****

**HELSEFREMMENDE SKOLER**

**Innledning og målsetting**

Skolen er en viktig arena for å bygge gode levevaner. Helsefremmende skoler skal bidra til god helse, trivsel, økt læring og gode holdninger hos barn og ansatte. Det er et mål at alle skolen i Steigen skal arbeide etter kriteriene for helsefremmede skoler.

 Kommuneplanens samfunnsdel:

* *“SFO og barnehage skal ha personale med kompetanse på idrett og bevegelse og det skal utarbeides årsplaner for idrett og friluftsliv i SFO og barnehage”*
* *“*Alle barnehager og skoler i Steigen skal innen 2021 ha status som helsefremmede”

**Tiltak i skolens planer**

I tilknytning til arbeidet med helsefremmende skoler, er det utviklet et selvevalueringsverktøy. Dette verktøyet brukes internt som et hjelpemiddel for evaluering av skolens virksomhet knyttet til helsefremmende arbeid. Målet er at det skal bidra til gode refleksjoner over egen praksis, og føre til opprettholdelse og igangsetting av positive helsefremmede tiltak i skolen. Evalueringen skal danne grunnlaget for skolens prioriteringer av tiltak. Disse prioriteringene skal synliggjøres i skolens planer. Evaluering gjøres årlig.

**Når skjema fyller ut**

Blå= Ja/påstanden stemmer for skolens praksis.

Oransje = Delvis riktig/ påstanden stemmer til en viss grad for skolens praksis.

Grønn= Nei/ påstanden stemmer ikke for skolens praksis.

[Kriterier for helsefremmende skoler](https://www.nfk.no/_f/p1/i68e0ae1d-132b-403d-94d7-74902b6501f7/grunnskoleplakaten-kriterier-a4.pdf)

Folkehelsekoordinator Steigen kommune, [linda.johnsen@steigen.kommune.no](mailto:linda.johnsen@steigen.kommune.no)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1. Helsefremmede arbeid er forankret i skolen** | Ja | Delvis | Nei |
| Det helsefremmende arbeidet er forankret i skolens planer og arbeidsmåter. Forankring skjer i alle ledd: elever, ansatte, ledelse og foresatte |  |  |  |
| Skolen evaluerer helsefremmede arbeid årlig gjennom bruk av dette selvevalueringsverktøyet |  |  |  |
| Skolen markedsfører seg som helsefremmede skole |  |  |  |
|  | | | |
| **2. Skolen arbeider systematisk for å fremme god helse og godt psykososialt miljø** | Ja | Delvis | Nei |
| Skolen har god oversikt over det psykososiale miljøet på skolen. |  |  |  |
| Skolen har en plan for systematisk og kontinuerlig arbeid for å oppnå et godt psykososialt miljø, samt rutiner for oppdatering og oppfølging av planen |  |  |  |
| Skolen har rutiner og metoder for avdekking av krenkende atferd og oppfølging av eventuelle hendelser. |  |  |  |
| Skolen har rutiner for samarbeid mellom skolen og foresatte om det forebyggende og holdningsskapende arbeidet. |  |  |  |
| Skolen har rutiner for samarbeid med skolehelsetjenesten, PPT og barnevern. |  |  |  |
| Skolen har rutiner for håndteringa av alvorlige, uforutsette hendelser som ulykker, dødsfall o.l. |  |  |  |
| Skolen oppdager og håndterer brudd på retten til godt læringsmiljø på en effektiv måte. |  |  |  |
| Skolen jobber systematisk med faktorene læringsmiljø, klasseledelse og relasjonskompetanse. |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **3. Alle elever er fysisk aktive minst 60 minutter hver dag.** [FHI anbefalinger fysisk aktivitet](https://www.helsenorge.no/trening-og-fysisk-aktivitet/fysisk-aktivitet-for-barn-skolealder/) | Ja | Delvis | Nei |
| Det legges til rette for varierte aktiviteter, slik at elevene blir utfordret fysisk og motorisk på ulike måter. Aktivitetene er av moderat eller høy intensitet (blir andpusten). |  |  |  |
| Skoleplassen er en spennende arena for sosial og fysisk aktivitet – sommer som vinter. |  |  |  |
| Utetid i friminuttene er en obligatorisk del av skoledagen. |  |  |  |
| Kroppsøvingsfaget fokuserer på motivasjon og mestring, slik at gode relasjoner til faget opparbeides. |  |  |  |
| Skolen tar nærmiljøet i bruk og kombinerer uteundervisning og fysisk aktivitet. |  |  |  |
| Skolen har utarbeidet en enkel årsplan for å sikre at elevene får minst 60 minutter daglig variert fysisk aktivitet gjennom hele året. |  |  |  |
| Har skolens SFO utarbeidet en årsplaner for idrett og friluftsliv? |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **4. Nasjonale retningslinjer for skolemåltider følges.** [Mat og måltider i skolen](https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/mat-og-maltider-i-skolen). | Ja | Delvis | Nei |
| Skolen har minimum 20 minutter matpause. |  |  |  |
| Skolen tilbyr gratis frukt/grønt eller er med i en skolefruktordning. |  |  |  |
| Skolen er med i en melkeordning. |  |  |  |
| Elevene har tilgang på kaldt drikkevann. |  |  |  |
| Skolen legger til rette for et trivelig spisemiljø. |  |  |  |
| Måltidene gjennomføres med maksimalt 3-4 timers mellomrom |  |  |  |
| Skolen tilbyr ikke elevene brus, saft, potetgull, snacks, godteri, kaker, vafler eller boller daglig. |  |  |  |
| Skole med ungdomstrinn har kantine |  |  |  |
| Dersom skolen har kantine, er mattilbudet variert med grove brødvarer, myk margarin, variert pålegg, frukt, grønnsaker, skummet/ekstra lett/lettmelk, juice og kaldt drikkevann. |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **5. Skolen er tobakks- og rusfri.** | Ja | Delvis | Nei |
| Skolen jobber med holdninger og atferd til tobakk (røyk, snus, skråtobakk o.a) og rusmidler. |  |  |  |
| Skolen har tydelig og felles regler og rutiner for hvordan man forholder seg til elever man antar har eller er i ferd med å utvikle et rusproblem, eller som kommer ruset på skolen. |  |  |  |
| Alle ansatte avstår fra tobakksbruk i skoletiden |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **6. Skolen har en tilfredsstillende tverrfaglig skolehelsetjeneste** | Ja | Delvis | Nei |
| Skolehelsetjenesten er tilgjengelig på skolen som et lavterskeltilbud med «drop-in»-muligheter. |  |  |  |
| Skolehelsetjenesten jobber helsefremmede, forebyggende, avdekker skjevutvikling, men har samtidig et «friskfokus». |  |  |  |
| Skolehelsetjenesten bidrar med tiltak for å styrke foresattes mestring av foreldrerollen. |  |  |  |
| Personalet i skolehelsetjenesten har kompetanse på å fange opp signaler på omsorgssvikt, mistrivsel og utviklingsavvik. |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **7. Skolen har gode rutiner for samarbeid med og medvirkning fra elever og foresatte** | Ja | Delvis | Nei |
| Hjemmet får informasjon om arbeidsmåter, vurderingsformer, målene for opplæring i fagene, faglig utvikling, hvordan hjemmet kan bidra til å fremme måloppnåelse. |  |  |  |
| Skolen har aktiv medvirkning fra elever i utvikling av skolens miljø og ulike tilbud. |  |  |  |
| Skolen har aktive rådsorganer: Elevråd, skoleutvalg/skolemiljøutvalg (SU/SMU) og foreldrenes samarbeidsutvalg (FAU). |  |  |  |
| Elevenes helse, læringsmiljø og skoletrivsel er tema på foreldremøter og i utviklingssamtaler. |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **8. Skolen gir opplæring i levevaner og har en arbeidsmåte som fremmer helse** | Ja | Delvis | Nei |
| Elevene kjenner de nasjonale retningslinjene for sunn mat og fysisk aktivitet. |  |  |  |
| Helsefremmende undervisning er inkludert i alle fag/fagplaner. |  |  |  |
| Skolen har et startprogram for å etablere trygghet, trivsel og tilhørighet på skolen. |  |  |  |
| Ansatte har god kompetanse til å drive helsefremmede undervisning. |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **9. Skolen samarbeider med andre instanser** | Ja | Delvis | Nei |
| Det er etablert tverrfaglig samarbeid for helhetlig tenking rundt elevene. |  |  |  |
| Skolen melder ifra hvis elever ikke har det bra. |  |  |  |
| Det er etablert tilbud om helsestasjon for ungdom. |  |  |  |
| Skolen samarbeider med lokale lag og foreninger. |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **10. Skolen arbeider systematisk med sikkerhetsfremmende og ulykkesforebyggende arbeid** | Ja | Delvis | Nei |
| Skolen har fokus på internkontroll og systematisk arbeid, dette gjelder både fysisk og psykososialt miljø. |  |  |  |
| Skolen arbeider med trafikkopplæring. |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **11. Driftsgodkjenning**  [Forskrift om miljørettet helsevern i skoler](https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1995-12-01-928) | Ja | Delvis | Nei |
| Skolen er driftsgodkjent etter forskrift om miljørettet helsevern i skoler og barnehager. |  |  |  |

|  |
| --- |
| **Hva har vi funnet?**   * Her gis en samlet vurdering av skolens ståsted for området «Helsefremmende skole». Let etter hovedtrekk og diskuter dere fram til en samlet vurdering. Noter viktige momenter fra diskusjonen. Få med både det skolen er god på, og områder som peker seg ut for forbedring. * Velg en eller noen få utfordringer det bør jobbes videre med. |
|  |
| **Beskrivelse av mål og tiltak**   * Gi en kort beskrivelse av utfordringer knyttet til fagområdet «Helsefremmede skole». * Hvilke tiltak skal settes i verk og hvordan skal tiltakene organiseres? * Hvem er ansvarlig og hvilke interne frister settes for framdriften av arbeidet? * Hvordan skal skolen evaluere tiltakene? |
|  |