

HELSEFREMMEDE SKOLER - REKTORER

Egenvurdering og dokumentasjon

Innledning og målsetting

God helse er viktig for barns utvikling og evne til læring om mestring. Skolen er en viktig arena for å bygge gode levevaner i tidlig alder. Helsefremmende skoler er et viktig satsingsområde i Saltdalsskolen. Skolens satsing på helsefremmende arbeid skal bidra til god helse, trivsel, økt læring og gode holdninger hos elever og ansatte. Alle grunnskolene i Saltdal skal evaluere alle kriteriene for helsefremmede skoler innen utgangen av året, og deretter årlig. Kopi av evalueringen fra rektorer sendes til Folkehelsekoordinator og avdelingsdirektør etter høsthalvåret hvert år.

Tiltak i skolens virksomhetsplan

I tilknytning til arbeidet med helsefremmende skole, er det utviklet et selvevalueringsverktøy. Dette verktøyet brukes internt som et hjelpemiddel for evaluering av skolens pedagogiske virksomhet knyttet til helsefremmende arbeid. Målet er at det skal bidra til gode refleksjoner over egen praksis, og føre til positive endringer. Evalueringa skal danne grunnlaget for skolens prioriteringer av tiltak innenfor området helsefremmende skole. Disse prioriteringene skal synliggjøres i skolens virksomhetsplan.

Godkjenning som helsefremmende skole

Skolene i Saltdal ble godkjent som helsefremmende i 2018, og skilt ble hengt opp ved hver skole. Det anses som viktig at den enkelte ansatte fortsetter å planlegge og arbeide med helsefremming til den enkelte elev og foresatt.

Veiledning til skolens egenvurdering

Alle ansatte fyller ut hver sitt skjema med egenvurdering. Den enkelte ansatte svarer ut fra egen praksis. Rektor sammenfatter svarene og får en oversikt over resultatene for skolen.

Når læreren fyller ut

Grønn= Ja/påstanden stemmer.

Gul = Delvis riktig/ påstanden stemmer til en viss grad.

Rød= Nei/ påstanden stemmer ikke.

Ved sammenfatning av skolens resultat (rektor)

Ønsket resultat (grønn):

Dersom 83-100% av de ansatte har krysset grønn, så krysser skolen av for grønn.

Tiltak vurderes (gul):

Dersom 65-82% av de ansatte har krysset grønn, så krysser skolen av for gul.

Tiltak iverksettes (rød):

Dersom 64% eller færre av de ansatte har krysset grønn, så krysser skolen av for rød.

1. Helsefremmende arbeid er forankret i skolen	Grø	Gul	Rød	Kommentar
Det helsefremmende arbeidet er forankret i skolens virksomhetsplan, vedtekter, øvrige styringsdokumenter og arbeidsmåter. Forankringen skjer i alle ledd: elever, ansatte, ledelse og foreldre.				
De ansatte har kompetanse for å sikre en helsefremmende skolehverdag.				
Skolen evaluerer helsefremmende arbeid årlig gjennom bruk av dette selvevalueringsverktøyet				
Skolen markedsfører seg som en helsefremmende skole.				

2. Skolen arbeider systematisk for å fremme god helse og godt psykososialt miljø	Grø	Gul	Rød	Kommentar
Skolen har god oversikt over det psykososiale miljøet i 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 og krenkende atferd og oppfølging av hendelser.				
Skolen har rutiner for samarbeid mellom skolen og foreldrene om det forebyggende og holdningsskapende arbeidet.				
Skolen har rutiner for samarbeid med skolehelsetjenesten, PPT og barnevern.				
Skolen har rutiner for håndtering av alvorlige, uforutsette hendelser som ulykker, dødsfall o.l				
Skolen oppdager og håndterer brudd på retten til et godt læringsmiljø på en effektiv og god måte.				
Skolen jobber systematisk med faktorene læringsmiljø, klasseledelse og relasjonskompetanse.				

Resultater fra elevundersøkelsen brukes som grunnlag for arbeid med det psykososiale miljøet i skolen.				
--------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

3. Alle elever er fysisk aktive minst 60 minutter hver dag	Grø	Gul	Rød	Kommentar
Det legges til rette for varierte aktiviteter, slik at elevene blir utfordret fysisk og motorisk på ulike måte. 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.				
Skolen oppfordrer eleven med trygg skolevei til å gå eller sykle til skolen				
Kroppsøvfaget 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 laget en enkel årsplan for å sikre at elevene har 60 minutter daglig variert fysisk aktivitet gjennom hele året.				

4. De nasjonale retningslinjene for skolemåltider følges	Grø	Gul	Rød	Kommentar
Skolen har minimum 20 minutter matpause.				
Skolen tilbyr elevene å delta i skolefruktordning.				
Skolen er med i en melkeordning som tilbyr lettmeik, ekstra lett lettmeik eller skummet melk.				
Skolen tilbyr enkel brødmatt til elever som ikke har egen matpakke.				
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. Heller ikke kaker, vafler og boller daglig.				

Skole med ungdomstrinn har kantine eller matbod.				
Dersom skolen har kantine, er mattilbudet basert på varierte og grove brøddvarer, myk margarin, variert pålegg, frukt, grønnsaker, skummet/ ekstra lett/lettmelk, juice og kaldt drikkevann.				

5. Skolen er tobakks- og rusfri	Grø	Gul	Rød	Kommentar
Skolen jobber med holdninger og atferd til tobakk (røyk, snus o.a) og rusmidler.				
Skolen har tydelige 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.				
Skolens område er tobakksfritt.				

6. Skolen har en tilfredsstillende tverrfaglig skolehelsetjeneste	Grø	Gul	Rød	Kommentar
Helsesøster har kontortid på skolen med muligheter for drop-in.				
Skolehelsetjenesten bidrar med tiltak for å styrke foreldrenes mestring av forelderrollen.				
Personalet i skolehelsetjenesten har kompetanse på å fange opp signaler på omsorgssvikt, mistriivsel og utviklingsavvik.				
Skolen involverer skolehelsetjenesten i planlegging som er relevant for fysisk og psykisk helse.				

7. Skolen har gode rutiner for samarbeid med og medvirkning fra elever og foresatte	Grø	Gul	Rød	Kommentar
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 utviklingen av skolens miljø og ulike tilbud.	Grø	Gul	Rød	
Skolen har opplæring av og aktive rådsorganer: Elevråd, skoleutvalg/skolemiljøutvalg (SU/SMU) og foreldrenes samarbeidsutvalg (FAU).	Grø	Gul	Rød	
Elevenes helse, læringsmiljø og skoletrivsel er tema på foreldremøter og i utviklingssamtaler.	Grø	Gul	Rød	

8. Skolen gir opplæring i levevaner og har en arbeidsmåte som fremmer helse	Grø	Gul	Rød	Kommentar
Ansatte har god kompetanse til å drive helsefremmende undervisning.	Grø	Gul	Rød	
Skolen gir elevene opplæring i levevaner som fremmer god fysisk og psykisk helse.	Grø	Gul	Rød	
Helsefremmende undervisning er inkludert i alle skolen fag/fagplaner.	Grø	Gul	Rød	
Elevene kjenner de nasjonale anbefalinger for kosthold og fysisk aktivitet.	Grø	Gul	Rød	

9. Skolen samarbeider med andre instanser	Grø	Gul	Rød	Kommentar
Skolen er etablert tverrfaglig samarbeid for helhetlig tenking rundt elevene.	Grø	Gul	Rød	
Skolen samarbeider med lag og foreninger.	Grø	Gul	Rød	
Skolen melder ifra hvis elever ikke har det bra.	Grø	Gul	Rød	
Det er etablert tilbud om helsestasjon for ungdom.	Grø	Gul	Rød	

10. Skolen arbeider systematisk med sikkerhetsfremmende og ulykkesforebyggende arbeid	Grø	Gul	Rød	Kommentar
	Grø	Gul	Rød	
Personalet kurses i førstehjelp/livredning.	Grø	Gul	Rød	
Skolen arbeider med trafikkopplæring.	Grø	Gul	Rød	
Skolen har fokus på internkontroll og systematisk arbeid, dette gjelder både	Grø	Gul	Rød	

fysisk og psykososialt/organisatorisk arbeidsmiljø.				
Skolen er utformet etter retningslinjer for universell utforming.				

Kriterier helsefremmede skole	Ønsket resultat	Tiltak vurderes	Tiltak iverksettes
1. Helsefremmende arbeid er forankret i skolen	≥ 80 %	60-79 %	≤ 59 %
2. Skolen arbeider systematisk for å fremme god helse og godt psykososialt miljø			
3. Alle elever er fysisk aktive minst 60 minutter hver dag			
4. De nasjonale retningslinjene for skolemåltider følges			
5. Skolen er tobakks- og rusfri			
6. Skolen har en tilfredsstillende tverrfaglig skolehelsetjeneste			
7. Skolen har gode rutiner for samarbeid med og medvirkning fra elever og foresatte			
8. Skolen gir opplæring i levevaner og har en arbeidsmåte som fremmer helse			
9. Skolen samarbeider med andre instanser			
10. Skolen arbeider systematisk med sikkerhetsfremmende og ulykkesforebyggende arbeid			

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 allerede er god på, og områder som peker seg ut for forbedring.
- Velg en eller noen få utfordringer det bør jobbes videre med.

Beskrivelse av skolens mål og tiltak

- Gi en kort beskrivelse av utfordringer knyttet til fagområdet «Den helsefremmende 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?
- Dette tas med i skolens 4- årige virksomhetsplan

Kompetansehevende tiltak: Folkehelsekoordinator og avdelingsdirektør kan melde behov for kompetansehevende tiltak til Nordland Fylkeskommune v/ Bjørn Are Melvik eller Salten Friluftsråd.

Ha en fin dag



Vennlig hilsen fra

Solveig Annie Strøm
Folkehelsekoordinator

E-post: solveig.stroem@saldal.kommune.no

Telefon: 476 75269 eller 756 82000



Saltdal kommune

Imatekommende - Løsningsfokusert - Ansvarlig