

## Íþróttaskóli fyrir leikskólabörn í Hafnarfirði.

Íþróttaskólinn er opinn öllum börnum í Hafnarfirði og á að stuðla að og hvetja börn til íþróttaiðkunar og aukinnar hreyfifærni og félagsproska.

Hann verður staðsettur í Dvergnum - Risanum, bærinn „leigir“ aðstöðuna og kemur að því að skaffa íþróttá- og leikmuni

Hann verður opinn alla daga vikunnar frá kl. 9:00 - 15:00

Þar munu starfa 2 - 3 fastir starfsmenn - fer eftir fjölda, þeir eru launaðir starfsmenn bæjarins

Skipulagðir íþróttatímar ætlaðir börnum í leikskólum bæjarins og er hver hreyfistund 45 mín. Kennst verður frá 9:00 - 11:30 og frá kl. 12:30 - 15:00 mán. - fimmtud. en f.h. á föstud. - alls 18 kennslustundir á viku.

Þessar hreyfistundir eru í boði bæjarins sem gefur öllum börnum tækifæri til skipulagðrar hreyfipjálfunar í umsjón fagaðila.

Í upphafi verður lögð áhersla á að börnin í elstu og næstelstu árgöngum leikskólans hafi kost á að sækja skipulagðar hreyfistundir

Hver leikskóli fær fastan tíma fyrir sína hópa - börnin mæta með starfsfólki leikskólans sem eru tengiliðir og taka þátt í hreyfistundunum

Hver hópur fær a.m.k. eina hreyfistund í viku - gætu orðið tvær, fer eftir þátttöku leikskóla

Hreyfistundir eru skipulagðar af ípróttakennurum og leikskólakennurum og lögð verður áhersla á fjölbreytta alhliða hreyfiþjálfun sem fram fer í gegnum leiki, stöðvæfingar með áherslu á gleði, virkni og eflingu félagsþroska þar sem fléttast inni söngur og ánægjuleg samvera.

Hægt verður að setjast niður eftir æfingar og fá sér nesti inni í Kaplakrika.

## **Greinargóð lýsing á verkefninu og markmiðum þess.**

Verkefnið gengur útá að opna íþróttaskóla sem verður til húsa í Dvergnum sem verið er að reisa á íþróttasvæðinu í Kaplakrika. Íþróttaskólinn verður opinn frá kl. 9:00 - 15:00 alla virka daga og mun leggja aðaláherslu á að gefa elstu börnum í leikskólum Hafnarfjarðarbæjar kost á skipulögðum íþróttatímum á þeirra skólatíma. Íþróttaskólinn verður rekinn af Hafnarfjarðarbæ sem greiðir þar með skipulagða hreyfipjálfun fyrir börn á leikskólaaldri.

Íþróttaskólinn mun hafa þau verkefni að sjá um og veita skipulagðar íþróttastundir fyrir börn í leikskólum og kennara þeirra.

- Í íþróttaskólanum fá börn rými og aðstöðu til þess að njóta og taka þátt í skipulögðum íþróttatímum.
- Í íþróttaskólanum er leikskólakennurum veitt fræðsla, þekking og reynsla á sviðum íþróttar fyrir börn.
- Í íþróttaskólanum er hægt að sækja tíma er stuðla að hópelflistímum bæði fyrir börn í leikskólum og grunnskólum bæjarins sem og fyrir kennarahópa.

Hugmyndin er sú að börn í leikskólum Hafnarfjarðar komi í Íþróttaskólann til að sækja í fjölbreyttar íþróttir. Margir leikskólar hafa ekki rými og/eða þekkingu til þess að veita börnum þá hreyfingu sem þau þurfa. Eins hafa foreldrar oft á tíðum kvartað í gegnum tíðina yfir því að íþróttir fari fram eftir langan leikskóladag og eru börnin þá uppgefin. Með þessu fyrirkomulagi fá börnin aðstöðu, rými og tækifæri til þeirrar hreyfingar sem þau þurfa. Einnig þekktist það nú að fjárhagur foreldra er misjafn og hafa ekki allir foreldrar tækifæri til þess að leyfa börnum sínum að stunda íþróttir sökum eigin fjárhags. Með þessu móti fá öll börn jöfn tækifæri óháð fjárhag foreldra.

### **Framkvæmdaáætlun – upphaf og lok verktíma.**

Verkefni þetta er hugsað til prufu og hefst í september 2014 og lýkur í júní 2015. Ef hins vegar vel til tekst má skoða áframhaldandi samning milli umsækjanda og Hafnarfjarðarbæ.

### **Þátttakendur í verkefninu, séu þeir fleiri en umsækjandi.**

Þetta verkefni felur í sér þrjá starfsmenn. Þau verkefni sem halda þarf utan um eru skipulag, samskipti við leikskóla og Hafnarfjarðarbæ, leigusala og aðra sem þurfa þykir, framkvæmd, kynning og fleira sem þurfa þykir.

Nú þegar eru tveir umsækjendur en það eru:

Birna Dís Bjarnadóttir, kt. 0208772949. Leik- og grunnskólakennari m/M.Ed í menntunar og kennslufræði.  
Jóna Margrét Brandsdóttir, kt. 0411576589 Leikskólakennari og knattspyrnuþjálfari - hefur þjáfað stúlkur í knattspyrnu hjá FH í nær 20 ár, núna samfelt í 14 ár og síðustu 6 ár með stúlkur 8 ára og yngri - þjálfunarnámskeið - 1. og 2. stig frá KSÍ og 1. stig frá ÍSÍ

Umsækjendur telja einn starfsmann þurfa til viðbótar og æskilegt væri að það sé íþróttakennari

## Nánar um verkefnið.

Verkefni sem þetta er ekki til á Íslandi en umsækjendur telja mikla þörf á að mæta hreyfipörf barna í Hafnarfirði. Leikskólarnir hér hafa misgóða aðstöðu og eru sumir ekki með neitt svæði til þess að bjóða upp á skipulagðar íþróttir.

Á Íslandi hefur orðið mikil breyting á síðustu árum en offita eða yfirþyngd meðal barna og fullorðinna er að verða aukið vandamál. Áhrifavaldar eru meðal annars vaxandi skjágláp meðal barna, þau eru meira ein heima en áður tíðkaðist. Um 1985 breytast venjur Íslendinga þar sem sjónvarpsáhorf eykst og í kjölfarið eykst heilsuvandi. Það tíðkast á mörgum heimilum að hafa huggulegt yfir sjónvarpinu og eykst neysla á matvörum yfir því.

Annar áhrifavaldur má ætla að sé sú aukning ökutækja sem hefur verið á Íslandi. Nú eiga fleiri fjölskyldur bíla og er börnum ekið um allt og því hefur dregið úr hreyfingu.

Með þessu verkefni höfum við áhuga á að taka á þessum vanda og leggja okkar að mörkum til að gefa börnunum okkar tækifæri til að hreyfa sig á skipulagðan hátt í umsjón fagaðila án tillits til t.d. mismunandi aðstæðna í leikskólum hvað varðar aðstöðu og þekkingar / færni starfsfólks og fjárhagsgetu foreldra. Við vinnum okkar að makmiðum íþróttaskólans munum við hafa stefnuyfirlýsingu ÍSÍ að leiðarljósi en þar kemur fram

- **8 ára og yngri:**

- -Að æfingarnar séu fjölpættar og stuðli að bættum hreyfiproska. Hér er átt við æfingar sem örva hinar ýmsu skynstöðvar og unnið sé með grófhreyfingar og fínhreyfingar.
- -Að þjálfunin fari fram í leikformi.
- -Að æfingarnar séu skemmtilegar.
- -Að öll börn fái jöfn tækifæri til þátttöku.

Þar kemur einnig fram að fjölgreinafélög ættu að sjá til þess að öll börn á þessum aldri ættu að hafa tækifæri til að stunda íþróttir með þessum hætti í ódeildaskiptum íþróttaskólum eða námskeiðum á vegum félaganna.

Það hefur reyndar verið í boði íþróttafélaganna hér í bæ en alltaf utan "skólatíma" barnanna og svo hefur þessi þjálfun ekki verið niðurgreidd af bæjarfélaginu þannig að það er mjög undir fjárhag foreldranna komið hvort þau hafi haft ráð á að greiða íþróttaiðkun fyrir börnin sín.

Með þessum íþróttaskóla náum við til allra barna í Hafnarfirði þar sem þau geta komið og leikið sér í umsjón fagaðila a.m.k. 1 tíma í viku.

Við höfum aðallega lagt áherslu á líkamlega þjálfun barnanna í þessari samantekt en við leggjum ekki síður áherslu á hversu mikil tækifæri gefast til félagsþjálfunar og hópefli með börnunum. Þarna gefst okkur gott tækifæri til að styrkja og efla sjálfstraust barnanna, samskipti og samvinnu þeirra í milli í gegnum leiki og æfingar.

## **Hver er kostnaður verkefnisins.**

Hafnarfjarðarbær hefur ekki séð sér fært að styrkja íþróttaiðkun barna yngri en 6 ára í mörg ár þó það komi fram í mörgum rannsóknum að þar sé nauðsynlegt að byrja skipulagða íþróttaiðkun með börnum þegar þau eru ung – að þau læri snemma nauðsyn hreyfingar, að þau læri réttar æfingar en jafnframt að þetta sé gert í leik og gleði. Nú býðst tækifæri til að styrkja öll börn á leikskólaaldri – byrjum á elstu árgöngunum í leikskólanum og sjáum hvaða pláss við höfum.

Hafnarfjarðarbær gerir leigusamning um leigu á Dvergnum

Greiðir laun 2 – 3 starfsmanna íþróttaskólans (fer eftir fjölda barna í hópum)

Tæki til þjálfunar – boltar (mismunandi stærðir) , vesti, keilur, léttar dýnur, ATH.

## **Upphaf verkefnis.**

Við sjáum fram á að það þurfi ekki langan aðdraganda í að koma íþróttaskólanum af stað og hægt væri að byrja strax á haustdögum ef ákvörðun verður tekin um að gera prófun fram að t.d. áramótum og sjá hvernig verkefnið gengur

Við látum hér fylgja með úrdrátt úr starfsáætlun íþróttafulltrúa og segir hann allt sem segja þarf um nauðsyn þessa verkefnis.

## **Starfsáætlun – Íþróttadeildar 2014**

### **Vitinn sem vísar veginn**

Í inngangi íþróttafulltrúa kemur fram:

Það má segja að öllu fólki sé nauðsynlegt að stunda hreyfingu reglulega með einum eða öðrum hætti þannig að viðhald líkamans verði eðlilegt. Ekki er eingöngu um hollustu fyrir líkaman að sinna hreyfipörfinni heldur er það ekki síður nauðsynlegt fyrir sálina að hafa samneyti og samskipti við annað fólk sér til skemmtunar í leik og starfi. Þannig má því segja að hinum félagslegu grunnþörfum fólks sé sinnt með starfsemi tengdri íþróttadeildar. Með aðgerðum sínum hefur Hafnarfjarðarbær leitast við að skapa heilstætt umhverfi fyrir íþróttastarf íþróttafélaga, skóla og almennings. Umgjörð og samstarf við íþróttafélög og skóla til þess að sinna mikilvæga uppeldishlutverki með faglegum hætti, góðri aðstöðu og fjárhagslegum stuðningi. Með þessu er verið að staðfesta mikilvægi íþróttanna í uppeldis og forvarnarstarfi barna og unglinga ásamt því að efla og skapa jákvætt samfélag í bænum. Vaxandi þátttaka almennings og fólks á öllum aldri í íþróttastarfi hefur verið mætt í auknu mæli með bættri íþróttaaðstöðu og stuðningi við félög sem sinna þessum aldurshópum. Mikilvægi þessa starfs er ekki hvað síst fyrirbyggjandi varðandi heilbrygði og hollustu í almannabágu.