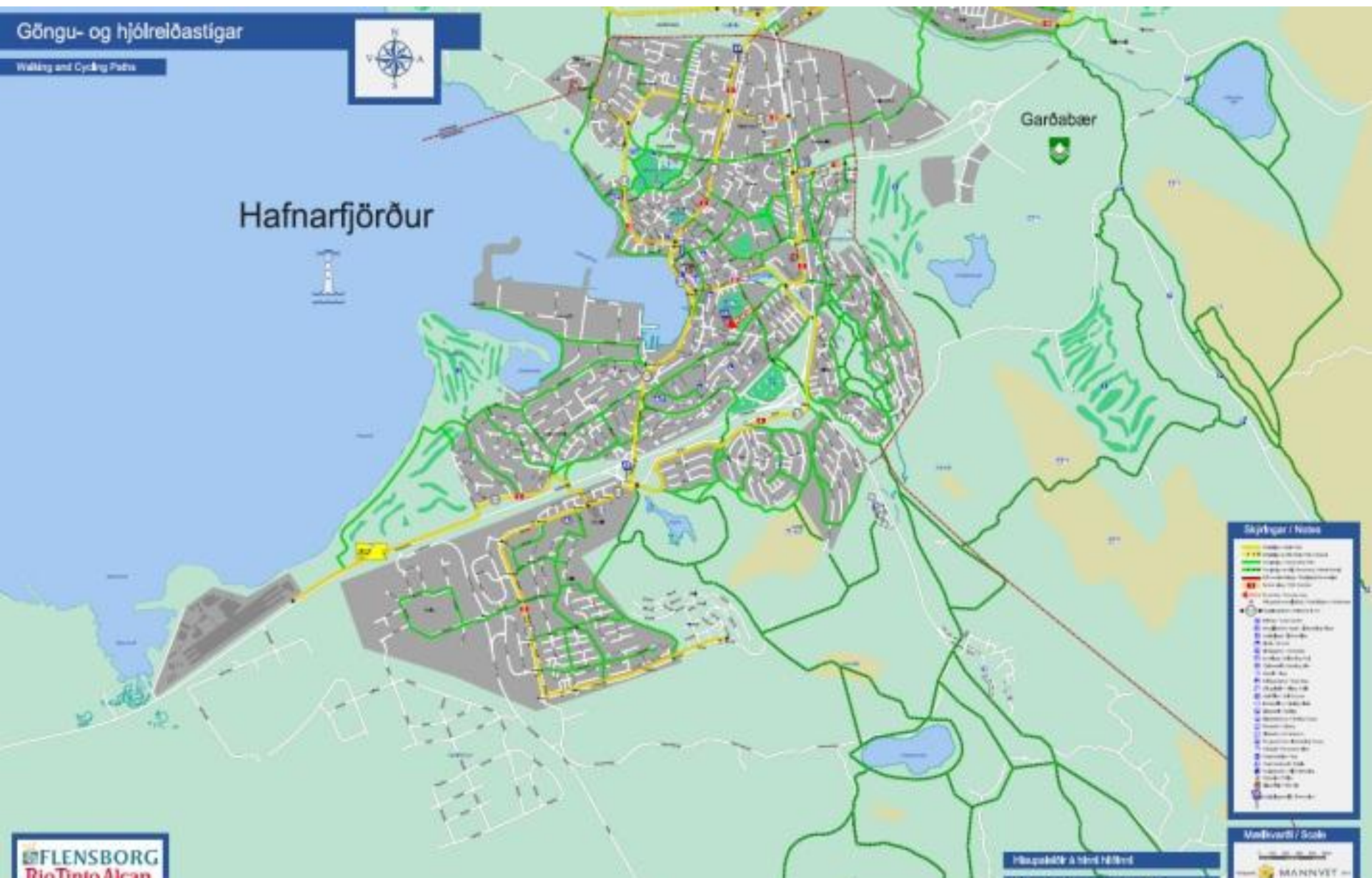
- **Flensborgardagur**
- **Mötuneyti**
- **Sýningarkápar í anddyri**
- **Fræðsluhorn á bókasafni**
- **Fræðslufundir fyrir nemendur, starfsmenn og foreldra**
- **Umfangsmikil rannsókn á heilsu og lífsháttum (endurtekin 2012 og 2014)**
- **Kennsluefnisgerð**
 - Verkefni í Íslensku, félagsfræði, leiklist, dönsku, sögu, lífsleikni á starfsbraut, spænsku og líffræði.
- **Tengsl við grunnþætti?**
 - Eflum læsi
 - Eflum sjálfbærni
 - Aukum heilbrigði og velferð
 - Ýtum undir sköpun í skólastarfi



Hreyfing



Hreyfing 2011-12 (annað ár næringar)





Geðrækt



Geðrækt 2012-13 (þriðja ár í næringu/annað ár hreyfingar...)

- **Flensborgardagur**
 - „Þjóðfundur“ um leiðarljós, líðan og skólabrag
 - **„Að vera heilshugar“ námskeið**
 - **Nýnemahátíð**
 - **Slökun og Yoga**
 - **Spurningalistar – tókum púlsinn**
 - **Verið að þróa námskeið o.fl.**
 - **(auk verkefna hreyfingar og næringar)**
- **Tengsl við grunnþætti?**
 - Vinnum með lýðræði, mannréttindi, læsi á eigin sjálf og umhverfi sitt, jafnrétti
 - Styrkjum heilbrigði og velferð
 - Leggjum kapp á skapandi hugsun



Lífstíll



Lífstíll 2013-14 (og svo framvegis...)

- **Flensborgardagur**
- **Verkefni sem snerta lífstíl**
- **(auk verkefna hreyfingar og næringar og geðræktar)**
- **Tengsl við grunnþætti?**
 - Munum án efa tengja saman það sem þegar er komið og leggja áherslu á lífstíl sem eflir og styrkir grunnþættina alla
 - Í öllu mótunarstarfinu er leitað samráðs, samstarfs og skapandi hugsunar



Næring





Hreyfing





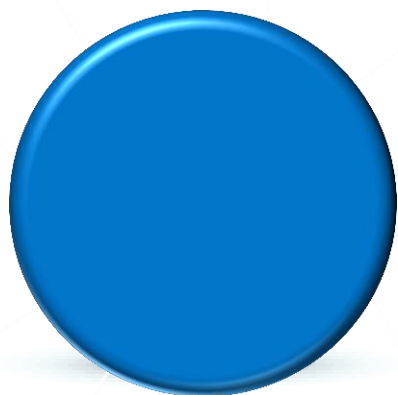
Geðrækt





Lífstíll





Og svo

áfram og áfram...





Mikilvægt verkefni og styrkir starf skólans, eflir samstöðu og skerpir sjálfsmynd





**Lausnarmiðað starf sem
allir getið tekið þátt í og er
sannarlega þverfaglegt**

Tilkoma verkefnisins féll beint að hugmyndafræði stjórnenda

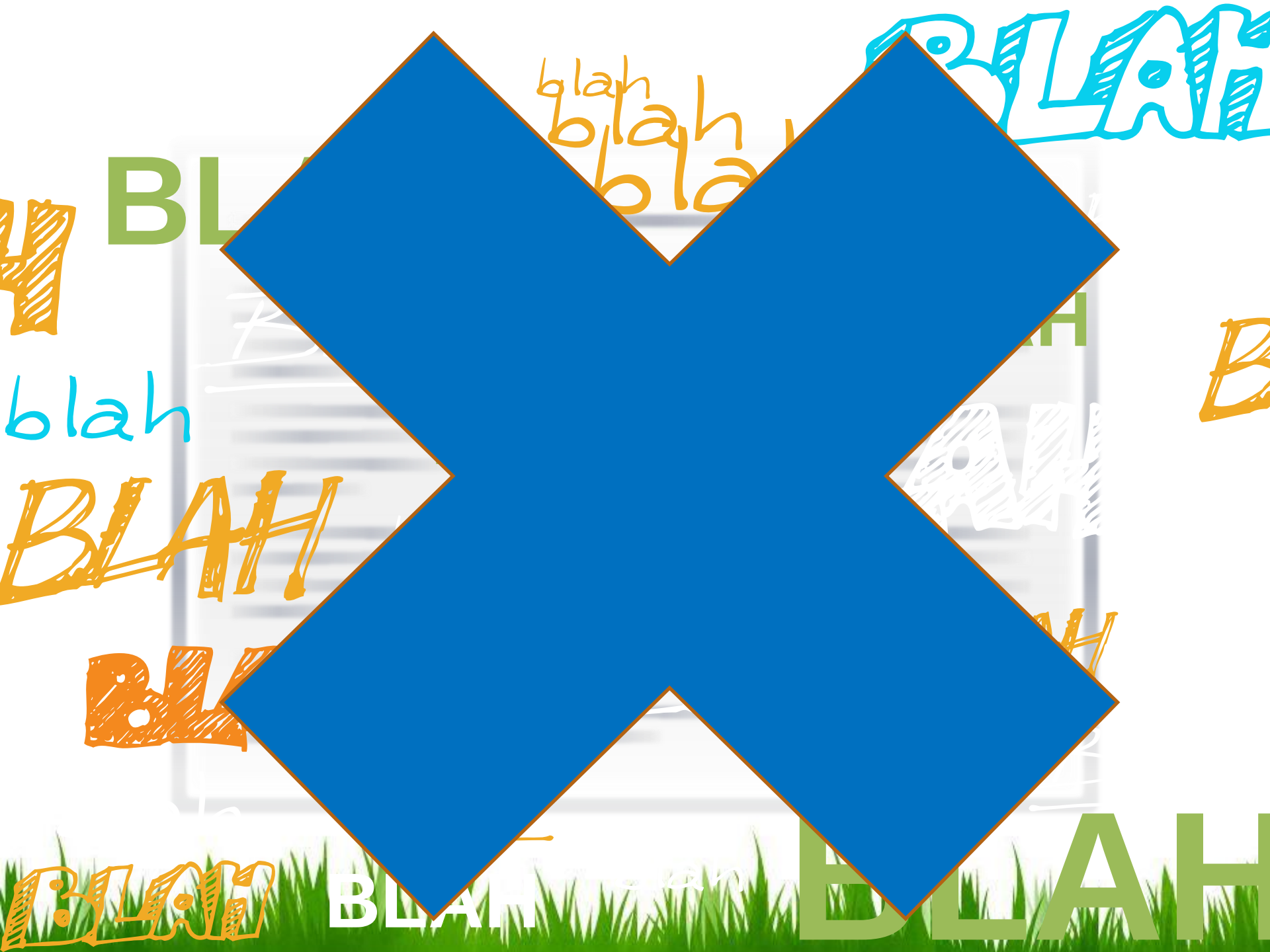


Hefur beina tengingu við námskrárvinnu, ekki síst þessa mikilvægu þverfaglegu þætti

Og nú er bara að halda áfram að koma þessu inn í almennu fögin!









Heilsueflandi skóli



framtíðarinnar vegna



Flensborg 130 ára!
Fyrst og fremst – fersk