

POLITIK FOR MOTION OG BEVÆGELSE

MOTION & BEVÆGELSE

På Tangsø Skole ønsker vi at fremme elevernes bevidsthed om sammenhængen mellem mental og fysisk sundhed

- Aktive elever indlærer bedre
- Motion og bevægelse fremmer elevernes humør, trivsel og selvværd på længere sigt
- Motion og bevægelse fremmer relationerne mellem små og store elever på skolen

Alle elever og personale har gode muligheder for bevægelse, både ude og inde.

Skolen har følgende prioriteter for motion og bevægelse i hverdagen

- Vi har fokus på at udvikle vores muligheder for bevægelse.
- Lange frikvarterer – så det kan "betale sig" at komme i gang med en leg eller et spil.
- Udefrikvarter hver dag, hvor alle elever fra 0. -6. klasse skal være ude i mindst 20 min.
- Udeområder som lægger op til bevægelse og læring fx: Multibane, fodboldbaner, pannabane, motorikbane, stor legeplads med forskellige redskaber og læringstavler.
- Multibane ved Tangsø Centret kan benyttes i frikvartererne af 6. kl. efter aftale med lærerne.
- Fokus på så meget fysisk aktivitet og bevægelse som muligt i fagtimerne.
- I forbindelse med både idrætstimer og andre undervisningssituationer, lægger vi også vægt på at benytte den smukke og indbydende natur i og omkring Bækmarksbro.

Skolen har i løbet af skoleåret flere hele dage med motion og bevægelse f.eks.:

- Skolernes Motionsdag (træning i idrætstimerne op til)
- Deltagelse med 3. og 4. klasse i skolebasket, arrangeret af Lemvig Basket
- Samarbejde med lokale og eksterne foreninger og organisationer, som f.eks. "Go fun" i Tangsø Centret
- Der er svømmeundervisning i 4. klasse, og herudover har skolen stor fordel af at kunne bruge svømmehallen i samarbejde med Tangsø Centret.
- Deltagelse i Håndboldkaravanen for 1., 2., 3. og 4. klasse
- Cykelture i lokalområdet
- Leg og læring i skov og naturområder i og omkring Bækmarksbro

Skolebestyrelsen 09.01.2026