

---

# HEILSUEFLANDI LEIKSKÓLI

---

Þróunarverkefni á Bæjarbóli 2017 - 2018

Styrkur veittur 2017



Heiti verkefnis: Heilsueflandi leikskóli

Styrkþegar: Leikskólinn Bæjarból

Verkefnisstjóri: Rósa Berglind Arnardóttir og Anna Bjarnadóttir

Ábyrgðarmaður: Anna Bjarnadóttir

## Markmið

Markmið verkefnisins voru tvíþætt annars vegar að styðja við heilsustefnu leikskólans Bæjarbóls og að taka þátt í verkefninu Heilsueflandi leikskólar á vegum landlæknisembættisins. Á vef embættisins kemur fram að heilsueflandi leikskóli muni leggja sérstaka áherslu á að vinna með átta lykilkætti sem tengjast skólastarfinu. Þeir eru: hreyfing, mataræði, geðrækt, öryggi, tannheilsa, fjölskylda, nærsamfélag og starfsfólk. Jafnframt var markmið verkefnisins að halda áfram að bæta við heilsustefnuna sem unnið er með á Bæjarbóli með því að meta hvernig við stöndum með tilliti til gátlista og viðmiða heilsueflandi leikskóla, skoða hvað má bæta og hvað er vel gert.



## Leiðir

Gátlistar útfylltir að hausti til að skoða stöðuna og sjá hvar skóinn kreppir, hvað þarf að bæta. Sérstök áhersla lögð á að vinna með geðrækt barna og starfsfólks, andlega líðan, jafnvægi á milli hvíldar og hreyfingar og að lágmarka streitu í umhverfinu. Þetta var gert með að rýna í dagskipulag og greina það. Hversu mikil hreyfing, hversu mikil hvíld, hversu mikill frjáls leikur (sjálfræði barna), hversu mörg börn í rými á sama tíma (áreiti), hvernig tekið á móti börnum, hvernig tekið á agamálum, hvernig er hrósað og styrkt fyrir jákvæða hegðun. Þessar spurningar teknar fyrir á hverri deild fyrir sig, greint og skoðað. Verkefnið jafnframt sett inn í starfsáætlun og matsáætlun skólaársins. Opinn fyrirlestur um hvíld og líðan barna á leikskólanefndarfundi sem og í tengslum við forvarnarviku á haustönn. Styrking starfsmannahópsins í gegnum hópefli og hvatningu, vinnustofur vinnusálfræðings. Endurmat starfsmanna janúar

2018 og maí 2018. Viðhorfskönnun meðal elstu árganga um hvað er skemmtilegt og hvað er leiðinlegt í leikskólanum.

Fyrirhugað er námskeið frá Hugarfrelsi á starfsmannafundi í nóvember 2018 þar sem kennt verður hvernig nota megi öndunaræfingar, jóga, hugleiðslu og slökun í leikskólastarfi.

Helstu verkþættir og hvenær þeir eru unnir:

Undirbúningur	Framkvæmd	Eftirfylgni
<ul style="list-style-type: none"><li>•Skráning þátttöku sem heilsueflandi leikskóli -mars 2017</li><li>•Gátlistar vegna heilsueflandi leikskóla verkefnis yfirfarnir og staðan metin - júní-okt.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•Skráningarblöð útbúin til að meta dagskipulag deilda - sept 2017</li><li>•Sett í starfsáætlun vetrar og matsáætlun - ágúst - sept 2017</li><li>•Farið yfir verkefnið á deildarstjórafundum, skipt niður verkefnum og kynnt áfram á starfsmannafundi í september.</li><li>•Deildarstjórar skipuleggja vinnu inn á deildum á skipulagsdegi haust 2017</li><li>•Skráningar á þáttum í dagskipulagi okt -nóv. Hvilur, stærð hópa, hrós, agi, árekstrar barna.</li><li>•fyrirlestur um hvíld og heilsu í okt-nóv.</li><li>•jan - feb 2018 unnið úr gögnum úr skráningum á starfsmannafundi og fagfundi.</li><li>•fyrirlestur vinnusálfræðingur - mars 2018</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•Endurmat starfsmanna á skipulagsdegi í janúar 2017 og aftur í maí 2017</li><li>•Mars - viðhorfskönnun barna</li><li>•Bætt dagskipulag</li><li>•Ábyrgðarmenn verkefnisins 3 starfsmenn fylgja verkefninu eftir</li><li>•Þróunarskýrsla gerð</li><li>•Leikskólinn fær leyfi til að kalla sig Heilsueflandi leikskóli í samræmi við áherslur landlæknisembættisins.</li></ul>

## Hindranir og frávik

Segja má að nokkuð miklar hindranir hafi orðið á framgangi verkefnisins innan leikskólans meðal annars vegna mikilla starfsmannabreytinga síðastliðinn vetur, ekki síst í hópi fagfólks og erfiðlega gekk að ráða í stöður framan af vetri. Ekki náðist að fylla út alla gátlistana og mun það verða verkefni næsta veturs að klára það.

## Mat á verkefninu

Vel náðist að vinna með nokkra þætti verkefnisins.

- Matsþáttur í tengslum við verkefnið settur í matsáætlun leikskólans fyrir skólárið 2017-2018
- Gátlistar varðandi geðrækt - kennsla og þjálfun - voru fylltir út á starfsmannafundi. Kom fram að bæta þarf fræðslu fyrir starfsmenn um einkenni þroska-, hegðunar- og tilfinningavanda barna og vinna eftir virkri viðbragðsáætlun. Einnig telja starfsmenn sig ekki fá næga þjálfun í viðbrögðum við óæskilegum samskiptum og einkennum þroska-, hegðunar- og tilfinningaraskana. Unnið verður með niðurstöður áfram næsta vetur og haldið áfram að svara gátlistum varðandi geðrækt. Sett verður inn í fræðsluáætlun

vetrarins 2018-2019 viðeigandi fræðsla og einnig nýtt þekking sérkennslustjóra til fræðsluerinda.

- Í október 2017 var fenginn vinnusálfræðingur frá Heilsuborg til að sjá um vinnustofur til eflingar starfsmannahópsins. Bryndís Einarsdóttir sá um vinnuna og var vinnustofan á þremur starfsmannafundum í vetur. Unnið var með gildi, hlutverk og grunnstoðir leikskólans. Allir starfsmenn leikskólans fengu þarna tækifæri til að taka þátt í að móta áherslur og gildi sem talin eru mikilvæg í leikskólanum og ákveðið var að byrja með ákveðna grunnþætti til dæmis samræmingu vinnubragða á útisvæði, skipulag á ábyrgðarsvæðum og fleira. Hópurinn sammæltist um að þær grunnstoðir sem leikskólastarf Bæjarbóls þurfi að byggja á séu Heilsustefnan, Sameiginleg markmið, Skipulag og Mannauður. Mikilvægt er talið að allir starfsmenn séu að stefna í sömu átt og markmiðin séu skýr til að auka öryggi í starfi og samræmd vinnubrögð. Niðurstöður vinnustofunnar var sett upp í mynd sem hangir á öllum deildum og ýmis verkefni unnin í kjölfarið í tengslum við skipulag og vinnubrögð. Kom fram ánægja starfsmanna með vinnustofurnar.



Sameiginleg markmið	Mannauður	Heilsustefnan	Skipulag
<p>Frámýtleja lögum og reglum um leikskóla og námskrá Bæjarbóls.</p> <p>Aðkoma:</p> <p>Starfsmannahandbók</p> <p>Námskrá Bæjarbóls</p> <p>Gæðahandbók</p> <p>Áherslur í heilustefnu</p> <p>Aðalnámskrá leikskóla</p> <p>Lög um leikskóla og reglugerðir.</p>	<p>Nýta og meta styrkleika hvers og eins og áhugasvið.</p> <p>Deila þekkingu og reynslu.</p> <p>Deila ábyrgð.</p> <p>Allir fá tækifæri til að njóta sín.</p> <p>Metnaður í starfi.</p> <p>Vita til hvers er ætlast.</p> <p>Skapa vettvang fyrir félagsstarf starfsmanna – skemmjafnd.</p>	<p>Áhersla á sköpun, hreyfingu og næringu.</p> <p>Útivers á hverjum degi.</p> <p>Hreyfistundir.</p> <p>Hollur matur.</p> <p>Heilsusamlegt umhverfi.</p> <p>Vellíðan.</p> <p>Litir barnahópar.</p> <p>Lífsleikni-vinátta.</p> <p>Gott vinnuumhverfi.</p> <p>Heilsufelndi vinnustaður.</p> <p>Umhyggja í verki.</p> <p>Lýðræðisleg vinnubrögð.</p> <p>Núvítund.</p> <p>Hvöld og slökun.</p> <p>Skapandi starf.</p>	<p>Gott uppl. flæði:</p> <p>Til starfsmanna varðandi starfið, börnin, dagskipulagið, viðburði, breytingar.</p> <p>Til foreldra varðandi starfið, viðburði, börnin.</p> <p>Á milli heimilis og skóla.</p> <p>Samræmd vinnubrögð:</p> <p>Sömu grunnreglur-rammi í öllum skólanum.</p> <p>Skýr og stefna.</p> <p>Regjur virtar.</p> <p>Gott samstarf.</p>

- Dagskipulag leikskólans - ákveðið að breyta kaffitímafyrirkomulagi starfsmanna úr tveimur hléum, fyrir og eftir hádegi í eitt hlé eftir hádegi. Við þetta breyttist mikið álagið í starfinu að morgni, allir kennarar deildarinnar til staðar á álagstíma og auðveldara að koma á samfellu í verkefnum með

börnunum í smærri hópum. Starfsmenn eru ánægðir með þessa breytingu og finna mun á morgnana varðandi starfið með börnunum.

- Breyttur matartími á deildum, yngstu börnin fá mat korteri fyrr og komast fyrr í hvílu sem var í samræmi við ráðleggingar svefnráðgjafa. Eldri börnin borða hálf tíma fyrr og fara fyrr í hvílu og rólega stund eftir hádegismatinn.
- Breyting á deildarfyrirkomulagi og rýmum sem verða nýtt fyrir börnin, fleiri rými nýtt inni í húsi og undirbúningsherbergi kennara fært í hús á lóð.
- Keyptar heyrnarhlífar - börn sem vilja geta sett þær á sig ef þau vilja útiloka hávaða.
- Farið var yfir leikföng og geymslur. Ónýtu og lélegu efni fargað og nýtt keypt inn. Efniviður í geymslu, spil og púsl gert aðgengilegra og flokkað.
- Ráðinn íþróttافرæðingur til að sinna hreyfingu fyrir næsta vetur. Mikilvægt talið að hafa einn starfsmann í því.
- Allir starfsmenn fylltu út eyðublaðið „Loftvogin“ sem metur samskipti þeirra við börnin. Þannig sjá þeir hvernig samskiptin eru við hvert og eitt barn. Starfsmönnum fannst jákvætt að gera könnunina og sáu tækifæri til að rýna í sín eigin vinnubrögð.
- Í viðhorfskönnun hjá 21 barna í elsta hópnum um hvað væri skemmtilegast að gera í leikskólanum og hvað væri leiðinlegast kom fram að skemmtilegast væri að leika sér á ýmsum svæðum. Vinsælasta svæðið er salur, holukubbar, dúkkukrókur og útisvæðið og vinsælasta leikefnið eru segulkubbar, litir, dýr og kubbar. Hins vegar voru fimm börn sem nefndu að leiðinlegast væri að vera úti og er það umhugsunarefni fyrir starfsmenn. Einnig nefna þau að leiðinlegt sé að ganga frá og að vera skilin útundan. Vinátta skiptir öll börn miklu máli og að fá að vera með í leik.
- Áhugi starfsmanna að fá námskeið í hugleiðslu, slökun og jóga og verður það núna í nóvember 2018.

Í heildina má segja að verkefnið allt sé mjög áhugavert og mikill vilji að halda áfram að huga að líðan barna, leik þeirra, skipulagi í starfinu og að leitast við að skapa ró og vellíðan inn í annasömu dagskipulagi. Einnig er starfsfólk að skoða áfram uppröðun húsbúnaðar í leikskólanum, óskir komu fram um að setja upp felliborð til að auka leikpláss á gólfi og verður áfram hugað að því á næsta skólaári að bæta umhverf leikskólans, skipulag og aðstæður starfsfólks og barna.

## Ráðstöfun styrks

Heildarupphæð styrks 620.000

Laun	400.000
Aðkeypt ráðgjöf og fræðsla	150.000
Gögn	70.000

## Afrakstur, ávinningur fyrir skólastarf og kynning

Fyrstu ár barnsins eru mikilvægt skeið í lífinu ekki síst með tilliti til tilfinninga- og félagsþroska. Eðlilegur þroski barna er háður ánægjulegum tengslum við aðra og öryggi. Mikilvægt er að umhverfi ungra barna einkennist af stöðugleika og hlýju, þar sem þau finna til öryggis, eru sátt og tilbúin í störf og leiki. Í skólanámskrá leikskólans er lögð áhersla á heilbrigða lífshætti með það í huga að þeir verði hluti af lífsstíl barnanna til frambúðar. Nauðsynlegt er að vinna nánar með geðrækt og andlega líðan barna, lágmarka óæskileg áreiti, skapa svigrúm fyrir hvíld í amstri dagsins og stuðla að meiri hugarró hjá ungum börnum. Verkefnið heilsueflandi leikskólar tekur á fjölmörgum mikilvægum þáttum varðandi heilbrigði og vellíðan og heilsuleikskólinn Bæjarból sér ávinning í því að meta hvar hann stendur varðandi heilsueflandi starf og ákvarða framhaldið.

Afrakstur verkefnisins er skipulagðara starfsumhverfi, sem er enn í vinnslu. Aukin meðvitund á að skapa rými fyrir leik barna í smærri hópum og nýta rými leikskólans sem best. Mikilvægt er að huga að því áreiti sem börn og starfsfólk er í alla daga, huga að hávaðamyndun og leitast við að skapa tækifæri fyrir rólegar stundir. Agamál eru starfsfólki hugleikin og aukin fræðsla mun gera starfsmenn hæfari í að taka á erfiðum málum og vinna með jákvæða styrkingu innan barnahópsins.

Starfsfólk Bæjarbóls er metnaðarfullur hópur og vill gjarnan klára verkefnið með sóma sem mun verða gert á næsta skólaári þar sem ekki náðist að klára gátlista Landlæknisembættisins varðandi Heilsueflandi leikskóla. Heilsuefling er verulega mikilvægur málaflokkur í samfélagi okkar í dag sem huga ber vel að og mikill samhljómur á milli þess og Heilsueflandi samfélags sem Garðabær er aðili að.

Stefnt er að því að kynna verkefnið á menntadegi í október 2019 og setja þróunarskýrslu á heimasíðu Bæjarbóls.

Garðabæ 6. október 2018  
Anna Bjarnadóttir