

SKOLE
Hellemyr sfo



Styringsdokument

Styringsdokument

Kvalitet er noe skolefritidsordningen ved Hellemyr skole tilstreber. Vi har laget en liste over hvilke faktorer vi ønsker kvalitativt lys på, og hvordan vi ønsker jobbe med faktorene.

Innledning:

- Offentlige retningslinjer og vedtekter
- Pedagogisk grunnsyn

Faktorer:

- Om kvalitet
- Stimulering av sosial kompetanse
- Selvbildet. Samtalens betydning
- Konfliktløsning
- Lek og aktiviteter
- Fysisk aktivitet
- Kosthold
- Omsorg og tilsyn

Offentlige retningslinjer, lover og vedtekter om innholdet i sfo.

Opplæringsloven § 13-7

Skolefritidsordninga skal leggje til rette for lek, kultur-og fritidsaktivitetar med utgangspunkt i alder, funksjonsnivå og interesser hos barna. Skolefritidsordninga skal gi barna omsorg og tilsyn.

Stortingsmelding nr 40 (92-93)

Leken må være et sentralt element fordi den er en del av barnekulturen og vesentlig for barnas utvikling og vekst. Gjennom leken bearbeider barna en større forståelse av seg selv og det samfunnet de skal vokse opp i. Denne formen for intellektuell, sosial og kulturell læring kan ikke erstattes av andre læringsformer. Leken er avhengig av at det finnes miljøer der barn selv har ansvar og deler på ledelse og på å innordne seg. Barna trenger tid og ro for å fordype seg i lek: Derfor er det viktig å finne en god ballanse mellom tid for lek og andre virksomheter. ”Sfo skal legge til rette for kultur og fritidsaktiviteter med utgangspunkt i barnas alder, funksjonsnivå og interesse.

Rundskriv fra departementet om sfo (F-16-98):

Omsorg, lek, kulturaktiviteter og sosial læring skal danne kjernen i innholdet i sfo. Aktivitetene bør omfatte lek ute og inne, lesing, spill, samtaler og spontane aktiviteter. I tillegg kommer aktiviteter som er tilrettelagt av personalet.

Kommunale retningslinjer

Formål:

SFO skal legge til rette for lek, kultur- og fritidsaktiviteter med utgangspunkt i alder, funksjonsnivå, og interesser hos barna. SFO skal gi barna omsorg og tilsyn. For tiden prioriteres sunt kosthold, fysisk aktivitet og skapende, barnestyrt uteaktiviteter.

Hvem:

Skolefritidsordning er for elever på 1.-4. trinn og til og med 7. trinn for elever med funksjonshemming.

Åpningstid:

Alle hverdager fra kl. 07.30 til 16.30.

Om sommeren er SFO stengt i 4 uker fra **andre** mandag i juli.

SFO kan holde stengt 5 dager hvert skoleår for å planlegge virksomheten. Planleggingsdagene fastsettes av den enkelte skole. Foresatte skal ha beskjed i god tid om hvilke dager SFO er lukket.

Pedagogisk grunnsyn

Vårt grunnsyn er at barn er kompetente. Dette betyr at barn ikke trenger å utsettes for påvirkning og ”manipulering” fra de voksne for å bli sosiale og samarbeidende: Vi ser ikke at vi voksne må finne måter å oppdra barna på, slik at de lærer å oppføre seg menneskelig. Vi jobber ut ifra at barna er sosiale fra fødselen av, slik at de samarbeider med miljøet rundt seg, og reagerer ut ifra dette for å bli en del av det.

Vi tror barn som er i et positivt miljø der de blir behandlet med respekt og omtanke, samt får ros for det de gjør riktig og bra, vil gjøre alt for å bli en velfungerende del av dette miljøet.

Det er også viktig for oss å fokusere på selvbildet mer enn selvtilliten. Dette er for å sørge for en god og trygg selvutvikling bygd på vissheten om sine personlige egenskap og verdi; i stedet for et selvbilde bygd på verdi ut fra prestasjoner, noe som ofte gir prestasjonsangst bl.a..

Selvbildet stimuleres bl.a. ved oppmerksomhet og interesse, altså gode samtaler mellom barn og voksen.

Kort ros som ”du er flink, og så fint du tegner” gir gjerne barn følelse av at det er viktig å prestere for å få oppmerksomhet. Vi velger å bruke mer tid og interesse. Alt for å øke selvfølelsen, og forebygge prestasjonsfokuseringen som det ellers er så mye av. Vi vet for øvrig at det ikke kan gis for mye konkret ros i forbindelse med samarbeid. Det som gis oppmerksomhet får vi mer av, og ros er det som gir atferd best og riktigs retning. Barn trenger også bekreftelse på at det de mestrer, så konkret ros er et veldig viktig verktøy for oss.

Sosial kompetanse er et sammensatt begrep, og det kan defineres som ”et sett av ferdigheter, kunnskaper og holdninger som trengs for å mestre ulike sosiale miljøer, som gjør det mulig å etablere og vedlikeholde relasjoner, og som bidrar til at trivsel økes og utvikling fremmes” (Nordahl 2001)

Sosial kompetanse er en rød snor i alt vi gjør på sfo. Vi jobber med å utvikle sosial kompetanse hele tiden i tråd med skolens mål og retningslinjer.

Voksne i sfo skal være gode rollemodeller for barna gjennom språk og handling, løsninger og væremåte. Det innebærer at det er viktig å ha et personale som er trygge, tydelige, forutsigbare og sosialt kompetente selv. Evne til å reflektere over egen praksis og egne holdninger er viktige elementer i voksenrollen. Det handler om å være oppmerksomt til stede, imøtekomme og møte barnas behov, og rose kompetent atferd som barna viser.

Mye og entydig forskning viser at fysisk aktivitet er viktig for fysisk og psykisk helse. Barn og unge er mindre fysisk aktive enn tidligere, blant annet på grunn av økt bilbruk og at det brukes mer tid foran tv og pc. Motorisk klossete barn har ofte vansker med å delta i lek, og er derfor lite fysisk aktive. Det får igjen følger for den sosiale utviklingen.

Fysisk aktivitet forebygger hjerte og karsykdommer, type 2-diabetes, høyt blodtrykk, visse krefttyper, beinskjørhet og forebygger fysiske plager generelt. Fysisk aktivitet forebygger også psykiske plager som depresjoner og nedstemthet.

Grunnlaget for en aktiv livsstil som voksen legges gjerne i barneårene. Derfor er det viktig å legge til rette for fysisk aktivitet og idrett så tidlig som mulig.

Kvalitet

Kvalitet er for sfo summen av alle faktorene som angår barna og de ansatte på sfo. Bevisstgjøring på aktivitetene som tilbys (kunst og håndverk, fysisk aktivitet, kulturaktivitet, friluftsliv) og variasjonen på disse, pedagogikk, kosthold og sosial læring er avgjørende for å ha en felles forståelse av tilbudet som gis. Videre må voksenrollen og stillingsbeskrivelsen avklares og bevisstgjøres. Andre faktorer som har innflytelse på tilbudet er lojalitet til planer og retningslinjer, bemanningsnorm, kompetanse og kursing, økonomi og barneantall, antall barn med spesielle behov, samarbeid med skolen og ledelsen, foreldre og lokalsamfunnet, åpningstid, arealer og innredning, uteområder osv.

Sosial kompetanse

Dette er de sosiale ferdighetene barna øver på i lek og aktivitet med voksne som guide, rollemodell og leder på sfo:

Samarbeid

Følge regler, følge beskjeder, vente på tur, hjelpe andre, problemløsning.

Empati (Å kunne ta andres perspektiv. Forstå andre.)

Arvelig egenskap, men utvikles også med øvelser som rollespill.

Selvkontroll

Kontrollere egen oppførsel og tanker, kjenne etter og håndtere vanskelige følelser.

Selvhevdelse

Hevde egne meninger og rettigheter, ta initiativ, motstå press og gruppepress.

Ansvarlighet

Holde avtaler, vise respekt for andre og eiendeler, se konsekvensen av egne handlinger samt å holde orden etter seg i garderoben, rydde etter seg ved lek etc.

Alle voksne i sfo spiller en rolle i forhold til barnas muligheter for sosial læring, og for å utvikle sosial kompetanse. Barna trenger gode rollemodeller, og å få fokus på det de gjør rett, slik at de da gjøre mer av det.

De voksne må være både tydelige og forutsigbare med hensyn til hva som er rett og galt. De må også gi ungene muligheter til å utvikle og teste ut egne samspill. Husk at diskusjoner og småkonfrontasjoner må til for å gjøre egne erfaringer. Barna trenger hjelp av voksen først når de ikke finner en god handlingsmåte selv. Det er viktig å være så til stede at du ikke bare ser handlingen, men også hensikten.

De voksnes oppgaver kan derfor ikke bare handle om å kontrollere og se til at regler overholdes, men også om å gripe fatt i det barna kan sosialt, og bygge videre på dette.

Eksempler på hva som skjer i gode/vellykkede sosiale relasjoner mellom barn:

- Små og store uenigheter og konflikter oppstår.
- Barna har ulike fortolkninger av situasjonene.
- Barna konfronteres hele tiden med hverandres ulike synsvinkler.
- Barna må lære å forholde seg til at andre ser forskjellig på situasjoner enn de selv.
- Barna må forholde seg til og takle at andre har andre ønsker, ideer og behov enn dem selv.

Selvbildet. Samtalens betydning

Vi legger stor vekt på å snakke med barna og gi dem tid og oppmerksomhet. Det viser seg at oppmerksomhet og interesse er veldig viktig for barnas utvikling. Barna lærer å sette ord på ting og følelser, de lærer om seg selv og andre, og de utvikler språket. Barn som får oppmerksomheten fra voksne som bryr seg om hva de tenker og mener blir også sikrere på seg selv og mindre sårbare for press fra andre.

Det som utenfra kan se ut som lite aktivitet kan altså være viktig arbeid.

Vi spiller kort og spill for å lære opp sosiale og praktiske evner, leker rollespill og øvelser for å få inn ferdigheter som trengs for å fungere i et godt og konstruktivt samspill; og lærer praktiske ferdigheter gjennom kunst og håndverk etc. Dette tar ikke tid fra fri aktivitet og ungenes mulighet til lek på egne premisser, men det gjør vår sfo til et godt og meningsfylt sted å være.

Konfliktløsning

Når det kommer til problemløsning og konflikter har vi et fast opplegg for løsning. Barna trenger å øve seg på å løse konflikter selv, gi og ta, komme til kompromisser, og finne ut hva som er akseptabelt osv. Derfor går vi ikke inn for å løse opp i konfliktene ved å fordele skyld og styre løsningen uten at barna blir hørt. Vi velger å sette barna sammen, alle får fortelle sin side av historien og de får så selv prøve å finne ut hva de alle gjorde feil, og hvordan de kunne løst det bedre. Den voksne blir da en slags guide i prosessen.

Det er naturlig og viktig at barna er gjennom konflikter for å kunne øve seg på løse dem selv. Når det er sagt, så er det særs lite alvorlige konflikter på vår sfo, og plaging/mobbing har vi nulltoleranse for.

Vi ønsker å løse konflikter på en måte som gjør at ungene lærer noe av det som har skjedd, ikke at du bare blir venner fordi den voksne sier de skal bli det....

Måten vi prøver å få dette til på er:

Partene får tid til å roe seg ned alene eller sammen med en lyttende og medfølende (for begge parter) voksen.

Når de er rolige nok til å kunne snakke sammen igjen samler vi dem sammen med en voksen.

Den voksne spør begge om hva som er problemet (får begge versjon)

Voksen spør hva den enkelte kan gjøre for å unngå å komme så langt som de gjorde denne gangen. Gjerne flere løsninger.

Hvilken løsning er best?

Hva må til for å få dette til?

Er begge fornøyd med den løsningen?

Målet med dette er konkret at de skal øve seg i å finne andre løsninger enn slåssing og aggressivitet; samt at ingen skal gå ut av en konflikt som den "dumme og slemme". I en slik konflikt har oftest begge gjort noe h*n ikke burde.

Å be om unnskyldning løser ingen konflikter. Det er også lite læring i å "løse" en konflikt ved kun å be om unnskyldning..

Konstruktiv, medfølende og lyttende voksen er stikkord for å få dette til. Videre er det viktig at barna selv finner ut løsninger, de skal ikke bare komme fra den voksne

Den voksne er guide for samtalen, men barna skal snakke med hverandre ikke den voksne.

Konflikter er naturlig og viktig med tanke på å lære sosialisering. Det er hvordan en takler konflikten som kan være feil eller negativ.

Lek

Om lek fra Stortingsmelding nr 40 (92-93)

Leken må være et sentralt element fordi den er en del av barnekulturen og vesentlig for barns utvikling og vekst. Gjennom leken bearbeider barna en større forståelse av seg selv og det samfunnet de skal vokse opp i. Denne formen for intellektuell, sosial og kulturell læring kan ikke erstattes av andre læringsfomer. Leken er avhengig av at det finnes miljøer der barn selv har ansvar og deler på ledelse og på å innordne seg. Barna trenger tid og ro for å fordype seg i lek: Derfor er det viktig å finne en god ballanse mellom tid for lek og andre virksomheter.

Det er en del fokus for tiden på at flere og flere barn i Norge opplever plager som kommer av stress.

Dette er noe vi på sfo tar på alvor: En overorganisert sfo-dag der alle barna blir presset med på aktivitet etter aktivitet etter en lang skoledag, vil barn oppleve som stressende og frustrerende.

Vi synes det er veldig viktig at barna har mulighet til å velge hva de skal gjøre på Fritids, og ha mulighet til å få et moment av ro i dagen. Dvs kunne trekke seg tilbake og slappe av dersom de har behov for det, vi forebygger støy ved å dele opp barnegruppen, og prøver hindre barn bytte fra aktivitet til aktivitet uten å gjøre seg ferdig.

På Fritids har barna god tid til frilek der de øver seg på å finne seg selv i samvær med andre etter en styrt skoledag. De får i leken prøvd ut ferdigheter, grenser og roller. Gjennom lek bearbeider barn inntrykk og problemer som det måtte møte i hverdagen. De voksne skal gi støtte og hjelp ved behov.

Men det er også viktig å kjede seg litt av og til. Da øver man seg bl.a. i å vente på tur, og det senker stressnivået f eks. En dag der de voksne styrer og bestemmer all aktivitet vil også hindre barna i å finne på ting selv/være kreative, noe som er viktig å forebygge. Frilek betyr altså ikke at det ikke skjer noe, men er tvert imot en viktig del av fritiden. Barna lærer via lek, og vi hjelper dem i prosessen. Det viktige og det som viser kvalitet er den pedagogiske voksenrollen i forhold til frileken med fokus på den sosiale læreplanen. De må bl.a. motvirke at barn misbruker makt og posisjoner, tilrettelegge, støtte positive ledere, støtte de som strever med å delta, bidra til at barna får opplevelser og erfaringer som inspirerer og videreutvikler leken, og være støttespillere.

Organiserte/planlagte aktiviteter og frilek

I Stortingsmelding nr 40 står det at sfo skal "legge til rette for kultur og fritidsaktiviteter med utgangspunkt i barnas alder, funksjonsnivå og interesse".

Rundskriv fra departementet om sfo (F-16-98)

"Omsorg, lek, kulturaktiviteter og sosial læring skal danne kjernen i innholdet i sfo.

Aktivitetene bør omfatte lek ute og inne, lesing, spill, samtaler og spontane aktiviteter. I tillegg kommer aktiviteter som er tilrettelagt av personalet. "

Vi prøver å tilby 1 aktivitet hver dag. Aktivitetene tilbys til hhv jenter og gutter og eldre og yngre barn for seg, men også alle sammen. Vi tilbyr aktiviteter etter de sentrale retningslinjene for sfo, hvilket vil si kunst og håndverk, kultur, friluftsliv og fysisk aktivitet. For å stimulere til bl.a. selvregulering og selvbestemmelse er valgfrihet viktig. Våre aktiviteter er derfor så godt som valgfrie. Vi synes imidlertid at organisert aktivitet er viktig, og tilbyr derfor et bredt utvalg av aktiviteter gjennom hele året fra kl 14 (etter mat)-15.30 ca, der vi mener å ha funnet løsninger slik at det organiserte ikke kommer i veien for lek.

Fysisk aktivitet

En ny norskledet studie konkluderer med at barn trenger minst 90 minutter fysisk aktivitet om dagen, altså enda mer enn anbefalingene i gjeldende retningslinjer (60 min).

Observasjoner og undersøkelser tyder på at norske barn og unge er langt mindre fysisk aktive nå enn tidligere. Ca. 40 prosent er inaktive, lite eller moderat aktive, og antallet inaktive og lite aktive synes å ha økt i løpet av det siste 10-året, særlig blant gutter.

Vi arrangerer derfor organisert fysisk aktivitet i form av barneidrett minst en gang i uken, i tillegg til diverse aktiviteter og spill vi setter i gang hver dag ute.

Kosthold

Sett i et folkehelseperspektiv er kosthold særs viktig, og en ser at det er avgjørende å ha riktig fokus i tidlig alder. Ved å sette fokus på kosthold tar vi enda et skritt mot et tilbud som tenker helhetlig i forhold til kvalitet.

Vi lager morsomme navn på maten vi spiser, og lager gjerne en historie til også som kan forklare navnet. Vi ser da at Muskelsuppe, Robin Hoods favoritt, Gullgravergryte og andre, blir mat alle spiser..

Vi serverer ikke makaroni med kun ketchup, vi ønsker mer næringsrik mat enn bare pølser, og vi har ikke kaker og annen usunn mat. Vi ønsker i stedet å tilby barna god og sunn mat laget med gode og sunne råvarer fra bunnen av, presentert på en måte som gjør at de prøver å spise mat de ellers ikke spiser. Dette har vi lyktes med synes vi, og fortsetter å prioritere dette..

Legg merke til at dette er et mellommåltid, og målet er ikke at barna skal bli så mette. Dette er et måltid der fokus er nok og riktig næring, samt et jevnt blodsukker mellom lunch og middag.

Omsorg og tilsyn

Dette er to av ca tre punkter gitt fra sentralt hold om hva sfo skal yte av tilbud.

Omsorg og tilsyn vil si å holde rede på barn, la ungene bli sett, å gi hjelp og trøst, la ungene få lov til, og la ungene få ha betydning.

Å holde rede på.

- *Oversikt over når alle barna kommer og går, samt beskjeder ang enkelte barn.*
- *Hjelp enkeltbarn å huske spesielle avtaler/beskjeder.*

Å bli sett:

- *Sikre at alle barna har positiv kontakt med voksne hver dag.*
- *Sikre at alle får ros hver dag.*
- *La barna oppleve at egne forslag og ider blir tatt i bruk.*

Å få hjelp:

- *Hjelp til å mestre praktiske ting som knuter og glidelåser.*
- *I konflikter som de ikke klarer løse selv.*
- *Barna opplever voksne som ønsker være til stede for dem ved alle behov.*

Å få prøve selv:

- *Vær åpen for barnas kreative innspill. Ikke si nei uten å vite /kunne begrunne det godt. I stedet for et nei, kan de kanskje få forslag til hvordan få det til enda bedre eller oppmuntring til å utvikle det selv.*
- *Det er viktig at barn tester egne psykiske og fysiske grenser.*
- *La barna få lov til å gjøre feil uten å måtte stå "skolerett".*

Å ha betydning

- *Oppmerksomhet og samtale der barna ser at vi bryr oss om den de er og hva de mener.*
- *At barna ser at vi bryr oss om deres ønsker og behov*
- *At de føler at vi synes de er viktige.*

Sfo skal:

- *Ha voksne som gir det enkelte barn konstruktive tilbakemeldinger og ros.*
- *Ha voksne som snakker og samhandler med barna på en positiv måte*
- *Ha voksne som har satt seg inn i sfo og skolens regler og rutiner*
- *Ha samkjørte og forutsigbare voksne.*