



Heilsueflandi grunnskóli



## Stefna Víðistaðaskóla í heilsumálum

### **Yfirmarkmið:**

Meginmarkmið Víðistaðaskóla er að bæta heilsu og líðan þeirra sem starfa og nema við skólann.

Skólinn setur sér heilsustefnu sem miðar að því að auka lífsgæði og hvetja nemendur og starfsmenn til virkrar þátttöku og aukinnar meðvitundar um gildi bættrar heilsu og eigin velferðar. Heilsustefnunni er ætlað að hafa áhrif á allar daglegar venjur og allt skólastarf og stuðla þannig að bættum skólabrag og bættu vinnuumhverfi.

### **Skýringartexti fyrir yfirmarkmið:**

*Samkvæmt Aðalnámskrá Grunnskóla þá er heilbrigði og velferð einn af grunnþáttum skólastarfs. Rannsóknir hafa sýnt að bætt líðan nemenda og starfsfólks leiði af sér bættan námsárangur.*

*Með því að taka þátt í verkefninu heilsueflandi grunnskóli eru bundnar vonir við að það komi til með að bæta heilsu starfsfólks og nemenda. Það leiði til sterkari sjálfsmyndar, fækkunar veikindadaga, aukinnar starfsorku sem leiði til bættra lífsgæða og námsárangurs ásamt því að stuðla að aukinni aðgreiningu vinnu og einkalífs.*

*Vonast er til að bætt lífsgæði starfsmanna og aukið jafnvægi milli vinnu og einkalífs styðji við jákvæðan skólabrag sem komi til með að eflast með bættri heilsu og líðan allra sem koma að skólastarfinu (nemendur, starfsfólk, foreldra o.fl.).*

*Einn liður í að bæta og styrkja innviði skólans er að fá alla sem að skólastarfinu koma til að vera gagnrýnir neytendur og ábyrgir, virkir þátttakendur í að móta eigin velferð í lífinu.*



Heilsueflandi grunnskóli



## Verkáætlun við innleiðingu verkefnisins Heilsueflandi Grunnskóli

Skólaárið 2016-2017 - Undirbúningur að innleiðingu verkefnisins

Skólaárið 2017-2018 - Unnið í þættinum **hreyfing/öryggi**

Skólaárið 2018-2019 - Unnið í þáttunum **geðrækt og starfsfólk** + viðhalda fyrri þáttum

Skólaárið 2019-2020 - Unnið í þættinum **mataræði/tannheilsa** + viðhalda fyrri þáttum

Skólaárið 2020-2021 - Unnið í þáttunum **Nemendur og lífsleikni** + viðhalda fyrri þáttum

Skólaárið 2021-2022 - Unnið í þættinum **heimili og nærsamfélag** + viðhalda fyrr þáttum