

Heilsustefna Oddeyrarskóla



Í heilsustefnu Oddeyrarskóla er lögð áhersla á heilbrigði og velferð nemenda og starfsfólks.
Heilsustefnan er sameiginleg yfirlýsing starfsmanna, nemenda og foreldra við skólann.

Skólinn tekur þátt í verkefninu Heilsueflandi grunnskóli á vegum Landlæknisembættis Íslands. Markmið stefnunnar er að allt daglegt starf í skólanum stuðli að betri líðan og heilsu allra sem þar starfa.

Hreyfing - áhersla lögð á að..

- skólalóð ýti undir hreyfingu nemenda
- nemendur kunni marga leiki sem þeir geta farið í á skólalóð
- nemendur hafi aðstöðu til að hreyfa sig í skólanum
- hvetja nemendur og starfsfólk til að nýta sér virkan ferðamáta til og frá skóla
- nemendur og starfsfólk taki þátt í viðburðum sem aðrir bjóða uppá sem snúa að hreyfingu
- skólinn standi fyrir spennandi viðburðum sem snúa að hreyfingu
- starfsfólk hafi tækifæri til að hreyfa sig á vinnutíma
- nemendur og starfsmenn séu hvattir til íþróttaiðkunar utan skóla/vinnu
- nemendur fái fræðslu um mikilvægi hreyfingar og kynnist ólíkum íþróttum
- nota íþróttir og leiki til að hrista saman nemenda- og starfsmannahópa.

Matarræði / tannheilsa - áhersla lögð á að..

- bjóða upp á fjölbreytt og hollt fæði í mötuneyti skólans og gott úrval af grænmeti og ávöxtum
- nemendur komi með hollt og gott nesti í skólann
- aðgengi að drykkjarvatni sé gott
- nemendum sé sköpuð góð aðstaða til að neyta matar
- nemendur fræðist um mikilvægi holls og góðs mataræðis
- elda hollan og góðan mat í heimilisfræði
- nemendur komi meira að fæðuvali í mötuneyti
- nemendur skammti sér sjálfir á diskinn
- fræða nemendur um umhirðu tanna og áhrif mataræðis á tannheilsu
- veitingar á fundum á vegum skólans taki mið af fjölbreytni og hollustu
- draga úr sætindum á kaffistofu starfsmanna.

Heilsustefna Oddeyrarskóla

Geðrækt - áhersla lögð á að..

- einkunnarorð skólans, ábyrgð, virðing og vinátta birtist í öllu starfi og samskiptum innan skólans
- unnið sé eftir agastefnu skólans, SMT
- tryggja að nemendur geti leitað eftir aðstoð námsráðgjafa og annars starfsfólks
- nemendur og starfsfólk sýni hvert öðru virðingu og umburðarlyndi
- nemendur geti rætt um það sem á þeim hvílir, t.d. á bekkjarfundum
- nemendur og starfsfólk fái fræðslu um gildi geðræktar og hvernig best verði hlúð að andlegri heilsu og heilbrigðu líferni
- starfsfólk geti rætt um starf sitt og líðan.

Lífsleikni - áhersla lögð á að..

- nemendur fái fræðslu um skaðsemi tóbaks og vímugjafa, afleiðingar eineltis, skjánotkun, hreinlæti
- unnið sé markvisst eftir forvarnar- og aðgerðaráætlunum sem snúa að einelti og vímugjöfum.
- unnið sé markvisst eftir viðbragðsáætlunum vegna áfalla
- skólinn leggi fyrir a.m.k. tvisvar á ári könnun á líðan og tengslum nemenda og vinni markvisst með niðurstöðurnar
- allir leggi sitt af mörkum til að efla góðan starfsanda í skólanum.