

# Anbefalte kriterier for helsefremmende grunnskoler

God helse er viktig for barns utvikling og evne til mestring og læring. Skolen er viktig for å bygge gode levevaner i tidlig alder. Grunnlaget for kriteriesettet bygger på FNs barnekonvensjon, opplæringsloven, folkehelseloven og gjeldende forskrifter for skoler. Skolen er godkjent etter forskrift om miljørettet helsevern.

## Formål

Helsefremmende arbeid i skolene skal bidra til god helse, trivsel, læring og gode holdninger for elever og ansatte.

### 1 Helsefremmende arbeid er forankret i skolen

Det helsefremmende arbeidet er forankret i skolens årsplan, vedtekter, øvrige styringsdokumenter og arbeidsmåter. Arbeidet evalueres jevnlig. De ansattes kompetanse skal sikre en god helsefremmende skolehverdag.

### 2 Skolen arbeider systematisk for å fremme psykisk helse og godt psykososialt miljø

Skolen arbeider aktivt for at den enkelte elev skal oppleve trivsel, trygghet og sosial tilhørighet. Det arbeides aktivt med forebygging av mobbing og krenkelser.

### 3 Alle elever er fysisk aktive minst 60 minutter hver dag

Aktiviteten kan deles opp i flere bolker, både ute og inne. Aktivitetene bør være varierte og medføre at man blir andpusten og at kroppen blir utfordret fysisk på ulike måter.

### 4 Nasjonale retningslinjer for skolemåltidet følges

Måltidet bygger på at elevene har med seg matpakke. Skoler med kantine/matbod må stimulere elevene til sunne valg. Det er lagt til rette slik at det er enkelt å velge kaldt vann som tørstedrikk.

### 5 Skolen er tobakks- og rusfri

Det er ikke tillatt å bruke røyk, snus eller andre rusmidler i løpet av skoletiden. Dette gjelder alle elever og alle ansatte som har kontakt med elever i løpet av skoletiden.

### 6 Skolen har en tilfredsstillende tverrfaglig skolehelsetjeneste

Skolehelsetjenesten skal være tilgjengelig på skolen for elevene som et gratis lavterskeltilbud med mulighet for «drop-in» for elevene. Tjenesten skal være tverrfaglig.

### 7 Skolen har gode rutiner for samarbeid med og medvirkning fra elever og foresatte

Skolen har tydelig medvirkning fra elever og foreldre i utviklingen av skolens miljø og ulike tilbud. Klasseråd, elevråd og FAU brukes aktivt i arbeidet. Elevenes fysiske og psykiske helse og samspill med andre er tema på foreldremøter og i foreldresamtaler.

### 8 Skolen gir opplæring i levevaner og har arbeidsmåter som fremmer helse

Elevene gis opplæring i helsefremmende levevaner. Alle elever skal kjenne de nasjonale kostråd og anbefalinger for fysisk aktivitet. Varierte undervisningsmetoder sikrer at flere elever får muligheten til å oppleve mestring.

### 9 Skolen samarbeider med andre instanser

Det etableres tverrfaglig samarbeid med andre instanser etter behov, dette for å sikre et helhetlig tilbud rundt eleven.

### 10 Skolen arbeider systematisk med sikkerhetsfremmende og ulykkesforebyggende arbeid

Det arbeides med trafikkopplæring, og andre sikkerhetsfremmende og ulykkesforebyggende tiltak for å skape robuste og trygge elever. Skolen har gode rutiner for internkontroll.