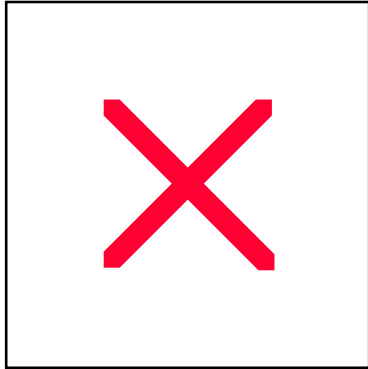


Matte og norsk trimmes inn i morsomme aktiviteter i skolegården til Danvik skole. Her telles det antall hopp. Foto: Birgitte Simensen Berg

En times fysisk aktivitet hver dag

Tilbud fra skoleåret 2015/2016.



Landslagstrøya til rektor Inge Wergeland. Gaven gis av tidligere fotballproff Jan Åge Fjærtøft, som understreker viktigheten av at ingen barn skal sitte på benken fra høsten av. Alle elever skal være i bevegelse. Noe byens ordfører applauderer. Tilbudet om fysisk aktivitet skal være læringsstimulerende, integrert i fagene og gjennomføres innenfor ordinær skolehverdag. Bak vedtaket står et samstemt bystyre.

Aktivitetene skal være tilpasset alle barn. De skal være varierte og utvikle grunnleggende motoriske ferdigheter, stimulere til mestring, glede og læring på tvers av fag- og fagområder.

– Ett av hovedmålene fram mot 2036 er at Drammens innbyggere skal være fysisk aktive og ha god helse. Skal en ha god helse i voksen alder, er det viktig at man er fysisk aktiv som barn og ungdom, sier ordfører Tore Opdal Hansen, og legger til:

– Politikerne har vedtatt at vi skal jobbe for at utbygging av idrettsanlegg og nærmiljøanlegg rundt skoler skal prioriteres ut fra skolens og bydelens behov.

Bedre trivsel og mindre mobbing

Sylling skole i Lier har hatt fysisk aktivitet på timeplanen en stund, og har samarbeidet med blant annet Buskerud Idrettskrets, idrettselever ved St. Hallvard videregående skole og fylkeskommunen. Resultatet av økt fysisk aktivitet i skoletida har gitt positive resultater, som bedre trivsel, mindre mobbing, bedre læringsmiljø og matvaner.

– Det som nå skjer i Drammensskolen er veldig bra, og som alle elever kan være med på og hvor resultatet er bedre fysisk form, større trivsel og bedre læring, sier tidligere fotballproff Jan Åge Fjærtøft, som gjester Danvik skole onsdag 8. april i rollen som leder av et regjeringsoppnevnt utvalg for idretten, som skal utforme framtidens idrettspolitik.

Teori og praksis

Fag som matte og norsk bakes inn i aktivitet og lek, og i skolegården får ordfører Tore Opdal Hansen, Jan Åge Fjørtoft, Jorunn Horgen og Roar Bogerud fra Buskerud Idrettskrets, politikerne Linda Hofstad Helleland og Anders Tyvand se hvordan dette foregår i praksis.

Stafettlag konkurrerer om hvem som er raskest til å løpe og lese lappene som vises fram, kroppsdeler skal vises på krittegnede mennesker, det hoppes tau og mattekunnskapene læres i samarbeid med medelever. Iveren er stor, og det er smil og latter – og ikke minst, stor fart fra post til post.

Trygt, aktivt og selvstendig

Visjonen for Drammenskole er at barn og unge oppfyller sitt fulle potensial og blir et trygt, aktivt og selvstendig menneske.

– Alt henger sammen med alt. Det er viktig å utvikle alle sider ved mennesket, og læring skjer i mange situasjoner og ikke isolert i klasserom, mener prosjektleder i Norges beste skole, Hilde Marie Schjerven, som forteller at det i forbindelse med 60 minutters fysisk aktivitet hver dag skal etableres et nært samarbeid med fysioterapitjenesten, foreldreutvalg, idrettskrets, idrettslag og frivillige.

– Målet er å utvikle en livslang lyst til å være i bevegelse, sier Schjerven, som gleder seg til å sette Drammensskolen i bevegelse.

<https://www.drammen.kommune.no/no/Nyheter/Nyheter-2015/En-times-fysisk-aktivitet-hver-dag/>