

## Idræt-leg-bevægelses-SFO

Vi har vores opmærksomhed rettet imod den kropslige udfoldelse og bevægelsesglæde i hverdagens aktiviteter. Hver dag tilbyder vi børnene aktiviteter i festsalen, tumlesalen, skoven eller udenfor, som har med idræt, leg og bevægelse at gøre. Vi mener, at det er en fundamental del af børns udvikling og den måde, de oplever deres omverden på, at de får lov til at være fysisk aktive, både alene og i samspil med andre.

Vi mener, at det er vigtigt at understøtte børnene, bl.a. ved at vise dem, hvilke muligheder der er inden for idrætsverdenen. Bevægelse, dans, de forskellige sportsgrene, nye og gamle lege, skattejagt, orienteringsløb, forhindringsbaner og meget mere kunne nævnes. Igennem de fysiske og psykiske udfordringer, vi ønsker at give børnene, vil de opnå en stor kropsbevidsthed og fysisk styrke, der er med til at give dem succesoplevelser. Dette er medvirkende til at gøre børnene mere selvsikre og dermed give dem mere gåpåmod til at turde gå i gang med andre udfordringer, der dukker op i deres hverdag.

Ved at dyrke holdsport vil vi også implementere vores pædagogiske indsatsområder såsom venskaber og medansvarlighed. Børnene vil lære at samarbejde, de vil blive dygtige til at modtage kollektive beskeder og udføre opgaverne.

Vi håber også, at vi vil opleve, at børnene bliver bedre til at hjælpe hinanden, vente på hinanden og især vente, til det bliver deres tur. Samtidig håber vi, at børnene også vil blive bedre til at tage hensyn til mindre børn, blive bedre til at overskue forhindringer og arealer og dygtige til at lære nye regler for lege og aktiviteter (dette er dokumenteret i andre idrætsinstitutioner).

### Formål

- At gøre bevægelse og fysisk aktivitet til en del af hverdagen
- At børns selvværd styrkes ved at mestre deres krop
- At børnene bliver glade for idræt og bevægelse – at give børnene idrætsglæde, så de får lyst til livslang idræt
- At udvikle det enkelte barns sociale kompetencer og gøre det selvhjulpet via idræt, leg og bevægelse
- At støtte barnet i dets sociale udvikling og i at skabe venskaber
- At udvikle barnet i medansvarlighed i forhold til egen krop og til en gruppe (et hold)
- At forebygge fedme både gennem bevægelse, men også ved sund kost
- At børnene får mulighed for at udvikle sig og få stimuleret sanser og legemønstre
- At give børnene et udviklende miljø mellem voksen-barn og barn-barn
- At give børnene gode idrætsoplevelser, der tager udgangspunkt i legen, og som tilstræber balance mellem udfordring, sundhed og fællesskab
- At give ekstra støtte og hjælp til børn fra anden etnisk kultur, der ikke har kendskab til vores foreningsliv, så de evt. kan blive fremtidige brugere
- At gøre bevægelse og fysisk aktivitet til en del af hverdagen, især for de børn, der ikke er fysisk aktive i forvejen
- At vi lever op til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om at være fysisk aktive mindst en time om dagen.

Vores vision udelukker ikke de andre pædagogiske aktiviteter, der forefindes, men vi har valgt at sætte ekstra fokus på sund kost, leg, idræt og bevægelse.

Læs mere i vores virksomhedsplan.

## **Kostpolitik**

I SFO Sct. Jørgen har vi vedtaget en kostpolitik, hvor vi vil prioritere:

- At vores kost er økologisk
- At vi bruger sukker i et begrænset omfang
- At vi bruger så lavt fedtindhold som muligt i kød
- At vi tager hensyn til børn fra andre kulturer og dermed ikke serverer svinekød til dem
- At kødet bliver tilberedt således, at alle børn uanset religiøs overbevisning må spise det.

Derudover har vi en måltidspolitik og forventninger til madpakken, som man kan læse mere om i vores virksomhedsplan.

## **Bevægelsespolitik**

*Formål: Sunde børn – både fysisk, socialt og psykisk.*

Det betyder, at vi gennem vores vision vil styrke børnene, så alle får mulighed for at få det bedre:

- Psykisk – øget fysisk aktivitet og kropsbevidsthed giver børnene selvværd.
- Fysisk – forebyggelse af overvægt og fysisk inaktivitet, og dermed fremtidige livsstilssygdomme. For at opnå fysisk selvværd, skal børnene opleve at have det rart med en krop i bevægelse.
- Socialt – at vi støtter børnene i deres sociale udvikling og i at skabe venskaber. At udvikle børnene i medansvarlighed i forhold til egen krop og til en gruppe (et hold) og ligeledes styrke børnenes empati og sociale kompetencer og gøre børnene selvhjulpne. Vi ønsker, at børnene lærer om "teamspirit", hvor man bakker hinanden op og fremstår som et hold, som tager hånd om hinanden.

## **Vi vil tilbyde børnene sjove, spændende og udfordrende aktiviteter**

Efter skolereformens implementering i starten af skoleåret 2014/2015 er børnene i undervisning hver dag til kl. 14.00. Dette har fået indflydelse på børnenes SFO-tid, som er blevet kortere. På Sct. Jørgens Skole har lærere/pædagoger i samarbejde defineret, hvad den understøttende undervisning skal bruges til – og er her enige om bevægelse. Alle SFO-pædagoger er ansvarlige for de understøttende undervisningstimer i skoleregi. Dermed er SFO'ens daglige fokus på bevægelsesaktiviteter flyttet over i undervisningsregi, hvor alle børn i indskolingen dagligt bevæger sig i den understøttende undervisning.

Ud over dette har vi stadig dagligt mulighed for bevægelse i vores tumlesal, der er åben i hele SFO-åbningstiden. Der er dagligt en eller anden form for bevægelsesaktivitet, som børnene kan vælge i deres SFO-tid.

Vores samarbejde med de lokale idrætsforeninger er desværre nede på et minimum pga. skolereformen. Det betyder, at vi ikke i samme omfang som tidligere kan udfordre børnene med nye spændende former for idræt, leg og bevægelse.

Vi arbejder med afdelings-, klasse-, alders- og kønsopdelte børnegrupper både i de daglige idrætsaktiviteter, i undervisningsregi og i SFO-tid.

### **Vi vil være engagerede og fagligt dygtige voksne**

Det betyder, at vi som voksne vil være rollemodeller. Vi vil inspirere og deltage aktivt sammen med børnene i vores aktiviteter. Vi vil bruge vores idrætsuddannelse i det daglige arbejde, men også ud fra den faglige viden, vi har omkring børns udvikling.

### **Vi vil bruge konkurrence som motivation**

For os betyder det, at vi ser konkurrencen som en motivationsfaktor, herunder konkurrence med sig selv. Der skal ikke kun være feedback på resultater, men også på egen præstation. Vi skal også lære og støtte børnene i at sætte personlige mål – som dermed kan anspore til at yde lidt mere – at konkurrere med sig selv. Vi skal huske moment af leg i konkurrencen.

Vi skal forholde os til, at det at dyste er en del af hverdagen – men det skal foregå i et positivt samspil mellem alle dem, der deltager.

### **Motorisk screening som et nyt tiltag**

Vi arbejder med motorisk screening og bruger MUGI-testen, der er udviklet i Sverige. Når de kommende 0. klasser starter i SFO-regi i maj måned, begynder vi med motorisk træning og har her fokus på børnenes motoriske udvikling. Selve MUGI-testen laver vi i juni måned, og efterfølgende aftales indsatsen for de motorisk svage børn. Dermed vil den motoriske indsats starte og være godt i gang, inden børnene starter børnehaveklasse/undervisning. Desuden vil forældrene også få et medansvar for de børn, der har brug for en ekstra indsats – at de hen under sommerferien arbejder videre med den motoriske indsats, der er startet. Vi har her udarbejdet en folder til forældrene, som de kan arbejde ud fra i sommerperioden. Den motoriske indsats vil være rettet mod hele børnegruppen/klassen, når vi starter så tidligt, men også til en mindre gruppe, hvis behovet er der.

Grunden til dette nye tiltag er, at det efterhånden er veldokumenteret, hvad mange nok har vidst intuitivt i lang tid, nemlig at der er en direkte sammenhæng mellem en god motorik og kropsforståelse og børns faglige og sociale udvikling. Med andre ord betyder det, at jo bedre børnene udvikler og klarer sig motorisk, desto bedre potentiale har de for at opnå større fagligt udbytte af deres skolearbejde og opnå et større socialt potentiale. Det er det potentiale, vi her i SFO vil skabe et grundlag for at styrke og udvikle.

### *Formål*

At give alle førskolebørn et motorisk løft og især de motorisk svage børn et bedre fundament, således at de kan deltage i almindelige lege, idræt/sport og ikke mindst i fællesskabet.

Vi vil udføre motorisk screening af alle børn i førskolen. Derefter vil vi starte en indsats med de børn, der har behov for ekstra indsats. Indsatsen vil primært foregå i undervisningsregi, og i SFO-regi vil vi støtte op om de forskellige problematikker gennem idræt, leg og bevægelse. Indsatsen vil foregå minimum to gange per uge. Tidsperspektivet, vi forventer at bruge på en ekstra indsats, vil strække sig over ca. 10 uger, hvorefter der vil foregå en rescreening af børnene.

### **Visionen: Glade og sunde børn**

Motion = glæde = sundhed

### **Inspirationskilde**

At vi som voksenrollemodeller inspirerer til leg, idræt og bevægelse. Og gennem dette bliver børnene inspirationskilde til at videreføre dette til andre børn i fritiden.

### **Idræt, leg og bevægelse – en naturlig del af hverdagen**

### **Værdigrundlag**

#### **Livskvalitet**

Vi vil give børnene en bedre mulighed for ved kost og motion at forebygge livsstilssygdomme og introducere børnene for forskellige fysiske aktiviteter. Psykisk ved det sociale samvær, venner og kammerater.

## **Faglighed og udvikling**

Vi skal løbende videreudvikle vores forskellige kompetencer inden for faget – og være åbne over for nye tiltag.

## **Mål**

*Skabe rammer og rum, leg og bevægelse.*

Det betyder, at vi vil prioritere idræt, leg og bevægelse i hverdagens planlægning, så der er mulighed for det, og personalet ikke bliver for presset/stresset i et forsøg på at implementere det. Det betyder også, at noget må vige.

## *Legen*

Vi vil vægte legen og dens betydning højt, ved at de voksne er aktive sammen med børnene, og at de fremstår som rollemodeller. Her skal vi finde en gylden middelvej, hvor vi delvist er med, delvist er inspiratorer. Som voksne skal vi lave noget, vi selv brænder for – det tiltrækker børn til at deltage.

## **Sjov, spændende og udfordrende hverdag**

### **Forankring og opfølgning**

#### **Dokumentation**

Vi vil dokumentere, hvorfor vi vælger specifikke lege, hvorfor vi har valgt en form for fysisk aktivitet/bevægelse, eller hvorfor vi arbejder med en særlig idrætsgren. Dokumentationen skal bygge på pædagogisk faglig viden og vores idrætsuddannelse.

Vi dokumenterer ved fotoaktiviteter, ved at skrive på whiteboard og ved at fortælle de gode historier.

#### **Vi vægter vidensdeling**

#### **Løbende dialog/evaluering så vi bliver bedre**