

Til SU / FAU / Elevråd:

NOTAT – Matpause – Kantine – Bibliotek

Framlegg til drøfting: Felles matpause i «ny» kantine/bibliotek.

Skulen har no bestilt PC-ar til alle elevane på 8. trinn, slik at skulen frå nyttår vert såkalla 1:1-skule, dvs. at kvar elev disponerer ei eiga datamaskin i skuletida. Skulen kjem difor til å fjerna «datarommet» på biblioteket. Me planlegg å plassera alle bibliotekbøker opp på hyller på veggane, og på ein ny hyllereol ved «scenekanten» i biblioteket. På denne måten får me frigjort meir golvareal. Dette arealet kan me nytta til fleire bord og stolar, slik at det vert plass til at elevane kan ha felles matpause på biblioteket. Det er laga ei skisse for korleis eit kombinert bibliotek/kantine kan møblerast, sjå vedlegg. Ei slik ordning vil kunna gje elevane ein naturleg arena for eit sosialt fellesskap rundt skulemåltidet. Sidan biblioteket/kantina ligg attmed skulekjøkkenet, vil det vera mogleg å servera varm mat nokre gonger. Det må lagast gode og praktiske ordningar og rutinar for gjennomføringa av matpausane, bl.a. for å unngå kø og støy. Ei løysing kan vera å opna for at elevane sjølve kan velja om dei vil eta i kantina eller i klasserommet.

For å få nok tid til både matpause og friminutt, føreslår rektor å kutta 5 min. frå kvar undervisningstime. På den måten kan me ha 50 min. matpause/friminutt kvar dag, sjå vedlagt framlegg til inndeling av skuledagen.

Denne endringa vil også legga til rette for meir fysisk aktivitet i matfriminuttet. Med matfriminutt på 50 min. vil elevane ha 25-35 min. til fysisk aktivitet, mot 5-20 min. med noverande ordning.

Biblioteket skal framleis fungera som bibliotek og grupperom/studierom. Med ca. 100 stolar tilgjengeleg, kan rommet også brukast til heile klassar, og til fleire klassar samstundes. Det vil også vera aktuelt å bruka biblioteket til foreldremøte og til ulike former for utlån.

Læreplanen

I den nye overordna læreplanen er det mange element som er gode argument for å innføra ei slik ordning (nokre døme):

«2.1 Sosial læring og utvikling

Skolen skal støtte og bidra til elevenes sosiale læring og utvikling gjennom arbeid med fagene og i skolehverdagen for øvrig.

Elevens identitet og selvbilde, meninger og holdninger blir til i samspill med andre. Sosial læring skjer både i undervisningen og i alle andre aktiviteter i skolens regi. Faglig læring kan ikke isoleres fra sosial læring. I det daglige arbeidet spiller derfor elevenes faglige og sosiale læring og utvikling sammen. (...) Alle skal lære å samarbeide, fungere sammen med andre og utvikle evne til medbestemmelse og medansvar. Elevene og hjemmet har også et ansvar for å bidra til et godt fellesskap og miljø. Slik den enkelte elev bidrar til fellesskapet på skolen, bidrar fellesskapet til den enkeltes trivsel, utvikling og læring.»

«2.5.1 Folkehelse og livsmestring

Folkehelse og livsmestring som tverrfaglig tema i skolen skal gi elevene kompetanse som fremmer god psykisk og fysisk helse (...)»

«3.1 Et inkluderende læringsmiljø

Skolen skal utvikle inkluderende fellesskap som fremmer helse, trivsel og læring for alle.

Et raust og støttende læringsmiljø er grunnlaget for en positiv kultur der elevene oppmuntres og stimuleres til faglig og sosial utvikling. (...) De ansatte på skolen, foreldre og foresatte og elevene har sammen ansvar for å fremme helse, trivsel og læring, og for å forebygge mobbing og krenkelser. (...)

Elevmedvirkning må prege skolens praksis. (...)

Ved å bruke varierte læringsarenaer kan skolen gi elevene praktiske og livsnære erfaringer som fremmer motivasjon og innsikt. (...)»

Helsedirektoratet

I november 2015 gav Helsedirektoratet ut «**Nasjonal fagleg retningslinje for mat og måltid i skulen DEL 2: Ungdomsskule**»

Der står det bl.a.:

«Det bør leggjast til rette for regelmessige måltid som fremjar matglede, sosialt samvær, trivsel og helse. Å ete handlar om meir enn berre å bli mett. Det sosiale samlingspunktet som måltidet representerer, er viktig for fellesskapet og for å skape trivsel. Skulen må sørgje for at det finst eigna moglegheiter for bevertning som også tek vare på dei sosiale funksjonane til måltidet.»

«Det er enklare å leggje til rette for positive felles måltidsopplevingar i ei kantine eller ein spisesal enn i klasserommet. Uavhengig av kvar elevane et, er det viktig å arbeide for at måltida skal vere trivelege, og at det fysiske miljøet ligg til rette for at elevane nyt maten og det sosiale samværet. (...) Det kan vere positivt om lærarar et saman med elevane. Lærarar er viktige rollemodellar og har ein innverknad gjennom kva dei sjølv et og drikk, og kva dei formidlar både om mat og ernæring, og om korleis ein skal omgå kvarandre rundt eit bord. Det er viktig at alle tilsette tek på alvor det profesjonelle ansvaret dei har for å fremje gode og sunne matvanar.»

«Gjennom å leggje til rette for velorganiserte og sunne måltid som inkluderer alle, kan skulen bidra til at unge får gode moglegheiter til å etablere eit helsefremjande og godt kosthald som dei tek med seg vidare i livet.»

«Elevane bør vere sikra nok tid til å ete, minimum 20 minutt Det er behov for å setje av minimum 20 minutt til å ete, slik at alle får moglegheit til å ete i ro og til dei er mette. Det bør òg setjast av tid til å vaske hender samt til å finne fram mat og rydde etter seg i tillegg til dei minimum 20 minutta matpause. Også elevar som har praktiske oppgåver i matpausen, har behov for nok tid til å ete. Dersom tida som er sett av til å ete, ikkje strekk til for alle elevane, bør skulen leggje til rette for at elevane det gjeld, får sjansen til å ete opp maten sin utanom matpausen.»

Heile dokumentet: <https://helsedirektoratet.no/Documents/NFR/skolemat/mat-og-maltider-ungdomsskole-nfr-nynorsk.pdf>

Skolematens venner

Det er mykje interessant informasjon om skulemåltid på denne nettstaden:

<https://www.skolematensvenner.no/>

Ostereidet 04.12.2018

Geir Rydland
rektor

Alternativ inndeling av skuledagen

TIME	Måndag	Tysdag - Fredag
1	08.35 – 09.30 55 min.	08.35 – 09.30 55 min.
FRI	09.30 – 09.50 20 min.	09.30 – 09.40 10 min.
2	09.50 – 10.45 55 min.	09.40 – 10.35 55 min.
MATFRI	10.45 – 11.35 50 min.	10.35 -11.25 50 min.
3	11:55 – 12:30 55 min.	11.25 – 12.20 55 min.
FRI		12.20 -12.30 10 min.
4		12.30 – 13.25 55 min.
FRI		13.25 – 13.35 10 min.
5		13.35 – 14.30 55 min.

SKISSE BIBLIOTEK / KANTINE

