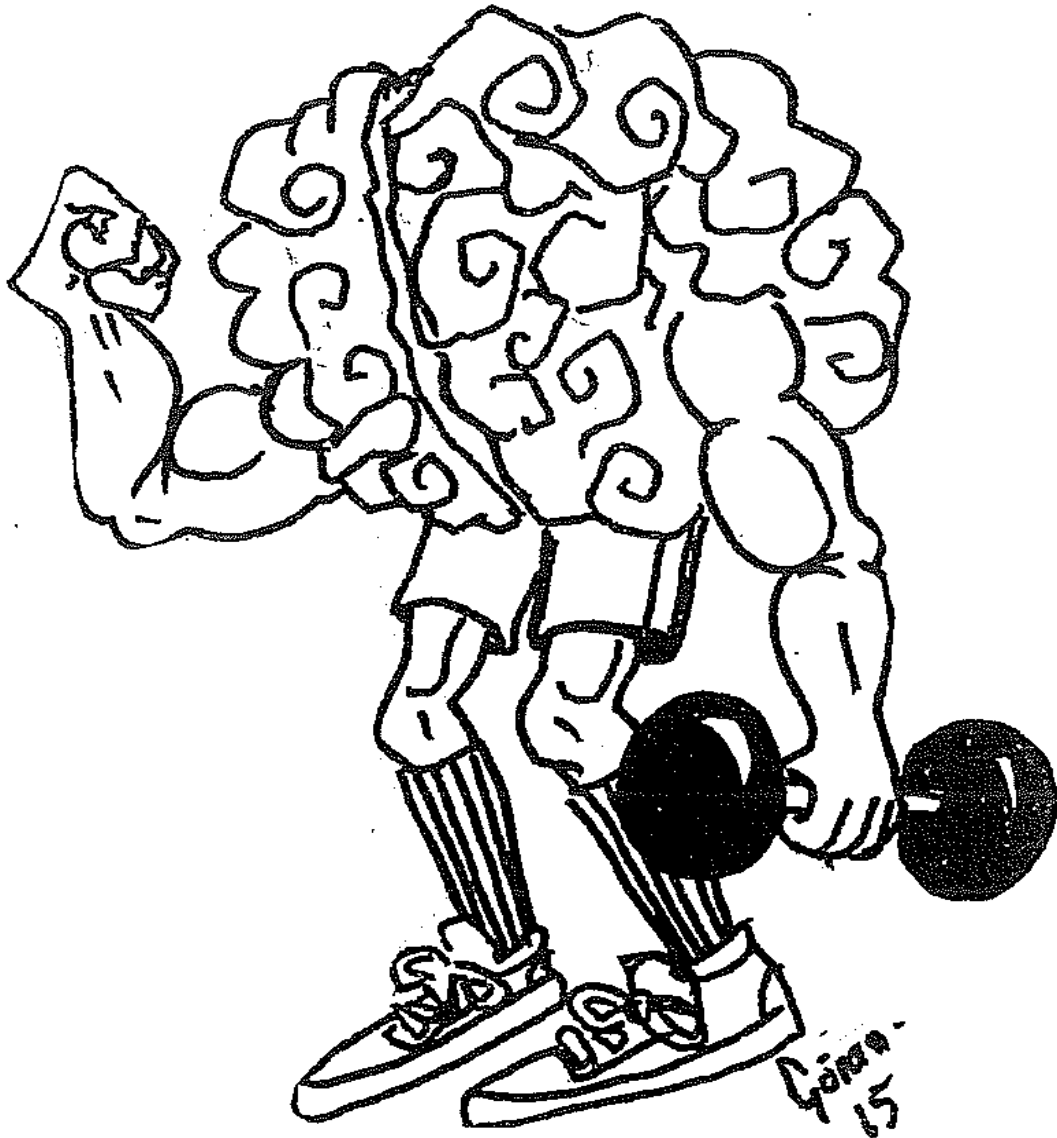


# Aktivitetsplan LÅ 17/18

Hjärna rörelse - Bäckahagens skola



# Innehållsförteckning

	Sida
Extra idrott	3
Pulsträning	3
Simning	4
Skol-IF	5
Organiserad rastverksamhet	6
Externa aktörer	7
Generation PEP	7
Arbetsmiljö för rörelse	8
Personalaktiviteter	8

## AKTIVITETER

### EXTRA IDROTT

Alla klasser upp till årskurs åtta är screenade i ett motoriktest. Höstterminen 2017 screenas de nya sexårsgrupperna. Alla elever som har behov av extra idrott erbjuds det 1gg/vecka och detta kommer

eleverna ha inskrivet i sin Individuella utvecklingsplan (IUP). Extra idrotten dokumenteras fortlöpande.

Syftet är att alla barn ska få möjlighet att upptäcka sin egen kropps färdigheter och att chansen till extra stöd även finns i ämnet Idrott och hälsa. Att utveckla en bra motorik ger positiva effekter för inläringen.

#### ANSVARIG

Sanna Norlander

#### ANSVAR SOMRÅDE

- Screena alla klasser upp tom åk 6 i motorikstestet.
- Nya elever som ska börja i åk 1-6 screenas om ansvarig Idh lärare ser det behovet.
- Skicka brev till vårdnadshavare med erbjudande om extra idrott till de som erbjuds extra Idh.
- Informera elevhälsoteamet (EHT) och mentor för upprättande av åtgärdsprogram som vårdnadshavare godkänner.
- Planerar, genomför och följer upp elevernas framsteg.
- Rapporterar resultat till samordnare Hjärna rörelse.

#### MÅL

Att alla som erbjuds tackar ja till extra idrott och att de har en hög närvaro.

Att rörelserikedomen ökar och att de klarar testet inom ett år och inte behöver extra idrott.

#### VIKTIGA DATUM

- Screening nya elever under augusti-september.
- Resultatrapport inne senast 30 november 2017 och 18 maj 2018.

### **PULSTRÄNING**

Alla elever i grundskolans årskurs 9 genomför pulsträning 1 gg/vecka. Pulsträningen går in på sitt tredje och sista år.

Syftet är att höja elevernas uthållighet och att eleverna ska få chans att mäta sin egen kondition. Vi vill se hur pulshöjande träning påverkar skolarbetet/resultaten när eleverna går direkt in på en teoretisk lektion efter pulsträningen.

#### ANSVARIG

Petri Aho-Schjölín

#### ANSVAR SOMRÅDE

- Planerar och genomför pulsträningen.
- Håller kontakt med stadens övriga pulsskolor och går på möten med Stadens sammankallande.
- Informerar berörda mentorer.
- Skickar in rapport/tester till Magnus Åkesson på Idrottsförvaltningen.
- Delge resultat till biträdande rektor och ansvarig matematiklärare för resultatuppföljning.
- Mäta meritvärdet och betyg Idrott och hälsa, både höst- och vårbetyget.
- Rapporterar resultat till samordnare Hjärna rörelse.

Magnus Åkesson på Idrottsförvaltningen följer och mäter detta. Mätning sker kontinuerligt under 3 år och samkörs med enkäten ung livsstil och betyg 2ggr/år.

#### MÅL

Högre arbetsro på lektionen som är direkt efter pulsträningen och att på sikt få ökade resultat genom ökad kondition. Skolresultaten sammanställs av samordnaren i Hjärna rörelse.

#### VIKTIGA DATUM

- Steptest 4ggr/år. Vecka 38, 50 och 2018 vecka 11 och 21.
- Resultatrapport inne senast 1 vecka efter steptestveckan (ovanstående veckor).

#### SIMNING

Alla elever på skolan screenas i simkunnighet. De elever som har behov av extra vattenvaneträning eller simträning erbjuds det. Detta sker både i skolans och stadens regi med veckointensiva insatser och under lov.

Syftet är att alla elever på skolan ska kunna simma när årskurs 6 avslutas då alla fått vattenvaneträning och simlektioner efter denna modell i lågstadiet. Detta mål ligger därför längre fram i tiden.

#### ANSVARIG

Ronnie Iveslätt

#### ANSVAR SOMRÅDE

- Bokning av simhall.
- Screena alla skolans elever i simkunnighet.
- Erbjuder elever som inte klarar målen extra simundervisning i någon av de olika formerna som tillhandahålls och informera berörda arbetslagsledare/mentorer.
- Planerar och genomför simundervisning.
- Följer upp resultat.
- Organiserar lovsimskola, anmälningar och resultat.
- Ge EHT information om rutinerna gällande simning och som delas ut av EHT till nya elever och föräldrar i samband med inskrivningsmöte.
- Informera mentor vid låg närvaro.

#### MÅL

Juni 2018

Årskurs 3; 75 % av eleverna kan simma 50 m i magläge samt 25 meter ryggsim.

Årskurs 6; 90% av eleverna kan simma 200 meter varav 50 meter på rygg.

Årskurs 9; 90% av eleverna kan simma 200 meter varav 50 meter på rygg.

Not; målen i årskurs 3 ökas med 10% per år och de övriga med 5% per år tom juni 2019 då målen ska vara 85% i årskurs 3 och 95% i årskurs 6 och 9.

#### VIKTIGA DATUM

- Resultatrapportering 30 november och 18 maj.
- Första arbetsveckan i augusti skall simhallsbokning göras.
- Kontakt med staden om olika lovsimskolor, i god tid (ca 2 månader) inför höstlov, sport- och sommarlov (mars).
- Närvaro och resultatuppföljning i oktober och mars.
- Screening i augusti och september.

#### SKOL-IF

Bäckahagens skolidrottsförening (skol-IF) ordnar aktiviteter för alla elever på skolan. Aktiviteterna genomförs av våra äldre elever som även får en ledarskapsutbildning. Skol-IF har en tillsatt styrelse. Vi deltar även i skoldistriktmästerskap (skol-DM) där vi möter andra skolor i olika idrotter.

Syftet är att kunna erbjuda alla medlemmar i skol-IF någon form av rörelse/aktivitet och därmed öka intresset för idrott och rörelse.

#### ANSVARIG

Malin Andersson

#### ANSVAR SOMRÅDE

- Boka salar/idrottsanläggningar.
- Informera elever på skolan genom annonsering på hemsida och i glasmonter om Skol-IF och anmälningar till Skol-DM.
- All elevregistrering så som medlemskap och närvaro på varje aktivitet.
- Styrelsemöten i Skol-IF.
- Administration; söka bidrag/stöd, betala avgifter, lämna in årsrapport, externa kontakter med olika ansvariga och SISU.
- Informera om vilka aktiviteter som erbjuds på skolan.
- Utveckla vår förening genom studiebesök & utbildningar.
- Att våra nyutbildade ledare får hålla i fysiska aktiviteter mot yngre elever genom vår förening.

#### MÅL

Att tillsätta en styrelse. Utbilda 10-15st elever till ledare årligen. Ledarledda aktiviteter för yngre under vårterminen 2018. Delta i skol-DM i flera grenar. Utveckla Skol-IF med intressanta och varierande aktiviteter.

#### VIKTIGA DATUM

- Anmälan till tävlingar/matcher i skol-DM.
- Arrangera årsmöte innan mars månads slut, då även en ny styrelse utses.
- Styrelsemöten, minst två gånger per termin. Datum ska bestämmas när schemat är klart.
- LOK-stöd 25:e augusti & 25:e februari.
- En årsrapport av årets aktiviteter i slutet av vårterminen.
- Betala årsavgifter i januari.

#### **ORGANISERAD RASTVERKSAMHET**

Syftet är att lågstadieleverna får en allsidig fysisk aktivitet dagligen under skolveckan som ökar elevernas rörelserikedom och rörelseglädje.

Alla elever på lågstadiet erbjuds 30 min organiserade fysiska aktiviteter varje dag under skoltid.

#### ANSVARIG

Issam Hariri

#### ANSVAR SOMRÅDE

- Skapa rastaktivitetsschema för pedagogerna som genomför aktiviteterna.
- Att aktivitetslådan är fylld med inspirationsmaterial och att materialet används.
- Stödja övriga rastvärdar i deras olika uppgifter under rasterna.
- Synliggöra verksamheten internt och externt bla på hemsida, infotavla, veckobrev och sociala medier.
- Ansvara för inköp.

#### MÅL

Att alla elever är fysiskt aktiva på rasten.

Att studieresultaten ökar genom förbättrad undervisningskvalitet.

#### VIKTIGA DATUM

- Rastaktivitetsschema klart måndag 21 augusti.
- 28 augusti startdatum för eleverna.
- Materialinventering klar 15 september.
- Budgetförslag från ansvarig klart 1 oktober.

## **EXTERNA AKTÖRER**

Externa aktörer har ett läsåravtal. Syftet för de externa aktörerna som kommer till oss är att de genomför en aktivitet som vi själva inte har kapacitet att sköta. Det kan vara specifik kompetens, utrustning eller lokaler/utrymmen som vi saknar. Dessa aktiviteter ska, som alla andra aktiviteter, bidra till att vi når våra resultatmål.

### **ANSVARIG**

Samordnare Hjärna rörelse

### **ANSVAR SOMRÅDE**

- Kontaktperson med externa aktörer.
- Stödja med logistik och information till elever, medarbetare och föräldrar.
- Skriva avtal.

### **MÅL**

I "Externa aktörer" finns inga specifika mål. Detta område finns till för att specificera ansvarsområdet för den ansvarige när externa aktörer finns på skolan.

Enskilda mål skrivs till den specifika aktiviteten tillsammans med den externa aktören.

### **VIKTIGA DATUM**

Inga just nu.

## **GENERATION-PEP (GEN-PEP)**

Från [www.gen-pep.se](http://www.gen-pep.se)

"Generation Pep (GEN-PEP) är en icke vinstdrivande organisation som arbetar för att sprida kunskap och skapa engagemang kring barn och ungdomars hälsa. Målsättningen är att ena företag, organisationer och människor för att tillsammans underlätta för barn och ungdomar att leva ett hälsosamt liv. Initiativtagare är Kronprinsessparet och bakom initiativet står ledande svenska företag, stiftelser och ideella organisationer."

Detta är en ny aktivitet som inleds under hösten 2017. Denna aktivitet kommer både att tillföra kunskap om fysisk aktivitet och kost men också utvecklingsområden för oss. GEN-PEP blir även ett samarbete med andra skolor där erfarenheter utbyts.

Det finns ett pep-team med fyra elever och fyra medarbetare (blå skolsköterska och kock).

Arbetsområdena är fysisk aktivitet och kost.

### **ANSVARIG**

Samordnare Hjärna rörelse

### **ANSVAR SOMRÅDE**

- Inventera/utvärdera nuvarande kosthållning och fysisk aktivitet på skolan.
- Ta fram handlingsplan för kost och fysisk aktivitet.
- Delta i Gen-pep möten var 14:e dag.
- Att föra loggbok på veckobasis (erfarenhetsbaserat för framtida gen-pepskolor).

### **MÅL**

Inga specifika än, kommer under läsåret.

## VIKTIGA DATUM

- Teamet klart 1 september.
- 30 september utvärdering klar.

## ARBETSMILJÖ FÖR RÖRELSE

Syftet är att skapa en inne- och utemiljö som inspirerar eleverna till spontana fysiska aktiviteter. De ska också vara aktiviteter som uppmuntrar till lek utan prestige eller tävlingskaraktär. Elevernas inflytande över arbetsmiljön är viktig och därför är dialogen med elevombuden en viktig arbetsuppgift för den aktivitetsansvarige. Likabehandlingssamordnaren är delaktig i denna punkt utifrån mångfald, för att inte miljön ska bli alltför likriktad.

## ANSVARIG

Omid azad

## ANSVAR SOMRÅDE

- Den fysiska inne- och utemiljön för elever.
- Dialog med elevombud och likabehandlingssamordnare.
- Samverka med vaktmästeri, SISAB mfl.
- Ansöka om bidrag för utveckling av miljön.
- Verka för en pågående dialog med kolleger om utveckling av arbetsmiljön.
- Verkställa projekt, installationer, målning av citat osv.

## MÅL

Skapa en arbetsmiljö som stimulerar och motiverar de flesta/alla elever till rörelse.

## VIKTIGA DATUM

Inga just nu.

## PERSONALAKTIVITETER

Att ge personalen möjlighet att hitta sin rörelseglädje är viktigt för att kunna agera förebilder till eleverna.

## ANSVARIG

Samordnare Hjärna rörelse

## ANSVAR SOMRÅDE

Informera och genomföra aktiviteter.

## MÅL

Bra uppslutning från medarbetare.

## VIKTIGA DATUM

Inga just nu.

September 2017

Ronnie Iveslätt, samordnare Hjärna rörelse

Epost: [ronnie.iveslatt@stockholm.se](mailto:ronnie.iveslatt@stockholm.se)

Telefon: 08-50820469

Twitter: @ronnieiveslatt

Sabine Albertson, rektor Bäckahagens skola

