

## Heilsustefna Giljaskóla

Í Giljaskóla leggjum við áherslu á að stuðla að góðri líðan og heilsu þeirra sem nema og starfa í skólanum. Okkur til stuðnings innleiðum við verkefni Embættis landlæknis sem ber heitið Heilsueflandi grunnskóli. Verkefnið hefur það að markmiði að styðja við skóla í heilsueflingu nemenda og starfsfólks í samstarfi við heimilin.

Megintilgangur með innleiðingu Heilsueflandi grunnskóla er að efla ábyrgð nemenda og starfsfólks á eigin heilsu til frambúðar. Verkefnið samanstendur af átta áherslupáttum: *nemendur, mataræði/tannheilsa, lífsleikni, heimili, nærsamfélag, hreyfing/öryggi, geðrækt og starfsfólk*, sem við stefnum á að innleiða í áföngum. Heilbrigði skilgreinum við sem samþættingu líkamlegrar, andlegrar og félagslegrar heilsu.

### Líkamleg heilsa

#### Við eflum líkamlega heilsu nemenda og starfsfólks Giljaskóla með því að:

- hvetja til hreyfingar á skólatíma
- stuðla að reglubundinni hreyfingu í kennslustofu
- skipuleggja uppbrotsdaga með áherslu á hreyfingu og heilsu
- útbúa skólaumhverfi sem hvetur til hreyfingar
- hvetja starfsfólk til hreyfingar
- fræða og leiðbeina um næringarríkt mataræði
- hvetja til neyslu á fjölbreyttu og næringarríku fæði

### Andleg heilsa

#### Við eflum andlega heilsu nemenda og starfsfólks Giljaskóla með því að:

- skapa jákvætt umhverfi sem styður við andlega heilsu
- huga að líðan og velferð nemenda á lausnamiðaðan hátt
- styrkja og efla sjálfmynd nemenda
- vinna að jákvæðu og árangursríku samstarfi milli heimila og skóla
- stuðla að námshvetjandi umhverfi
- bjóða upp á öfluga forvarnafræðslu
- efla og styðja við andlega líðan starfsfólks

### Félagsleg heilsa

#### Við eflum félagslega heilsu nemenda og starfsfólks Giljaskóla með því að:

- styrkja jákvæð og uppbyggileg samskipti og efla félagsfærni
- vinna markvisst gegn einelti og bregðast skjótt við
- gefa öllum tækifæri til að koma sjónarmiðum sínum á framfæri
- gefa tækifæri til samvinnu með leiðsögn og stuðningi
- efla og styðja við fjölbreytt félagslíf
- auka tengsl milli bekkjardeilda og árganga með ýmis konar samvinnu
- viðhalda góðum starfsanda í Giljaskóla