



Handbók
Laugargerðisskóla
Starfsáætlun

2021-2022

Ágætu foreldrar og aðrir forráðamenn!

Handbók Laugargerðisskóla er samin samkvæmt nýrri aðalnámskrá. Í þessum upplýsingabækling er farið yfir helstu atriði starfsáætlunar skólans, sem er hluti af skólanámskránni. Skólanámskráin og mánaðabréfin munu síðan birtast á heimasíðu skólans. Netfang skólans er: <http://www.laugargerðisskoli.is>

Það er von okkar að þessi bæklingur sé upplýsandi um skólastarfið og komi að gagni þegar þið viljið ná til skólans, kennara eða annars starfsfólks.

1. Grunnupplýsingar

Laugargerðisskóli er fámennur skóli í afar fallegu umhverfi þar sem landbúnaðarstörf eru aðalátvinna flestra foreldranna. Skólinn hefur starfað síðan 1965, var upphaflega heimavistaraskóli. Í skólahúsnæðinu eru kennslustofur, mótuneyti, ásamt góðu holi á sömu hæð, verkmenntakennslustofur í kjallara. Við skólann er einnig íþróttahús og sundlaug. Reynt er að nota umhverfið og aðstæður þessar sem mest í þágu nemenda. Haustið er og vordagar eru hluti af þeirri vinnu

Skólinn opnar kl. 8:00 á morgnana og ef tilkynna þarf veikindi eða önnur forföll, er best að gera það í síma 4356600 kl: 8:00 – 8:20 eða senda tölvupóst á skolastjori@laugargerðisskoli.is

Athugið að ekki er víst að alltaf komist einhver til að svara í símann á skólatíma, en þá er alltaf hægt að senda tölvupóst. Gott væri að fá upplýsingar frá ykkur ef það eru einhver atriði sem vantar í handbókina eða betur mættu fara.

Munið að þið eruð ætíð velkomin í skólann. Sjón er sögu ríkari. Vinnum saman að velferð nemenda Laugargerðisskóla.

2. Hlutverk skólans

Laugargerðisskóli starfar eftir lögum um grunnskóla.

„Hlutverk grunnskóla, í samvinnu við heimilin, er að stuðla að alhliða þroska allra nemenda og þátttöku þeirra í lýðræðisþjóðfélagi sem er í sífelldri þróun

„Skólar eru menntastofnanir og hlutverk þeirra er skilgreint í löggjöf um menntun Skólar landsins mynda samstæða heild, skólakerfi, sem tryggja skal samræmi og samhengi í menntun frá leikskólum til háskóla og fullorðinsfræðslu.“

Hlutverk grunnskóla, í samvinnu við heimilin, er að stuðla að alhliða þroska allra nemenda og þátttöku þeirra í lýðræðisþjóðfélagi sem er í sífelldri þróun. Starfshættir grunnskóla skulu móttast af umburðarlyndi og kærleika, kristinni arfleifð íslenskrar menningar, jafnrétti, lýðræðislegu samstarfi, ábyrgð, umhyggju, sáttfýsi og virðingu fyrir manngildi. Þá skal grunnskóli leitast við að haga störfum sínum í sem fyllstu samræmi við stöðu og þarfir nemenda og stuðla að alhliða þroska, velferð og menntun hvers og eins. Grunnskóli skal stuðla að víðsýni hjá nemendum og efla færni þeirra í íslensku máli, skilning þeirra á íslensku samfélagi, sögu þess og sérkennum, högum fólks og á skyldum

einstaklingsins við samfélagið, umhverfið og umheiminn. Nemendum skal veitt tækifæri til að nýta sköpunarkraft sinn og að afla sér þekkingar og leikni í stöðugri viðleitni til menntunar og þroska. Skólastarfið skal leggja grundvöll að frumkvæði og sjálfstæðri hugsun nemenda og þjálfa hæfni þeirra til samstarfs við aðra. Grunnskóli skal stuðla að góðu samstarfi heimilis og skóla með það að markmiði að tryggja farsælt skólastarf, almenna velferð og öryggi nemenda.

Lög um grunnskóla nr. 91/2008, 2. grein

3. Stefna og markmið Laugargerðisskóla

- Að starfa eftir lögum um grunnskóla og búa nemendur undir líf og starf í lýðræðisþjóðfélagi
- Að veita nemendum haldgóða menntun, þroska sjálfstæða hugsun og vinnubrögð.
- Að öllum líði vel í Laugargerðisskóla
- Að taka mið af þörfum hvers og eins nemenda og aðstoða til aukins þroska á forsendum hvers og eins.
- Einelti er ekki liðið í Laugargerðisskóla
- Að vinna í nánu samstarfi við foreldra og taka mið af umhverfi skólans.
- Nemendum skal tamin ábyrgð og virðing fyrir náttúru og menningu, sjálfum sér og öðrum.

Markmið skólans

Höfuðmarkmið skólans er að vinna samkvæmt ofangreindum grunnskólalögum. Skólinn stuðlar að menntun og þroska hvers og eins. Það gerum við með því að skapa gott og uppbyggjandi lærdómssamfélag þar sem þörfum hvers og eins er mætt. Nemendum skulu veitt tækifæri til að afla sér menntunar og þroska og temja sér vinnubrögð sem stuðla að skrefum í þá átt. Þjálfa þarf hæfni hvers og eins til samstarfs við aðra og leggja grundvöll að sjálfstæðri hugsun nemenda. Mikilvægt er að undirbúa nemendur vel undir líf og starf í lýðræðisþjóðfélagi þar sem virða á réttindi allra.

4. Útfærsla skólans á grunnþáttum í menntun og áherslupáttum grunnskólalaga

Í nýrri Aðalnámskrá frá 2011 eru sex grunnþættir menntunar lagðir til grundavallar í aðalnámskrá grunnskólans. Þeir eru:

Læsi, sjálfbærni, heilbrigði og velferð, lýðræði og mannréttindi, jafnrétti og sköpun

Í Laugargerðisskóla er leitast við að hafa grunnþættina að leiðarljósi í starfsháttum skólans, samskiptum og skólabrag. Efnisval og inntak náms, kennslu, leiks og skólabragur mótast af þessum grunnþáttum.

**Í Laugargerðisskóla starfa nemendur og starfsfólk undir einkunnarorðunum
Traust - virðing - vinátta**

Menntun er máttur

Laugargerðisskóli leitast við að haga störfum sínum í fyllsta samræmi við stöðu og þarfir barna og ungmenna. Stefnt er að fjölbreyttum viðfangsefnum og starfsháttum til að koma til móts við mismunandi námsþarfir ólíkra einstaklinga og stuðla að alhliða þroska, velferð og menntun hvers og eins. **Mátturinn** felst í virkri þátttöku nemenda í lýðræðissamfélagi innan og utan skólans.

Markmiðið er að í Laugargerðisskóla líði öllum vel. Velferð nemenda og starfsfólks er höfð í fyrirrúmi. Starfið miðar alltaf að því að góður starfsandi endurspeglist í skólastarfinu. Einkunnarorð skólans fléttast inn í allt skólastarf og unnið markvist með þau.

Traust, „Traust er frumskilyrði mannlegra samskipta, það heldur samfélagi manna saman. Traustið milli manna er huggunin sem tengir þá saman og um leið og það dvín hallar undan fæti.“ Gagnkvæmt traust skiptir sköpum en ekki er sjálfstraust minna virði. Í því felst trú á sjálfum sér og eigin verðleikum og af því hlýst öryggi í framkomu. Sá sem hefur ekki sjálfstraust kemst ekki þangað sem hann vill fara.“ Gunnar Hersveinn

Virðing, „Virðing felur í sér væntumþykju gagnvart öðrum og er svarið við fordómum. Hún felst í að heiðra sambandið milli sín og annarra og veita umhverfinu stöðu í hjarta sínu“. „Bernskan er dýrmæt og viðkvæm og þarfnast gætni og virðingar. Barnið þarf föruneysi, ráð og leiðbeiningar til að geta metið aðstæður og tekið gífturíkar ákvarðanir“ Gunnar Hersveinn

Vinátta, „Vinátta er oftast lengi að verða til. Vinátta felst í því að gera eitthvað saman, vinna, skemmta sér og leysa vandamál. Það vekur vonir um framtíðina að gera eitthvað ánægjulegt saman og skapa góðar minningar. Vinátta er því lifandi samband sem þróast og styrkist með árunum og segja má að góðir vinir bæti hver annan.“ Gunnar Hersveinn

Okkar markmið er að:

- Nemendur hafi góða sjálfsmynd, sýni sjálfsaga og beri virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum.
- Nemendur hafi góða almenna þekkingu
- Nemendur búi yfir færni til að nota þekkinguna

Við teljum að við náum þessu með því að:

- Hafa trú á nemendum
- Virða alla starfsmenn og nemendur
- Viðurkenna og gera mikið úr árangri á öllum sviðum
- Leyfa mistök, nota þau til að læra af
- Vinna saman og sýna gagnkvæma þolinmæði og skilning
- Sýna umburðarlyndi og umhyggju
- Trúa á gildi menntunar

Í vinnu okkar með nemendum viljum við:

- Virða jafna stöðu allra
- Þroska með nemendum sjálfstraust og sjálfsvirðingu
- Sýna metnað í allri vinnu
- Koma á jákvæðum samskiptum við allar aðstæður
- Bera ábyrgð á nemendum og styðja við hlutverk foreldra

Í skólavinnunni viljum við:

- Koma til móts við þarfir hvers og eins
- Ýta undir að nemendur sýni metnað, sjálfstæði og samvinnu í námi
- Ávallt sýna miklar væntingar
- Gera alla stolta af eigin árangri og annarra
- Útskýra rök og markmið sem námið byggir á
- Undirbúa nemendur fyrir hlutverk sitt og möguleika í framtíðinni

Til hvers eru grunnþættir ?

„Grunnþættir snúast um læsi á samfélag, menningu, umhverfi og náttúru þannig að börn og ungmenni læri að byggja sig upp andlega og líkamlega, að bjarga sér í samfélaginu og vinna með öðrum. Grunnþættirnir snúast einnig um framtíðarsýn og getu og vilja til að hafa áhrif og taka virkan þátt í að viðhalda samfélagi sínu, breyta því og þróa það“. Aðalnámskrá grunnskóla bls. 14

Grunnþættirnir sex eiga að endurspeglast í öllu skólastarfinu. Í Laugargerðisskóla er unnið með hefðbundnar námsgreinar samkvæmt viðmiðunarstundarskrá. Námskrár einstakra greina og námsmat eru settar inn á mentor. Vegna fámennis skólans er samkensla mikil.

Stjórnskipulag skólans

Laugargerðisskóli er rekinn af sveitarfélaginu Eyja- og Miklaholtshrepp í samstarfi við Borgarbyggð fyrir nemendur úr Kolbeinstaðarhrepp.

Skipurit Laugargerðisskóla



5. Samskipti heimila og skóla

Foreldrafélag og skólaráð.

Í Laugargerðisskóla starfar **foreldrafélag** og eru allir foreldrar og forráðamenn sjálfkrafa félagar þess. Markmið félagsins er að styrkja í hvívetna og vinna að heill og hamingju nemenda.

Fræðslu og skólanefnd Laugargerðisskóla

Atli Sveinn Svansson
Gísli Guðmundsson
Halldór Jónsson

Á fundum sitja einnig skólastjóri, oddviti, fulltrúi kennara, fulltrúi foreldra og fulltrúi Borgarbyggðar

6. Hagnýtar upplýsingar

Starfsfólk og símanúmer

	sími	gsm
Kennarastofa og skólastjóri	4356600	
Eldhús	4356702	
Íþróttahús	4356608	
Sigurður Jónsson, skólastjóri	4356605	8973605
Sonja Karen Marinósdóttir, kennari	5625059	6909601
Jóhannes Guðlaugsson, kennari	8468643	7826543
Katharina Kotschote, stuðningsfulltrúi	4356870	8986870
Jófríður K. Gísladóttir, stuðningsfulltrúi		8949633
Asta Brazauskiene, matráður		7882496
Guðbjörg Gunnarsdóttir, ræstir	4356605	8983604
Trausti Tryggvason smíðakennari		7772341
Evgeny Makeev tónlistarkennari	4361049	8445991
Halldór Jónsson, bílstjóri	4356609	8626231
Ólafur Sigvaldason, bílstjóri	4356760	6619860
Eggert Kjartansson oddviti/reikningshaldari	4356870	8652400

Heimasíða skólans

www.laugargerdissskoli.is

Netföng

Laugargerðisskóli, skólastjóri
Sigurður Jónsson
Sonja Karen Marinósdóttir
Jóhannes Guðlaugsson
Katharina Kotschote
Jófríður K. Gísladóttir

skolastjori@laugargerdissskoli.is
siggi@laugargerdissskoli.is
sonja@laugargerdissskoli.is
johannes@laugargerdissskoli.is
kati@laugargerdissskoli.is
jofridur@laugargerdissskoli.is

Viðtalstímar umsjónarkennara

Sigurður Jónsson eldra stig	mánudagar	kl. 14:00 - 15:00
Sonja Karen Marinósdóttir yngra stig	mánudagar	kl. 11:20 - 12:00

7. Skólareglur

Samkvæmt grunnskólalögum ber skólum að setja sér skólareglur.

„ Í hverjum grunnskóla skal setja skólareglur. Í skólareglum skal m.a. kveðið á um almenna umgengni, samskipti, stundvísi, ástundun náms og heilbrigðar lífsvenjur. Í reglum skal koma fram hvernig skólin hyggst bregðast við brotum á þeim. Skólastjóri er ábyrgur fyrir gerð skólareglna og kynningu þeirra og skulu þær unnar í samráði við skólaráð og fulltrúa nemenda í skólaráði. Skólareglur voru endurskoðaðar skólaárið 2012-2013.

Lög um grunnskóla nr.91/2008,30.grein

Skólareglur Laugargerðisskóla eru umgengnisreglur sem nemendur og starfsfólk hafa komið sér saman um. Einkunnarorð skólans eru *traust, virðing, vinátta*. Við viljum stuðla að heilbrigði og vellíðan í skólanum.

Traust

- Við komum í skólann til að læra/vinna og gera okkar besta
- Við komum á réttum tíma í kennslustund, vel undirbúin og tilbúin til að takast á við verkefni.
- Við komum klædd í skólann eftir veðri og förum í útivist á hverjum degi, við notum húfur, hettur og útskó og föt utandyra.
- Við höfum viðeigandi búnað með okkur í skólann og íþróttaföt í íþróttir.
- Við temjum okkur hollar lífsvenjur og neytum ekki sælgætis þ.m. t. tyggjó á skólatíma, nema með leyfi kennara.
- Við erum heilbrigð og notum ekki vímuefni. Skólinn er tóbakslaus vinnustaður. Meðferð og notkun alls tóbaks, áfengis og annarra vímuefna er að sjálfsgöðu stranglega bönnuð.
- Við notum farsíma, myndavélar, MP3 spilara og tölvur eingöngu undir stjórn kennara eða skólastjóra á skólatíma.

Virðing

- Við göngum vel um eigur okkar og annarra.
- Við berum ábyrgð á hlutum okkar og pössum vel upp á föt og skóladót.
- Við tökum tillit til nemenda og starfsmanna, við höfum vinnufrið og truflum ekki starf annarra.
- Við leggjum okkur fram um að breyta rétt og förum að fyrirmælum kennara og annarra starfsmanna.
- Við hlaupum ekki þar sem hætta er á að rekast á aðra og troðumst ekki í röð þegar á að fara í röð.

Vinátta

- Við erum kurteis og komum vel fram við alla í skólanum svo öllum líði vel og náí árangri í starfi.
- Við bjóðum öllum í deildinni okkar ef við dreifum afmælisboðskortum í skóla.
- Við komum fram við aðra eins og við viljum láta koma fram við okkur

Við virðum reglurnar okkar

Reglur eru settar til þess að gera lífið betra og árangursríkara. Við virðum reglurnar og förum eftir þeim. Þeir sem brjóta þær viljandi eða óviljandi verða að læra betur að fara eftir þeim.

Skólareglurnar gilda í skólanum, á skólalóðinni, í skólabílnum og alls staðar þar sem nemendur eru á vegum skólans. Ef skólareglur eru brotnar getur skólastjóri og starfsfólk veitt nemandanum áminningu.

Áminningar

Áminningar eru gefnar fyrir alvarleg brot á skólatíma. Þær eru skráðar í Mentor

- Nemendur geta fengið áminningar fyrir að trufla ítrekað vinnufrið í tímum og láta sér ekki segjast, beita ofbeldi eða grófri stríðni, sýna dónaskap eða aðra óviðeigandi hegðun. Fáir nemandi áminningu skal vísa honum til skólastjóra
- Nemendur geta fengið áminningar á öllu skólasvæðinu, jafnt úti sem inni. Ef nemandi hegðar sér illa í frímínútum, beitir ofbeldi eða grófri stríðni fær hann áminningu. Við það getur hann misst rétt sinn til að fara í frímínútur í ákveðinn tíma.
- Ef nemandi fær ítrekað áminningar í skólabílum þá geta foreldrar þurft að fylgja nemandanum ákveðinn tíma í skólabílnum eða að sjá um að koma nemandanum í og úr skóla.
- Ef nemandi fær áminningu skal ávallt hringja í foreldra og láta vita
- Ef nemandi er kominn með 3 áminningar eru foreldrar/forráðamenn boðaðir í viðtal til umsjónarkennara og skólastjóra og leitað lausna.

Umsjónarkennari getur fellt niður áminningar í lok hverrar annar.

Til að fyrsta áminning falli niður verður nemandi að sýna óaðfínanlega hegðun í viku.

Önnur áminning fellur niður eftir tvær vikur með sömu skilmálum

Umsjónarkennarar halda utan um skráningar og fara yfir í foreldraviðtölum nemenda í 6.-10. bekk á hverri önn, oftar ef þurfa þykir.

Stigagjöf er eftirfarandi:

1 stig fyrir seint

2 stig fyrir skróp

3 stig fyrir brottrekstur úr tíma /áminningu

5 stig fyrir tóbaksnotkun

Ef nemandi fær 10 stig er nemandi kallaður í viðtal til skólastjóra og foreldrar látnir vita. Nemandi er aftur kallaður til viðtals eftir 20 stig. Ef nemandi fær 30 stig er hann ásamt foreldrum /forráðamönnum kallaður í viðtal hjá skólastjóra. Við 40 stig er nemandi og foreldrar/forráðamenn boðaðir í viðtal. Ef um ítrekuð brot er að ræða gæti foreldri/forráðamaður í framhaldi af því þurft að mæta í skólann með nemandanum í einn dag. Málið tilkynnt til nemendaverndarráðs.

Við 50 stig er málinu alfarið vísað til nemendaverndarráðs og fer þar í ákveðinn farveg. Nemendur eiga alltaf kost á að fá felld niður stig með bættri ástundun og framför. Með því geta þeir fellt niður 2 stig á viku og þar með breytt ástundunareinkunn til betri vegar.

Viðurlög við brotum á skólareglum

1. Umsjónarkennarar taka á brotum umsjónarnemenda sinna. Unnið er eftir vinnureglum um brot á skólareglum.
2. Ef starfsfólk, annað en umsjónarkennari viðkomandi nemanda, verður vart við brot nemanda á skólareglum skal vísa málinu til umsjónarkennara.

Vinnureglur við brotum á skólareglum Laugargerðisskóla

1. Viðkomandi kennari eða starfsmaður ræðir við nemenda einslega. Nemenda gefst tækifæri að bæta fyrir brot án frekari beitingar viðurlaga. Kennari, umsjónarkennari eða annar starfsmaður skólans getur aðstoðað nemandanum við að leysa úr sínum málum. Atburður skráður í Mentor.

2. Breyti nemandi ekki hegðun sinni er umsjónarkennari látinn vita og hann gerir nemandanum grein fyrir alvarleika málsins og hvort um áminningu er að ræða, skráir atburðinn í Mentor og hefur samband heim.
3. Náist ekki árangur boðar umsjónarkennari nemanda og forráðamenn hans á fund um málið. Niðurstöður fundarins skráðar og allir viðstaddir kvitta undir. Umsjónarkennari skráir í Mentor og gerir skólastóra grein fyrir stöðu málsins.
4. Umsjónarkennari vísar málinu til skólastjóra.
5. Skólastjóri vinnur með málið og kynnir það nemendaverndarráði (skólastjóri, hjúkrunarfræðingur, sálfræðingur, umsjónarkennari)
6. Ef ekki tekst að finna lausn á vanda nemandans og ef hegðun hans kemur í veg fyrir eðlilegt skólastarf getur skólastjóri vísað nemanda úr skóla tímabundið, meðan lausn er fundi (Lög grunnskóla nr.91/2008,14.grein). Skólastjóri vísar málinu til skólanefndar Eyja- og Miklaholtshrepps

Ef brot er minni háttar er unnið út frá fyrsta lið. Ef brotið er alvarlegt er unnið út frá þeim lið er talið er hæfa brotinu. Á öllum stigum málsins er meðferð þess skráð í Mentor.

8. Skólaakstur

„Sveitarfélög bera kostnað og ábyrgð á öryggi, velferð og hagsmunum nemenda í skólaakstri og að uppfylltar séu kröfur laga og reglugerða um umferðaröryggi.“ *Sbr. Reglur um skólaakstur 2009 2.gr.*Við daglegan akstur nemenda eru notaðir 2 skólabílar. Skólinn og foreldrar þurfa að hjálpast að við að brýna fyrir nemendum aðgæslu kringum skólabíla, hvort sem það er heima, á þjóðvegi eða við skóla. Nauðsynlegt er að nota endurskinsmerki þegar að dimma tekur og allra veðra er von. Foreldrar eru beðnir um að láta bílstjóra vita ef ekki á að sækja börn þeirra vegna veikinda eða leyfa. Foreldrar þurfa að athuga að skólabílar geta ekki beðið lengi ef nemendur láta bíða eftir sér á morgnana. Í slíkum tilvikum verða foreldrar sjálfir að koma börnum sínum í skólann. Öllum er skylt að nota bílbelti í skólabílunum.

Ófærð og óveður

Veðurfar í skólahverfinu getur verið afar ólíkt á milli svæða og því getur þurft að fella niður kennslu þó að veður sé skaplegt á einhverjum hluta svæðisins. „Bifreiðastjóri leggur mat á hvort aðstæður séu með þeim hætti, t.d. vegna veðráttu eða ófærðar, að breyta þurfi út frá fyrirbyggjandi áætlun um daglegan skólaakstur. Tilkynna ber um slíkar breytingar án tafar til skólans.“ *Sbr. Reglur um skólaakstur 2009 5.gr*

Ef fella þarf niður kennslu vegna illviðris eða ófærðar, er sendur tölvupóstur og SMS skilaboð heim til foreldra. Ef brestur á með óveðri meðan á skóla stendur, verða nemendur ekki sendir heim fyrr en veður og færð leyfir. Aðstaða er til að láta alla nemendur gista ef þarf.

Það er fyrst og fremst ákvörðun foreldra að halda börnum sínum heima ef þeir telja slíkt rétt vegna veðurs. Með slíkt er farið eins og um leyfi væri að ræða.. Tilkynna skal skólabílstjóra svo og skólastjóra/umsjónarkennara ef foreldrar halda barni heima vegna veðurs..

Heimsóknir nemenda

Skólinn fer fram á það við foreldra að heimsóknir nemenda á milli bæja verði ákveðnar heima, a. m. k. með þeim fyrirvara að ekki þurfi að koma til hringinga eða að nemendur séu að semja um slíkt sín á milli í skólanum. Gott væri að fá orðsendingu með börnunum

varðandi þessar heimsóknir. Ekki er heldur víst að pláss sé í skólabílunum svo að það þarf einnig að hafa samband við skólabílstjóra.

Mötuneyti

Mötuneyti hefur verið starfrækt við Laugargerðisskóla frá stofnun skólans. Boðið er upp á fjölbreyttan morgunverð og heitan mat í hádeginu. Nemendum er raðað á borð eftir bekkjardeildum og eiga því allir ákveðið sæti í borðstofunni, bæði í morgun- og hádegismat. Ætíð er starfsmaður á gæslu í borðsal og aðstoðar yngstu nemendurna.

9. Nám og kennsla

Hlutverk umsjónarkennara

Umsjónarkennari kynnir nám og námskrár fyrir foreldrum í byrjun skólaárs með námskynningum í byrjun september. Þar er farið yfir skipulag náms sem er mikið einstaklingsmiðað. Hver umsjónarkennari útskýrir eftir aldri nemenda hvaða form þeir hafa á föstum samskiptum, með MENTOR, dagbókum eða vikuáætlunum sem sendar eru heim.

Umsjónarkennari kynnir nemendum sínum skólareglurnar og fylgist með umgengni nemenda sinna við skólann. Hann fylgist með skólasókn og námi þeirra og hefur samband við heimili þegar ástæða þykir. Foreldrar eru hvattir til að hafa samband við umsjónarkennara á skólatíma eða koma skilaboðum til hans þegar ástæða þykir. Þegar nemandi þarf leyfi í einn dag eða skemur getur umsjónarkennari veitt slíkt leyfi. Liggi nemendum eða foreldrum eitthvað á hjarta eru þeir vinsamlega beðnir um að hafa samband við umsjónarkennara. Umsjónarkennarar hafa allir viðtalstíma.

Mentor

Laugargerðisskóli notar Mentor til að halda utan um ýmsar skráningar sem tengjast nemendum og kennslu. Allir foreldrar hafa aðgang að Mentor og geta fengið lykilorð í upphafi skólaárs. Kennarar skrá mætingar, veikindi og brot á skólareglum inn, einnig eru stundatöflur og upplýsingar um starfsmenn aðgengilegar á Mentor. Kennsluáætlanir hvers bekkjar eru settar þarna inn og bæði nemendur og kennarar geta metið stöðu út frá matskvörðum sem fylgja námsáætlunum.

Tónlistarnám.

Jenni sér um tónlistarkennslu. Kennt er á ýmis hljóðfæri, eftir því sem nemendur óska. Nemendur fara í tónlistartíma út úr öðrum tímum, reynt er að láta nemendur fara úr mismundandi tímum svo þau missi ekki alltaf úr sömu tímum.

Íþróttir

Nemendur stunda íþróttir 3 tíma á viku. Í Laugargerði er útisundlaug og er því sundkennsla háð veðri, meira sund haust og vor. Upplýsingar um skipulag íþróttakennslu er inn á heimasíðu skólans. Áhersla er lögð á góða umgengni. Nemendum ber að ganga vel um, raða skóm og hengja útifatnað í anddyri íþróttahússins, sömuleiðis að hengja upp föt sín í búningasklefum. Nemendur eiga að fara í sturtu eftir hvern íþróttatíma og þvo sér áður en farið er í sundlaugina. Yngstu börnin fá að ráða því hvort þau fara í sturtu, foreldrar ræða það við börnin sín hvort þau hafi farið í sturtu þegar þau koma heim. Íþróttakennari sér um baðvörslu í karlaclefa en stuðningsfulltrúi sér um baðvörslu í kvennaclefa eftir þörfum. Nemendur eiga að hafa hreinan og merktan íþróttafatnað, handklæði, innanhússkó, sundföt og sundgleraugu. Þá þurfa nemendur tösku undir fatnað sinn. Ef nemendur geta ekki mætt í íþróttir eða sund t.d. vegna veikinda, þurfa foreldrar að votta það við umsjónarkennara og ef um langvarandi veikindi eða meiðsl er að ræða, þurfa nemendur að skila læknisvottorði.

Námsbækur og gögn

Það er aldrei of oft brýnt fyrir nemendum að ganga vel um skólann og fara vel með þær námsbækur og gögn sem þeir fá að láni í skólanum. Laugargerðisskóli útvegar nemendum sínum öll námsgögn. Mikilvægt er að nemendur fari vel með allar bækur sem þeim eru látnar í té því sumar þeirra eru notaðar aftur og aftur. Þessar bækur eru eign skólans og ber nemendum að skila þeim að vori. **Ákveðið hefur verið að nemendur eigi að nota teygjumöppur eða plasmöppur utan allar bækur sem skólinn lánar þeim.** Ef nemandi týnir eða skemmir námsbók ber honum að bæta þann skaða. Nemendur þurfa að vera með góða skólatösku fyrir bækur og ritföng.

Heimanám

Undirstaða þess að góður námsárangur náist í skóla er að heimanám sé vel rækt. Heimanám getur verið mismunandi eftir bekkjum og námsgreinum.

Nemendur yngri deildar lesa daglega heima. Heimanám eldri deildar er skráð í mentor, þannig að auðvelt er fyrir kennara og foreldra að fylgjast með hvað er unnið og hvað ekki. Eftir því sem betur er fylgst með námi barnanna og þeim mun meiri hvatningu sem þau fá, verða börnin áhugasamari, jákvæðari og ná betri árangri. Foreldrar eru beðnir að nota lestrarkort eða tölvupóst til að koma skilaboðum til kennara varðandi heimanám, t.d. ef nemandi gat ekki unnið það vegna óviðráðanlegra atvika. Ef einhverjar spurningar eða óskir koma upp hjá foreldrum í tengslum við heimanám, þá vinsamlegast hafið samband við umsjónarkennara nemandans. Verum dugleg að hafa samband og styðja þannig við nám barnanna.

Útikennsla

Að vori og hausti er reynt að nota umhverfi skólans til kennslu.

Á haustin fara yngri nemendur í vettvangsferðir og safna gróðri og dýrum sem notað er í líffræði og umhverfiskennslu.

Eftir að prófum lýkur á vorin eru 2-4 dagar sem kallast Vordagar. Ýmist eru nemendur í skóla þessa daga eða á heimilum í skólahverfinu. Í skólanum er unnið að gróðursetningu Yrkjuplantna, áburðargjöf og umhirðu gróðurs á skólalóð og í skólaskóginum. Settur er pappmassi kringum nýgróðursettar plöntur til að tefja illgresisvöxt og hindra að grasið kæfi litlar plöntur. Einnig er tekið til á skólalóð, leiktæki máluð, skjólveggir fúavarðir og rusli komið í gám.

Vordagar á sveitabæjum eru skipulagðir miðað við aldur og þær aðstæður sem eru á hverjum bæ. Til er verkefnasafn sem valið er úr. Þannig geta nemendur unnið verkefni tengd sauðfé á sauðfjárnúum og annars konar verkefni á kúabúum.

Valgreinar

Vegna fámennis er erfitt að bjóða upp á margar valgreinar. Farin hefur verið sú leið að fjölga tímum í verk og listgreinum, ásamt því að bæta íþróttatímum á alla hópa. Inni í vali eru einnig smíðatímar hjá Trausta. Eins og síðustu ár tekur skólinn svo þátt í Smiðjum á Varmalandi eða Kleppjárnsreykjum. Þær verða tvisvar í vetur, frá föstudegi til laugardags. Þar eru í boði margs konar námskeið, þar sem nemendur á elsta stigi geta valið sér viðfangsefni og unnið við það tvo daga í senn.

Heimabyggðin

Stefnt er að því að nemendur skólans kynnist sinni heimabyggð með því að skoða sitt nánasta umhverfi. Náttúran, sagan og atvinnuvegir í héraðinu, auðlindir og nýting þeirra er það sem við viljum að nemendur hafi kynnst við lok skólagöngu hér.

Reynt er að heimsækja staði eins og Rauðamelsölkeldu, Rauðukúlu, Landbrota- og Rauðamelslaugar, Eldborg, Gullborgarhraun, skógræktarsvæði og jarðhitasvæði svo eitthvað sé nefnt. Árlega er farið með yngstu börnin í Skógarnesfjöru.

Útivist

Nemendur eiga að klæða sig eftir veðri og gildir einu hvort veður er kalt, blautt eða þurrt. Allir nemendur eru skyldugir að fara í útivist tvisvar á hverjum degi.

10. Námsmat – einkunnir

Námsmat á hæfni og framförum nemenda er reglubundinn þáttur í skólastarfi, órjúfanlegur þáttur frá námi og kennslu. Megintilgangur námsmats er að leiðbeina nemendum um námið og hvernig þeir geti náð markmiðum þess. Matsaðferðir eru fjölbreyttar og mismundandi eftir námsgreinum. Nánari upplýsingar um námsmat einstakra greina kemur fram í námsáætlunum.

Nemendur fá afhentar einkunnir eða umsagnir þrisvar á vetri, í byrjun nóvember, í febrúar og í lok maí. Í lok 1. og 2. annar hitta nemendur og foreldrar/forráðamenn umsjónarkennara og fá einkunnir og umsagnir. Verið er að þróa svokallaðar námslotur byggðar á markmiðum aðalnámskrár, markmið lotunnar metin og matið fer inn á hæfnikort nemenda. Bak við hvern bókstaf eru ákveðin hæfnimarkmið. Nemendur fá nú einkunnir í bókstöfum, A-B+-B-C+C-D sem er gefin út frá hæfnikorti nemanda.

Samræmd könnunarpróf

Menta- og menningamálaráðuneytið hefur ákveðið að samræmd könnunarpróf verði ekki lögð fyrir 4. og 7. bekk haustið 2021 og farið verði í vinnu við þróun á nýju námsmati.

11. Þróunar og nýbreytnistarf.

Ákveðið hefur verið að ramma grunnþætti menntunar betur inn í skólastarfið og gera þá sýnilega á skóladagatalið.

Laugargerðisskóli hefur verið í þróunarstarfi tengt upplýsinga og tæknimennt í nokkur ár. Nemendur hér nota spjaldtölvur og fartölvur reglulega í náminu. Gefur það möguleika á öðrum og fjölbreyttari vinnu aðferðum. Tölvurnar eru markvisst notaðar til málörvunar og til að auka rökhugsun. Einnig er spjaldtölvun viðbót í sérkennslunni.

Við stefnum á að halda áfram með Vinaliða verkefnið og starfa áfram undir stefnunni jákvæður agi.

Læsisstefna skólans verður endurskoðuð og gerð betur sýnileg þetta skólaár.

12. Félagstörf og ferðalög

Félagsstarf nemenda, nemendaráð

Starfandi er nemendaráð í skólanum með fulltrúum nemenda í 6. – 10. bekk. Nemendaráð annast í samvinnu við skólastjóra og fulltrúa kennara, skipulag á félags og skemmtanalífi í skólanum, fjáröflun í ferðasjóð o.fl. Umsjón með nemendaráði hefur Jófríður K. Gísladóttir. Stefnt er að því að nemendum a eldra stigi standi til boða félagsstörf a.m.k. einu sinni í mánuði (langir dagar) og hjá yngra stigi séu bekkjakvöld 2-3 sinnum á vetri.

Nemendaráð skipuleggur og undirbýr dagskrá fyrir nemendur á löngum dögum. Þau koma líka með tillögur að skipulagi íþróttæfinga.

Skólabúðir

27. sept – 1. okt. verður farið með 8. bekk í skólabúðirnar á Reykjum og 10. bekkur fer á Laugarvatn 7.-11. mars

Smiðjur

Nemendur á unglingastigi taka þátt í smiðjum hjá Grunnskóla Borgarfjarðar ásamt fleiri skólum. Nemendur velja sér eina valgrein til að vinna í tvo daga í senn. Smiðjurnar eru dagsettar á skóladagatali. Nemendur fá síðan að taka þátt í og skipuleggja kvöldvöku á föstudagskvöld.

Samskipti við aðra skóla

Töluvert samstarf er við grunnskóla á Vesturlandi. Eitt **“Lyngbrekkuball”** hefur verið haldið fyrir 8.-10. bekk fyrir alla skólana á vorönn. Varmalandsskóli mun einnig bjóða upp á jólaball. Nemendur Laugargerðisskóla hafa boðið jafnöldrum sínum á Lýsuhóli í heimsókn og jafnframt farið þangað.

Íþróttadagur, eða miðstigsleikar hafa verið haldnir í Borgarnesi fyrir 5.-7. bekk undanfarin ár. Vinaliðanámskeið eru haldin tvisvar á vetri fyrir Vinaliða í 5.-7. bekk þeirra skóla sem tengjast Vinaliðaverkefninu.

Haustgönguferðir

Á haustin er farið í gönguferðir, keyrt frá skólanum og gengið. Ferðirnar eru skipulagðar eftir veðri og aldri nemenda.

Óvissuferð

Að vori er farið í óvissuferð með nemendur frá 5.b – 10. bekk. Ferðin er ákveðin og skipulögð af kennurum og nemendum haldið í óvissu þar til komið er á áfangastað.

Skólaferðalög

Á tveggja eða þriggja ára fresti fara nemendur elstu bekkja í 3-4 daga ferðalag innanlands. Farið var í ferðalag núna í vor og væntanlega verður farið næst eftir 3 ár.

13. Foreldrasamstarf og fastir viðburðir.

Markmið skólans er að efla samvinnu starfsamanna skólans og foreldra til þess að stuðla að alhliða þroska og vellíðan nemenda og gagnkvæman skilning beggja aðila. Stefnt er að því að foreldrar séu sem best meðvitaðir um það sem er að gerast í skólanum t.d með því að halda úti öflugir heimasíðu, senda mánaðarlega út bréf um það sem er á döfnni. Foreldrar taka allir þátt í fégastarfi nemendanna og er það skipulagt af stjórn foreldrafélagsins og sett inn á skóladagatal frá hvað bæjum foreldrar koma á langa daga.

Skólaárið skiptist í þrjár annir og eru samtalsdagar í lok þeirra.

Árshátíð

Árshátíð er haldin einu sinni á ári. Þá er sett upp stórt leikrit sem allir nemendur taka þátt í. Í fyrra sýndu þau leikritið Útilegan eftir Guðjón Sigvaldason. Árshátíðin hefur verið haldin á laugardegi til að sem flestir ættingjar eigi tæk á að mæta.

Tónlistardagar.

Nemendur í tónlistarskólanum halda tvenna tónleika, í lok nóvember og lok apríl.

Grímuball

Grímuball er haldið í skólanum eftir hádegi á öskudag. Allir eru grímuklæddir og koma saman og slá köttinn úr tunnunni. Marsað og dansað. Foreldrar eru hvattir til að koma og vera með okkur þessa stund.

Vordagar og grill.

Samstarf hefur verið milli foreldra og Laugargerðisskóla um að nemendur vinni tvo til þrjá daga heima við ýmis störf sem tengjast vorinu. Nemendur fara heim með verkefnablöð og vinna og skrá dagbók um störfin. Störfin sem þau vinna við eru t.d. sauðburður, mjaltir og vinna í fjósi, vinna við þjálfun hesta, ýmis heimilisstörf o.fl. sem er skipulagt í samræmi við áhugasvið nemenda. Eftir þessa heimadaga er komið aftur í skólann og unnið úr verkefnum, dagbækur fínþússaður og gerð línurit.

Leikhúsferðir

Stefnt er að því að allir nemendur eigi kost á einni leikhúsferð eða annarri skemmtiferð á hverju skólaári. Foreldrafélag Laugargerðisskóla skipuleggur leikhúsferðir.

14. Óskilamunir

Æskilegt er að fatnaður nemenda sé merktur. Tapist flíkur eða annað í skólanum, geta foreldrar snúið sér til skólaliða sem geyma óskilamuni. Nauðsynlegt að góður hanki sé á úlpunum svo þær liggja ekki alltaf á gólfinu.

15. Innra mat

Sjálfsmat er ferli sem snýst um að skólinn afli upplýsinga um starfsemi sína, leggi mat á hana og íhugi í framhaldi gengi sitt með tilliti til nemenda og starfsfólks. Matið er innbyggt inn í daglegt starf og fyrst og fremst framkvæmt af starfsmönnum enda þekkja þeir skólastarfið best. Mikilvægt er að matið sé sameiginlegt framtak allra í skólanum því þá eru meiri líkur á því að starfsfólkið upplifi og viðurkenni gildi þess. Matið gefur leiðbeiningar um hverju þarf að breyta og hvað þarf að bæta til þess að ná þeim markmiðum sem skólinn hefur sett sér. Með sjálfsmati er unnt að greina styrkleika og veikleika skólans. Sú vitneskja nýtist til að skilgreina forgangsverkefni og skipuleggja aðgerðir til að koma á umbótum. Með sjálfsmati er leitað svara við spurningum eins og:

- Hvað einkennir góðan skóla?
- Hversu góð er mín eigin frammistaða og frammistaða skólans í heild?
- Hvernig er hægt að afla vitneskju um þetta?
- Hvernig er hægt að laga það sem þarfnast úrbóta?

16. Stoðþjónusta , heilsugæsla.

Sérfræðiþjónusta

Beiðni um aðstoð þarf að koma frá foreldrum, umsjónarkennara eða skólastjóra. Stöku sinnum vex foreldrum í augum að barn þeirra þurfi sérfræðiaðstoð eða vísun til sálfræðings. Hafa ber í huga að sérfræðiþjónusta er dýrmætur stuðningur við allt skólastarf og getur í mörgum tilvikum gert gæfumuninn. Það skal ítrekað að farið er með öll mál sem trúnaðarmál. Skólinn nýtur þjónustu frá Félags og skólaþjónustu Snæfellsbæjar. Sálfræðingur kemur 1 sinni í mánuði og einnig koma talmeinafræðingur og náms og starfsráðgjafi í reglulegar heimsóknir.

Námsráðgjafi Starfslýsing frá Skólaþjónustu Snæfellsbæjar

Ráðgjöf um vinnubrögð

- Leiðsögn og fræðsla um skipulagningu tíma og áætlanagerð
- Leiðsögn og fræðsla um námstækni (s.s námsaðferðir, lestraraðferðir og prófundirbúning)
- Leiðbeiningar og fræðsla um lífsstíl og venjur sem stuðla geta að aukinni einbeitningu, úthaldi og auknu tilfinningarlegu jafnvægi

Persónuleg ráðgjöf og stuðningur

- Stuðningur og ráðgjöf vegna tímabundinna erfiðleika og/eða áfalla
- Stuðningur og ráðgjöf vegna erfiðleika í einkalífi
- Leiðsögn og ráðgjöf um streitu- og kvíðastjórnun
- Tilvísun og samstarf við sérfræðinga í sértækum málum
- Hópráðgjöf/námskeiðahald sem styrkja einstaklinginn í námi og/eða atvinnuleit (s.s gerð ferilskráa, námstækni og prófkvíði)

Ráðgjöf við náms- og starfsval

- Áhugagreining
 - Könnun og greining á áhugasviði einstaklinga; fer ýmist fram með viðtölum eða með notkun mælitækja og kannana

Mat og greining á náms- og starfshæfni

- Greining styrkleika og veikleika einstaklinga með tilliti til náms og starfa; fer aðalega fram með viðtölum við ráðþega
- Miðlun upplýsinga um möguleika og framboð á námi og störfum
- Veitir upplýsingar og ráðgjöf um nám, námskeið, starfsmenntun og starfsval
- Starfsfræðsla; umsjón með framkvæmd starfsfræðslu í samstarfi við kennara, starfsfræðslufulltrúa og fulltrúa atvinnulífsins
- Námskynningar; skipulag námskynninga innan skólans og undirbúningur og uppfræðsla nemenda fyrir stærri sameiginlegar námskynningar menntakerfisins

Menntaskóli Borgarfjarðar og Fjölbautaskóli Vesturlands á Akranesi senda námsráðgjafa hingað árlega og kynna sína skóla. Stefnt er að því að nemendur og foreldrar elstu nemendanna geti hitt námsráðgjafa og er það kynnt þeim sérstaklega.

Einelti

Einelti er undir engum kringumstæðum liðið í Laugargerðisskóla. Komi slík mál upp er unnið samkvæmt eineltisáætlun skólans. Nauðsynlegt er að foreldrar láti skólann strax vita ef þeir verða varir við stríðni eða einelti.

Komi upp eineltismál eru það umsjónarkennari og/eða skólastjóri sem fara yfir málið með öllum aðilum þess og ákveða þeir næstu skref.

Stundum þarf að fá sálfræðing skólans með í framhaldsvinnu.

Alltaf er haft samband við heimilin og unnið í samráði við foreldra/forráðamenn.

Áætlun gegn einelti má nálgast á heimsíðu skólans.

HEILSUGÆSLA Í SKÓLUM

Heilsugæslu í grunnskólum héraðsins er sinnt af Heilbrigðisstofnun Vesturlands í Borgarnesi.

Markmið

Heilsuvernd skólabarna er hluti af heilsugæslunni og framhald af ung- og smábarnavernd. Markmið heilsuverndar skólabarna er að efla heilbrigði nemenda og stuðla að vellíðan þeirra. Starfsfólk heilsuverndar skólabarna vinnur í náinni samvinnu við foreldra/forráðamenn, skólastjórnendur, kennara og aðra sem koma að málefnum nemenda með velferð nemenda að leiðarljósi. Farið er með allar upplýsingar sem trúnaðarmál. Starfsemi heilsuverndar skólabarna er skv. lögum, reglugerðum og tilmælum sem um hana gilda. Í henni felast heilsufarsskoðanir, bólusetningar og heilbrigðisfræðsla, ásamt ráðgjöf til nemenda, fjölskyldna þeirra og starfsfólks skólans.

6H heilsunnar – heilbrigðisfræðsla

Heilsuvernd skólabarna sinnir skipulagðri heilbrigðisfræðslu og hvetur til heilbrigðra lífshátta ýmist í hópi eða á einstaklingsgrunni. Byggt er á hugmyndafræðinni um 6-h heilsunnar sem er samstarfsverkefni Heilsugæslunnar og Lýðheilsustöðvar. Áherslur fræðslunnar eru **hollusta-hvild-hreyfing-hreinlæti-hamingja- hugrekki og kynheilbrigði**. Eftir fræðslu fá foreldrar sent bréf og gefst þeim þá kostur á að ræða við börnin um það sem þau lærðu.

Heilsufarsskoðanir

1. bekkur. Mæld hæð, þyngd, sjón, heyrn (ef þurfa þykir) og litskyn.
4. bekkur. Mæld hæð, þyngd og sjón.
7. bekkur. Mæld hæð, þyngd og sjón.
9. bekkur. Mæld hæð, þyngd, sjón og blóðþrýstingur.

Hjúkrunarfræðingar sjá um skoðanir og annað eftirlit samkvæmt tillögum landlæknis. Skólakoðanir fara fram á skólatíma og eru ekki auglýstar sérstaklega nema hjá þeim nemendum sem eru bólusettir.

Hjúkrunarfræðingar bjóða upp á viðtalstíma fyrir nemendur á skólatíma, þá daga sem hjúkrunarfræðingur er í skólanum.

Bólusetningar

7. bekkur: Mislingar, rauðir hundar og heitusótt (ein sprauta). Stúlkur eru bólusettar gegn HPV (human papiloma virus) til að minnka líkur á leghálskrabbameini (þrjár sprautur á 6 mánaða tímabili).

9. bekkur: Mænusótt, barnaveiki, stífkrampi og kíghósti (ein sprauta).

Ef líkur eru á að barnið sé ekki að fullu bólusett þá eru foreldrar hvattir til að hafa samband við skólahjúkrunarfræðing.

Lyfjagjafir

Sjaldgæft er að börn þurfi að taka lyf á skólatíma. Þurfi börn á því að halda er foreldrum bent á að hafa samband við skólahjúkrunarfræðing og kynna sér tilmæli Landlæknis um lyfjagjafir í skólum.

Slys og veikindi

Mikilvægt er að skólahjúkrunarfræðingar/ og starfsfólk viti af börnum sem eru með langvinnan og /eða alvarlegan sjúkdóm, s.s. sykursýki, ofnæmi, flogaveiki og blæðingarsjúkdóma. Ef óhapp eða slys verður á skólatíma sér starfsfólk skólans um fyrstu hjálp. Þurfi nemandi að fara á heilsugæslustöð eða slysadeild skulu foreldrar/forráðarmenn fara með barninu. Því er mikilvægt að skólinn hafi öll símanúmer þar sem hægt er að ná í foreldra á skólatíma barnsins.

Lús

Mikilvægt er að foreldrar kembi og/eða leiti að lús í hári barna sinna reglulega, t.d. vikulega. Ef upp kemur lús í skólanum er send tilkynning um það heim ásamt leiðbeiningum um meðferð. Kemming og meðferð er á ábyrgð foreldra.

Líðan barna

Til að njóta sín í námi verður barninu að líða vel í skólanum. Heilsuvernd skólabarna hvetur foreldra til að vera vakandi yfir líðan barna sinna og spyrja þau reglulega um líðan sína. Einnig að hafa hugfast að hrós og hvatning styrkja jákvæða hegðun og auka vellíðan. Foreldrar geta ávallt leitað ráðgjafar hjá skólahjúkrunarfræðingi varðandi málefni er varða líðan og heilbrigði barnsins.

Skólahjúkrunarfræðingur kemur einu sinni í mánuði í skólann. Dagsetning á heimsóknum verða sendar heim í mánaðarbréfum. Einnig sendir hann tölvupóst til foreldra þeirra barna sem hann ætlar að hitta.

Svefn

Foreldrar og forráðamenn eiga að sjá til þess að börn þeirra komi úthvöld í skólann, það gerir nemandann hæfari til að takast á við verkefni dagsins og öllum líður betur.

Svefnþörf barna er mikil, flest börn þurfa að sofa 8-10 klukkustundir á sólarhring.

Útivistartími barna

Börn 12 ára og yngri mega ekki vera á almannafæri eftir kl. 20:00 nema í fylgd með fullorðnum. Börn sem eru á aldrinum 13 til 16 ára skulu ekki vera á almannafæri eftir kl. 22:00 nema þau séu á heimferð frá viðurkenndri skóla -, íþrótt eða æskulýðssamkomu. Foreldrar eða forráðamenn barna skulu sjá til þess að börn hlíti ákvæðum þessa kafla um útivistartími og virði aldursmörk og annað í því sambandi.

Næring

Algengt er að krakkar drekki of mikið gos og borði skyndibímat en það er yfirleitt ekki næringaríkur matur fyrir börn sem eru að vaxa. Svona fæði getur líka leitt til offituvandamála sem getur orðið erfitt að taka á seinna meir. Holt og gott fæði er mikilvægt fyrir einbeitingu og þroska barna.

Hreyfing

Hreyfing er nauðsynleg fyrir alla og mikilvægt er að foreldrar hjálpi börnum sínum að finna hreyfingu sem hentar. Mælt er með rösklegri hreyfingu í 60 mínútur á dag og getur það verið af ýmsum toga t.d. að ganga, synda, hlaupa, hjóla, dansa eða skipulagðar íþróttir.

Hreinlæti

Hreinlæti er eitthvað sem börn hafa ekki alltaf tilfinningu fyrir og þess vegna er mikilvægt að foreldrar og forráðarmenn sjái til þess að börn þeirra þrifi sig vel, að þau skipti reglulega um föt, bursti tennur, þvoti sér um hendur eftir að hafa verið á salerninu o.s.frv. Börn í óhreinum fötum geta orðið fyrir stríðni.