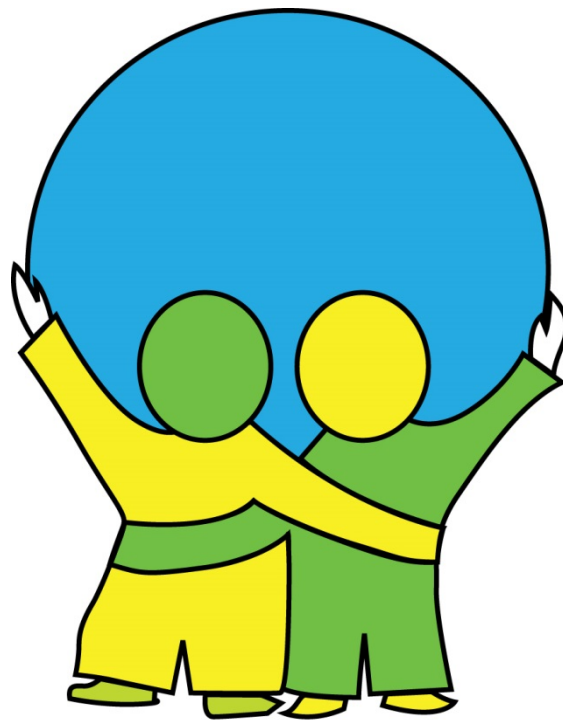


# Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar

2018 - 2019



## *Seljakot*

frumkvæði - sköpun - tjáning

### **Leiðarljós skóla og frístundasviðs:**

Að öll börn og ungmenni í borginni eigi kost á menntun og leik við sitt hæfi, þar sem ýtt er undir sköpun og frumkvæði og byggt er á styrkleikum, áhuga og færni hvers og eins. Þeim líði vel, fari stöðugt fram og öðlist uppeldi og menntun sem nýtist þeim í lífinu.

### **Hlutverk**

Veita börnum og ungmennum bestu mögulegu tækifæri til leiks, menntunar og frístundastarfs í samvinnu við fjölskyldur og nærsamfélagið.  
Vera framsækið forystuafl í skóla- og frístundastarfi.

## Efnisyfirlit

|                                                                                              |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Um starfsáætlanir leikskóla.....                                                             | 4  |
| 1 Stutt greinargerð leikskólastjóra um starfið á síðasta ári.....                            | 6  |
| 2 Um innra mat í leikskólum.....                                                             | 8  |
| 2.1 Stutt greinargerð deildarstjóra í Seli um starfið á síðasta ári.....                     | 9  |
| 2.2 Stutt greinargerð deildarstjóra í Koti um starfið á síðasta ári .....                    | 12 |
| 2.3 Stutt greinargerð deildarstjóra í Bóli um starfið á síðasta ári. ....                    | 15 |
| 3 Ytra mat .....                                                                             | 18 |
| 4 Stutt greinargerð sérkennslustjóra um starfið á síðasta ári .....                          | 21 |
| 5 Skipulagt starf vegna barna með annað móðurmál en íslensku.....                            | 23 |
| 6 Starfspróunarsamtöl og fræðsla.....                                                        | 25 |
| 7 Foreldrasamvinna.....                                                                      | 27 |
| 8 Samstarf leik- og grunnskóla.....                                                          | 28 |
| 9 Skipulagsdagar.....                                                                        | 32 |
| 10 Fylgigögn .....                                                                           | 32 |
| 10.1 Matsgögn Flæði og Líðan.....                                                            | 32 |
| 10.2. Heilsueflandi Leikskóli. Geðrækt bls 13-18.....                                        | 32 |
| 10.3. Umsögn foreldraráðs (Starfsáætlunin telst ekki samþykkt án umsagnar foreldraráðs)..... | 32 |

## Um starfsáætlanir leikskóla

Leikskólar gera starfsáætlun sem byggir á skólanámskrá leikskólans þar sem fjallað er um árlega starfsemi leikskólans, birt skóladagatal og ýmsar aðrar hagnýtar upplýsingar um skólahald hvers leikskóla. Áætlunin þarf að fá umsögn foreldraráðs áður en skóla- og frístundaráð tekur hana til afgreiðslu samkvæmt lögum um leikskóla.

Tilgangur starfsáætlunar er að gera skólapróun leikskólans markvissa með árangursmiðuðum markmiðum og umbótamiðuðu innra mati. Hún á að sýna starfsfólki, foreldrum og rekstraraðilum hvernig starf leikskólans gekk á síðasta leikskólaári og hvernig unnið verði að umbótum og nýjum verkefnum á því næsta.

Í starfsáætlun leikskólans skulu koma fram:

- Matsaðferðir leikskólans og umbótamiðuð áætlun sem unnin er út frá niðurstöðum innra og ytra mats.
- Áherslur í leikskólastarfinu sem ætlunin er að vinna að, skipulag, leiðir að markmiðunum og hlutverk starfsfólks.
- Áætlun um hvernig markmiðin verða metin og hvernig og hvort þeim hefur verið náð.
- Áherslur í starfsáætlun skóla- og frístundasviðs sem leikskólinn vinnur að.
- Starfþróunaráætlun leikskólans og upplýsingar um starfsmannamál.
- Upplýsingar um foreldraráð, foreldrafundi og foreldraviðtöl.
- Umsögn foreldraráðs.
- Skóladagatal fyrir árið.

Starfsáætlun leikskólans tekur gildi 1. september ár hvert og skal skilað rafrænt til skóla- og frístundasviðs fyrir 1. júlí. Starfsáætlun er leiðarvísir starfsins og því er mikilvægt að skil séu á réttum tíma svo nýta megji hana í starfi leikskólans yfir veturinn. Starfsáætlanir eru lagðar fyrir skóla og frístundaráðs til samþykktar.

➤ **Leiðarljós leikskólans frumkvæði - sköpun - tjáning**

Leikskólinn er fyrsta skólastigið og er upphaf formlegrar menntunar einstaklinga. Í samstarfi við foreldra eflir leikskólinn alhliða þroska barna, stuðlar að öryggi þeirra og vellíðan. Seljakot starfar í anda Reggio Emilia hugmyndafræðinnar, þar sem áherslupættir eru *frumkvæði - sköpun - tjáning*.

Mikilvægt er að veita börnum hvetjandi uppeldisumhverfi þar sem allir fá viðfangsefni við hæfi. Í Seljakoti er lögð áhersla á að börnin fái notið bernsku sinnar í leik og starfi og að þeim sé sýnd virðing og umhyggja.

Allir eru fullgildir þátttakendur í samfélagi leikskólans þar sem áhugi, hæfni og styrkleiki einstaklingsins fær notið sín. Litið er á menntun, uppeldi og umönnun sem eina heild. Markmið okkar er að hvert barn fái notið sín og verði sjálfstæðir og félagslega sterkir einstaklingar.



## **1 Stutt greinargerð leikskólastjóra um starfið á síðasta ári**

Enn á ný er komið að nýju starfsári. Eins og ávallt voru verkefni síðasta starfsárs fjölbreytt, krefjandi og skemmtileg. Hefðbundin verkefni sem snéru að uppeldisstarfinu, rekstri leikskólans, starfsmannahaldi og foreldrasamstarfi voru á sínum stað ásamt mörgum nýjum og óvæntum verkefnum. Einhver gæfa og lukka hvílir yfir Seljakoti. Sömu gömlu kennararnir eru á sínum stað og þeir sem bætast í hópinn eru fljótir að aðlagast og tilheyra hópnum. Einn leikskólakennari hætti og flutti út á land og framanaf gekk erfiðlega að ráða í þá stöðu.

Skólaárið hófst með tillögu Skóla- og frístundaráðs um sameiningu leikskólanna Seljakots og Seljaborgar, tillaga um sameiningu var einnig upp á borði 2011. Mikil vinna og orka fór í að kynna og ræða væntanlega sameiningu, kosti þess og galla. Foreldraráð beggja leikskólanna, kennarar og undirrituð skiluðu inn greinargerð til Skóla- og frístundaráðs. Þegar til kastanna kom var enn og aftur ákveðið að hörva frá þessari sameiningu. Pólitíkin ákvað að leggja áherslu á að hlúa betur að starfsfólki og starfsháttum leikskóla í Reykjavík, huga betur að vinnuumhverfinu og leggja áherslu á að minnka álag, en með sameiningu væri þvert á móti verið að vinna að þessum þáttum.

Undirrituð hefur lengi lagt áherslu á að bursta þyrfti rykið af teikningu viðbyggingar við leikskólann en byggja átti við leikskólann haustið 2008 þegar kreppan skall á. Við nánari athugun er teikningin barns síns tíma en þess í stað verða settar tvær nýjar leikstofur vestan megin við Seljakot.

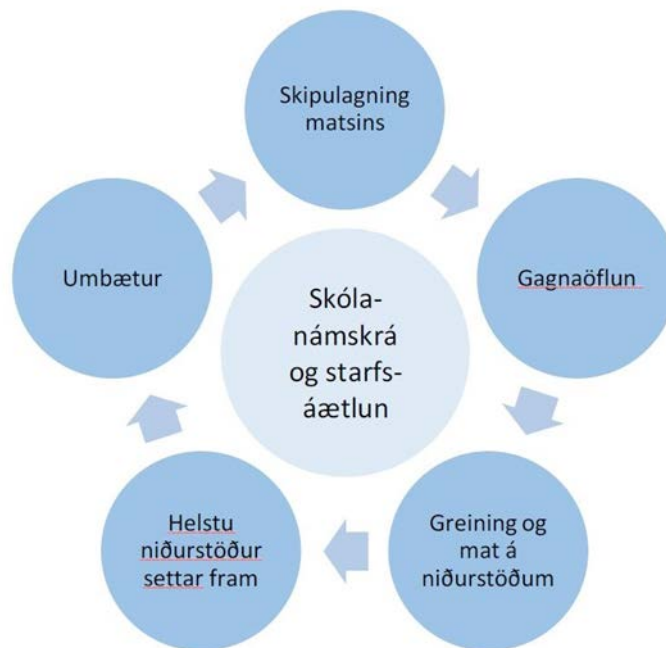
Við höfum hug á að hafa yngri börnin þar og flytja börnin í Seli því líklega yfir í nýja húsið. Í komandi framtíð verður byggt við Seljakot, ekki er um nýja deild að ræða heldur verður öll starfsmannaðstaða bætt. Þar til það verður að veruleika verða smá tilfærslur innanhúss, Sel verður m.a. tekið undir skrifstofu

aðstoðarleikskólastjóra og kaffistofu kennara, núverandi kaffistofa verður fundarherbergi og núverandi fundarherbergi verður skrifstofa sérkennslustjóra. Við þessar breytingar fjölgar börnum og kennurum í Seljakoti, það er því að mörgu að huga. Það er mikilvægt að undirbúa þessar breytingar vel svo að vel takist til.

Undirrituð er ánægð með hversu vel gengur að vinna samkvæmt starfsáætlun leikskólans. Í Seljakoti vinna metnaðarfullir og vanir kennarar. Undanfarin ár hefur verið ákveðin þróun í uppeldisstarfinu og því fylgt breytingar, til dæmis á dagskipulaginu. Við höfum lagt áherslu á „Flæðið“ og gerðar hafa verið breytingar á matartímanum með tilkomu matstofunnar. Við höfum tekið inn Vináttuverkefnið frá Barnaheill, lagt ríka áherslu á málörvun og Orðaspjallið og margt, margt fleira. Allt sem við gerum tengist áherslum í Skólanámskránni og kemur alltaf fram í starfsáætlunum. Reynslan sýnir okkur að við eigum ekki að ætla okkur of mikið, frekar að gera minna, gefa okkur tíma og gera hlutina vel. Starfsárið hefur einmitt farið í að festa vel í sessi ákveðna þætti sem við höfum verið að innleiða að undanfögnu. Á komandi starfsári höldum við áfram þessari vinnu, ásamt því að opna nýja „húsið“ sem er einnig mikil áskorun.



## 2 Um innra mat í leikskólum



Á starfsárinu voru allir þættir metnir sem koma fram í umbótaáætlun starfsársins 2017 - 2018.

Í Seljakoti fer fram mat í formi umræðna á deildar- og starfsmannafundum og á skipulagsdögum leikskólans. Þar er rætt um starfið í heild og einstaka þætti þess. Starfið er einnig ígrundað og metið út frá markmiðum leikskólans og Aðalnámskrá leikskóla. Allir kennarar leikskólans koma að matinu. Seljakot notar fjölbreytt og viðurkennd gögn til að meta starfið (sjá skólanámskrá Seljakots).

Eins og undanfarin ár er Seljakot þátttakandi í *Heilsueflandi Breiðholt*.

Heilsueflandi Breiðholt er þróunarverkefni sem hefur það markmið að stuðla að heilbrigði og velferð í samfélaginu. Verkefnið leggur áherslu á fjóra þætti; næringu, hreyfingu, líðan og lífstíl. Sjá starfsáætlun 2017 - 2018.

Síðastliðið starfsár var lögð áhersla á líðan. Til að meta árangur verkefninsins er notast við viðmið og gátlista frá Landlæknisembættinu. Í viðmiði Landlæknisembættisins kemur eftirfarandi fram:

- Stefna leikskólans miðar að því að skapa öruggt, styðjandi og nærandi umhverfi sem stuðlar að andlegri, félagslegri og líkamlegri velferð barna.
- Reglulega er lagt mat m.a. á líðan barna, aðbúnað og samskipti foreldra við starfsfólk og brugðist við eftir þörfum með úrbótum á skólastarfi og skólaumhverfi.
- Unnið er skipulega að því að efla tilfinningaþroska, tilfinningatengsl, samkennd, félagsfærni, sjálfstraust og jákvæða sjálfsmynd barna.
- Skólinn er í öflugri samstarfi við foreldra og nærsamfélagið um að efla tilfinningalega og félagslega velferð barna.

Að mati kennara koma flestir þættir á matslistanum vel út, hann gefur líka tækifæri til umræðu og ígrundunar um starfið og starfshætti.

Fram kom m.a. að jákvæðri hegðun barnanna er veitt meiri athygli en neikvæðri, börnunum er skipt upp í litla hópa yfir daginn, hvetja þarf foreldra til að koma meira inn á deild, það á að nota hrós markvisst, við viljum dvelja við verkefni og flýta okkur hægt. Jákvætt viðmót og góður starfsandi er í Seljakoti.



## 2.1 Stutt greinargerð deildarstjóra í Seli um starfið á síðasta ári

Í Seli eru yngstu börn skólans. Þau eru 12 talsins, fædd 2015, 3 drengir og 9 stelpur.

Vettvangsferðir: Síðastliðið skólaár hófum við verkefni sem tengist vettvangsferðum. Tveir kennarar deildarinnar (Ana og Ragnheiður) fóru á

áhugaverða ráðstefnu sem bar heitið: Leikskólanám eins til þriggja ára barna. Haldin af Sigríði Sítu Pétursdóttur, M.ed., og Dr. Guðrúnu Öldu Harðardóttur. Á ráðstefnunni var mikið rætt um vettvangsferðir ungra barna í litlum hópum. Sigríður Síta starfar í Noregi og þar er mjög ríkt í menningunni að fara "pá tur" (að fara í ferðir). Heima í Seljakot komu áhugasamir kennarar sem vildu nýta sér þessa þekkingu í barnahópnum.

Við skiptum barnahópnum í tvo hópa eftir aldri.

Þegar vettvangsferð var farin fóru 2 kennarar af stað með helming barnahópsins og 1 kennari varð eftir með hinn helminginn. Við vildum að börnin réðu ferðinni og fengju að fara á sínum forsendum. Við höfðum að sjálfsögðu ýmsar hugmyndir um hvað myndi gerast. Báðir hópar héldu ræðis út í Ölduselsskóla en ekki niður í dal að tína steina og greinar eins og við höldum. Við höfum meira að segja tekið fötu með til þess að safna steinum og greinum í. Fatan kom tóm heim. Í einni ferðinni fundu börnin mjög stóra trjágrein. Henni var dröslað í mikilli samvinnu til baka í leikskólann. Greinina máluðu börnin svo í sameiningu. Börnin virtust njóta ferðanna og upplifðu margt nýtt og skemmtilegt.

Könnunarleikur: Að hausti vorum við með könnunarleik. Þá var börnunum á deildinni skipt í 3 hópa. Hver kennari var með sinn hóp í könnunarleik. Að vori vorum við hætt í könnunarleik, börnin orðin eldri. Þess í stað vorum við með opinn efnivið í boði í frjálsum leik.

Vináttuverkefni Barnaheilla: Blær bangsi kom í Seljakot þann 6. febrúar. Hann er hluti af vináttuverkefni sem ætlað er til þess að fyrirbyggja einelti. Efnið er gert



fyrir 3-6 ára börn en þrátt fyrir það ákváðum við að taka það í Sel. Þannig fá börnin sinn eigin bangsa sem þau geta alltaf leitað í, hvenær sem þau vilja. Hann fer ekki með heim, heldur er hann hafður í leikskólanum. Við tókum eitt spjald úr vináttukassanum þar sem mismunandi tilfinningar eru sýndar og höfum verið að ræða þær við börnin.

Útivera - fataherbergi - matstofa: Að sjálfsögðu eru þetta stórir þættir í starfinu okkar í Seli. Hér eflast börnin í sjálfshjálp og sjálfstæði. Við kennararnir erum alltaf á hliðarlínunni og hjálpum þar sem þarf á að halda. Við reynum að virkja börnin í að hjálpa sér sjálf og að biðja um hjálp þegar þess þarf. Setjum orð á athafnir.

### **Innra mat í Seli**

Á síðastliðnu ári gekk starfið vel. Vettvangsferðir, sjálfshjálp og sjálfstæði voru meginþættir í starfinu okkar. Við ætlum að bæta við mati frá börnunum sjálfum.

| <b>Umbóta-<br/>þættir</b>   | <b>Markmið með<br/>umbótum</b>                                                    | <b>Aðgerðir til<br/>umbóta</b>                   | <b>Tímaáætlun<br/>Ábyrgðar<br/>aðili</b> | <b>Endurmat;<br/>hvenær og<br/>hvernig</b>                                      | <b>Viðmið um<br/>árangur</b>                                                   |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Vettvangs<br/>ferðir</b> | Að börnin kynnist nærumhverfi skólans. Hreyfing, skynjun, uppgötvun, sjálfsöryggi | Skiptum börnunum í hópa. Förum vikulega í ferðir | Allt skólaárið. Kennarar deildarinnar    | Uppeldisfræðilegar skráningar. Myndir úr ferðum prentaðar og hengdar í barnahæð | Demantaaðferð með börnunum. Kennarar ræða á deildarfundum reglulega yfir árið. |
| <b>Vinátta<br/>Blær</b>     | Að þekkja mun á tilfinningum. Glæður, leiður, reiður og hissa                     | Vera með skipulagðar stundir með Blæ bangsa      | Allt skólaárið. Kennarar deildarinnar    | Uppeldisfræðilegar skráningar. Börnin teikna myndir af tilfinningum             | Könnum skilning barnanna í vor með myndunum.                                   |
| <b>Orðaspjall</b>           | Að bæta skilning barnanna                                                         | Með myndum af hugtökum.                          | Allt skólaárið.                          | Söfnum orðaforðanum                                                             | Að börnin hafi lært orðin eða                                                  |

## 2.2 Stutt greinargerð deildarstjóra í Koti um starfið á síðasta ári

Í Koti eru 23 börn, fædd 2013-2015, 13 stelpur og 10 drengir.

Hópastarf: Hópastarf byrjaði um miðjan september. Börnunum var skipt niður í hópa eftir aldri. Í hópastarfi var unnið með haustið, vináttu, ég sjálfur og fjölskylduna. Við lögðum mikla áherslu á málörvun, spiluðum spil þar sem ýmis hugtök, litir, form og tölur komu við sögu.

Flæði og val: Flæði var tvisvar í viku, þá fara börnin og starfsfólk af öllum deildum þvert á húsið og velja sér svæði. Þetta hefur vakið lukku meðal starfsmanna og barna, börn og starfsfólk kynnast betur og auðveldar þetta aðlögun á milli deilda. Börnin komu oft í vetur spennt að fara í flæði á flæði dögum.

Val er eftir síðdegishressingu og tvo morgna hjá börnunum, þar velja börnin sér viðfangsefni á svæðum á deildinni. Með þessu höfum við haft lýðræði barnanna að leiðarljósi, börnin velja sér viðfangsefni í flæði og vali.

Sögustundir: Við vorum með sögustundir tvisvar á dag og samverustund einu sinni á dag. Börnunum var skipt í tvo hópa í stað þess að vera saman í einum hóp eins og áður hafði verið og vorum við sammála um að meiri ró væri í minni hópum og munum við halda áfram þessu skipulagi. Við byrjuðum aðeins með orðaspjall í haust en markviss vinna með það datt að mestu leiti niður þegar leið á veturinn.



Vináttuverkefni Barnaheilla: Starfsmenn fengu kennslu í að vinna með vináttuverkefni Barnaheilla en þar er Blær bangsi í aðalhlutverki. Hann er hluti af vináttuverkefni sem ætlað er til þess að fyrirbyggja einelti. Börnin geyma bangsann sinn í sérstöku hólfi á deildinni og geta alltaf náð í hann ef þau þurfa á að halda. Við byrjuðum aðeins að vinna með Blæ í hópastarfi, lásum sögu úr bókinni hans Blæs, tókum fyrir spjald þar sem talað var um samskipti og prófuðum vinanudd í einum hópastarfstíma og tókst það vel.



Sjálfshjálp og málörvun: Í fataklefa eru börnin hvött til að klæða sig sjálf og biðja um hjálp ef þess þarf. Í matstofu ná börnin sjálf í disk, setja mat á hann, finna sér sæti, hella vatni í glas og æfa sig að skera matinn sinn. Í síðdegishressingu æfa börnin sig í að smyrja brauðið sitt, í þessum athöfnum felst heilmikil æfing. Í daglegu athöfunum á sér einnig stað mikil málörvun og reynum við að setja orð á allar athafnir og hluti.



**Innra mat í Koti**

Starf deildarinnar á síðasta ári var krefjandi og oft á tíðum erfitt.

Starfsmannabreytingar og veikindi í starfsmannahópnum settu sitt mark á veturinn í Koti. Sögustundir í minni hópum, tvisvar á dag hafa komið vel út í vetur og sjáum við að börnin eru áhugasamari um bækur og sögur eftir veturinn, eins höfum við skipt þeim upp í minni hópa í vali og hefur það komið vel út, meiri ró og rými til leiks og samskipti ganga betur.

| Umbóta-<br>þættir | Markmið með<br>umbótum                        | Aðgerðir til<br>umbóta                                                                                                          | Tímaáætlun<br>Ábyrgðar<br>aðili                                                    | Endurmat;<br>hvenær og<br>hvernig                                                                                                                          | Viðmið um<br>árangur                                                                                                                                                      |
|-------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Orðaspjall        | Auka orðaforða og<br>skilning barnanna.       | Sögustundir<br>fyrir hádegi.<br>Lesum bækur<br>og ræðum um<br>þær og tökum<br>út orð og<br>hugtök og<br>skoðum nánar.           | Allt<br>skólaárið.<br>Kennarar<br>deildarinnar<br>endurmeta í<br>janúar og<br>maí. | Starfsmenn<br>lesa Orðaspjall<br>bókina og<br>skoða<br>barnabækur<br>með gagnrýnum<br>huga. Skrifum<br>niður orð og<br>hugtök með<br>börnunum og<br>ræðum. | Skoða orð og<br>hugtök vetrarins í<br>vor og ræða við<br>börnin og fylgjast<br>með hvort þau noti<br>þau í daglegu tali.<br>Hefur hlustun og<br>áhugi á lestri<br>aukist. |
| Vinátta<br>Blær   | Að styrkja góð<br>samskipti í<br>barnahópnum. | Vinastundir í<br>hópastarfi.                                                                                                    | Allt<br>skólaárið.<br>Kennarar<br>deildarinnar<br>Endurmeta í<br>janúar og<br>maí  | Ræða um<br>tilfinningar við<br>börnin,<br>skráningar.<br>Börnin.                                                                                           | Könnun skilning<br>barnanna í vor með<br>myndunum.                                                                                                                        |
| Ferða-<br>bangsi  | Að efla samskipti<br>heimilis og<br>leikskóla | Börnin fara<br>heim með tösku<br>sem í er bangsi<br>og bók,<br>foreldrar<br>skrifa í bókina<br>það sem gert<br>var þann daginn. | Kennarar<br>deildarinnar                                                           | Allt árið                                                                                                                                                  | Rifjum upp sögur<br>barnanna að vori.<br>Spyrjum þau um<br>upplifun þeirra af<br>heimsókn Ferða-<br>bangsa.                                                               |

### 2.3 Stutt greinagerð deildarstjóra í Bóli um starfið á síðasta ári.

Í Bóli voru börnin 23 síðastliðið skólaár, 8 börn fædd árið 2012; 6 drengir og 2 stúlkur og 15 börn fædd árið 2013; 3 drengir og 12 stúlkur.

Við byrjuðum haustið á nýju dagsskipulagi sem kom til vegna breytinga á kaffitíma starfsfólks og matstofu barnanna. Erfiðlega gekk að setja inn hópastarfstíma en reynt var að fara í hópastarf þegar tími og aðstaða bauð uppá. Barnahópurinn var frekar ungur og fjölbreyttur, það voru t.d. mörg börn með annað móður mál en íslensku. Hóparnir voru þrír og skiptir eftir aldri barnanna. Unnið var með haustið, vináttu, sjálfsmynd og fjölskylduna.

Vegna samsetningar barnahópsins var sérstök áherla lögð á málörvun og í hópastarfi var unnið með verkefni því tengdu.

Við byrjuðum með Orðaspjall eftir áramót.

Valdar voru tvær bækur á viku og tvö orð í hvorri bók. Orðin eru hengd upp vegg og síðan bætist smátt og smátt í orðaforðann.

Ferðabangsi sem kallaður er Lúlli heimsótti börnin síðastliðið skólaár. Börnin fá að fara heim með Lúlla eftir leikskóla og koma með hann til baka næsta morgun. Það fylgir bók með Lúlla þar sem foreldrar skrifa um hvað Lúlli upplifði og gerði í heimsókninni, sagan er síðan lesin fyrir öll börnin í samverustund.

Við útbjuggum söngspjöld fyrir deildina sem auðveldar börnunum og okkur að velja lög að syngja í samveru.





Vináttuverkefni Barnaheilla og Blær bangsi voru kynnt til sögunnar í febrúar síðastliðnum, verkefnið fór rólega af stað. Á næsta starfsári verður unnið með verkefnið í samverustund.

Íþróttatímar í samstarfi við ÍR voru einu sinni í viku hjá elstu börnunum í íþróttahúsi Seljaskóla þar sem þjálfari frá ÍR var með okkur í 40 mínútur. Þetta samstarf við ÍR hófst fyrir nokkrum árum og er vonandi komið til að vera.

Elstu börnin fóru nokkum sinnum í leikhús og á tónleika, bæði á haust- og vorönn, börnin voru dugleg að teikna og vinna úr upplifun heimsóknarinnar þegar heim var komið.

Elstu börnin fóru í nokkrar skipulagðar heimsóknir í Ölduselsskóla, að þessu sinni fóru öll elstu börnin í Ölduselsskóla.



Á vorönninni byrjuðu elstu börnin að vinna að lokaverkefninu sínu, verkefni sem við og börnin erum alltaf mjög stolt af. Verkefnið var unnið í tengslum við vináttupemað. Þau semja sína sögu, þau teikna, mála, þræða perlur og sauma í.

Loka punkturinn er síðan á útskriftardaginn þar sem þau koma fram fyrir fjölskyldur sínar og segja sína sögu og sýna teppið.

## Innra mat í Bóli

Í heildina litið gekk vel síðastliðið ár. Starfsmannahópurinn er frábær og sama fólkið búið að vera í nokkur ár. Við ætlum að halda áfram að vinna með orðaspjall og vináttu. Síðan langar okkur til að bæta við sjálfshjálp næsta skólaár. Við ætlum að bæta við mati frá börnunum sjálfum.

| Umbóta-<br>þættir       | Markmið með<br>umbótum                                              | Aðgerðir til<br>umbóta                                                                                             | Ábyrgðarað<br>ili                              | Endurmat;<br>hvenær og<br>hvernig                                            | Viðmið um árangur                                                                                        |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Sjálfshjálp</b>      | Að börnin geti<br>hjálpað sér sjálf<br>að mestu leyti               | Hvetjum þau til<br>að gera sjálf og<br>hjálpum þeim<br>eftir þörfum,<br>að þau leiti<br>aðstoðar hjá<br>hvort öðru | Allt<br>skólaárið.<br>Kennarar<br>deildarinnar | Hvetja þau til<br>að gera sjálf<br>og að börnin<br>leiti til hvors<br>annars | Geta börnin<br>bjargað sér sjálf í<br>fataklefa t.d.?                                                    |
| <b>Vinátta<br/>Blær</b> | Að gera<br>vináttuverkefnið<br>um Blæ að föstum<br>þætti í starfinu | Stefnt að því<br>að vinna með<br>Blæ í samveru<br>stundum á<br>föstudögum                                          | Allt<br>skólaárið.<br>Kennarar<br>deildarinnar | Metið í vor<br>með umræðum<br>innan<br>deildarinnar                          | Tókst okkur að<br>halda verkefninu<br>gangandi? Hafði<br>verkefnið áhrif á<br>samskipti í<br>barnahópnum |
| <b>Orðaspjall</b>       | Að auka orðaforða<br>og málskilning<br>barnanna                     | Í<br>samverustundu<br>m með lesti<br>bóka og<br>útskýringum á<br>völdum orðum<br>/orðatiltækjum                    | Allt<br>skólaárið.<br>Kennarar<br>deildarinnar | Orðin/orðasam<br>böndin eru<br>sýnileg fyrir<br>börn og<br>foreldra.         | Að börnin hafi<br>lært orðin eða<br>hugtökin. Hægt að<br>fara til baka og<br>kanna kunnáttu              |



### 3 Ytra mat

Viðhorfskönnun meðal starfsmanna var framkvæmd á vorönn 2018. Öllum starfsmönnum var boðin þátttaka í gegnum tölvupóst. Könnunin var á vegum allra sviða borgarinnar og Mannauðsskrifstofu. Tilgangur með viðhorfskönnun meðal starfsmanna er að kanna viðhorf þeirra til starfsumhverfis, samskipta og stjórnunarháttar. Niðurstöðurnar verða nýttar til að bæta árangur í starfsmannamálum og gera Reykjavíkurborg að enn betri vinnustað. Það voru 13 kennarar sem svöruðu könnuninni. Mannauðsráðgjafi frá Skóla- og frístundasviði hefur farið yfir niðurstöðurnar með kennurum Seljakots lið fyrir lið og kynnti um leið Stefnu Reykjavíkurborgar gegn einelt, áreitni og ofbeldi. Kennarar Seljakots eru stoltir af vinnustaðnum sínum, þekkja stefnu skólans vel, hafa áhuga á að takast á við krefjandi verkefni og finnst það vera hvatt til að sýna frumkvæði. Í flestum þáttum erum við langt yfir meðaltali en höfum aðeins lækkað okkur frá því í fyrra. Vinna í leikskóla getur verið krefjandi, vinnan byggir á miklu samstarfi, jákvæðni og samskiptahæfni



afar mikilvæg. Það er mikilvægt að öllum líði vel og hafi þá tilfinningu að þeir tilheyri hópnum og séu metnir að verðleikum. Eins er mikilvægt að kennarar sýni frumkvæði í starfi, séu sjálfstæðir og beri traust og virðingu fyrir öðrum. Niðurstöður sýna að við skorum hátt í flestum þáttum. Það sem kennurum finnst ábótavant og þörf er á að bæta er vinnuaðstaðan og starfsumhverfið, má þar nefna of mörg börn pr. kennara og of mikill hávaði. Samkvæmt niðurstöðum starfsmannakönnunar er Seljakot góður vinnustaður.

| Umbótaþættir          | Markmið með umbótum                              | Aðgerðir til umbóta                                               | Tímaáætlun og ábyrgðaraðili                                   | Endurmat; hvenær og hvernig                                                     | Viðmið um árangur                                                             |
|-----------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| Vinnuaðstaða          | Að vinnuaðstaða kennara sé góð                   | Tilfærslur í rýmum í tengslum við nýjar leikstofur á lóðinni      | Janúar 2019<br>Leikskólastjóri                                | Skipulagdagur í apríl<br>Könnun/umræður hópar                                   | Að það fari vel um alla og að kennarar séu stoltir og ánægðir með leikskólann |
| Starfsumhverfi        | Bæta starfsumhverfi allra, minnka hávaða og álag | Fækka börnum á deildum og skipta börnum í minni hópa, inni og úti | September 2018 - maí 2019<br>Deildarstjórar og allir kennarar | Metið á deildarstjórafundi í desember 2018 og mars 2019<br>Deildarfundir í mars | Að jafnvægi sé á milli frjálsra leikja og skipulagðra athafna                 |
| Viðbygging/leikstofur | Fjölga börnum í Seljakoti                        | Taka í notkun nýjar leikstofur                                    | Janúar 2019<br>Leikskólastjóri<br>Aðstoðarleikskólastjóri     | Metið á deildarf. deildastjóraf. og skipulagsdögun næstu tvö starfsár           | Að skipulag húsnæðis gefi kost á samstarfi og samskiptum allra í leikskólanum |

|                            |                         |                                           |                                                      |                                           |                                                                                                  |
|----------------------------|-------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Starfs<br>manna<br>handbók | Bæta<br>upplýsingaflæði | Vinna að nýrri<br>starfsmanna-<br>handbók | Leikskólastjóri<br>og<br>Aðstoðarleiksk<br>ólastjóri | Skipulagsdagu<br>r í mars -<br>vinnuhópar | Að allir kennarar<br>geti fengið<br>upplýsingar um<br>starfshætti<br>leikskólans á einum<br>stað |
|----------------------------|-------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### **4 Stutt greinargerð sérkennslustjóra um starfið á síðasta ári**

Í Seljakoti voru fimm börn með skráða sérkennslu. Það eru þrír kennarar sem sinna þeim ásamt sérkennslustjóra sem kemur að þeim á einn eða annan hátt.

Það eru 17 börn sem hafa íslensku sem annað tungumál, þau er mjög mismunandi á vegi stödd. Það eru nokkur sem þurfa daglega málörvun sem sérkennslustjóri sinnir og kennarar á deildum einnig.

Gerðar eru einstaklingsnámskrár með þeim börnum sem hafa skráðan stuðning. Námskrá er unnin í samvinnu við Greiningar- og ráðgjafastöð ríkisins, þjónustumiðstöð í Mjódd og foreldra og ber sérkennslustjóri ábyrgð á að unnið sé eftir þeim. Námskrárnar eru gerðar með þarfir hvers og eins í huga og eru skipulagaðar frá degi til dags, hvort sem það er í sérstökum vinnustundum eða í starfi og leik með öðrum börnum.

Haldnir eru teymisfundir reglulega með foreldrum, fagaðilum og sérkennurum þessara barna og er unnið í samvinnu að áframhaldandi starfi með börnunum. Samvinna við foreldra er góð og erum við í daglegum samskiptum við þá. Foreldrar geta alltaf leitað til okkar og leysum við þeirra óskir eins vel og við getum.

Unnið hefur verið markvisst s.l. vetur að því að efla málþroska allra barna í Seljakoti. Það er unnið með Orðaspjall og eru lesnar ákveðnar bækur og ákveðin orð tekin úr textanum og rædd sérstaklega. Börnunum er skipt í minni hópa eftir aldri og þroska þeirra.

Við gerum nokkrar skimanir á hverju ári, s.s. Hljóm-2, Efi, TRAS, Apes listann og Íslenska smábarna og þroskalistann. Í því ferli metum við málþroska barna og einnig aðra þroskaþætti og er unnið úr niðurstöðum í samráði við foreldra og aðra fagaðila.

Við erum í samskiptum ýmsa þjónustuaðila eins og Greiningar- og ráðgjafastöð ríkisins, Þjónustuðmiðstöð, Skóla- og frístundasvið

Reykjavíkurborgar, Æfingastöðina, talmeinafræðinga, heilsugæsluna, túlka frá túlkapjónustu og Heyrnar- og talmeinastöð. Þetta gengur yfirleitt vel en biðlistinn er oft ansi langur, jafnvel ár eða lengur.

Starfsfólk hefur aðgang að sérkennslustjóra með ýmis konar fræðslu, ráðgjöf og stuðning ef þess þarf.

| Umbóta þættir                              | Markmið með umbótum                                                                                        | Aðgerðir til umbóta                                                             | Tímaáætlun/ Ábyrgðar aðili               | Endurmat; hvenær og hvernig                                                                                  | Viðmið um árangur                                                        |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Skipuleggja stuðningstíma Sérkennslu barna | Markvissari vinna svo tíminn nýtist betur                                                                  | Fylgja eftir einstaklings-námskrá                                               | Sérkennslu stjóri ásamt sérkennslu teymi | Endurmat er gert á 6 mánaða fresti                                                                           | Að barnið/börnin hafi náð framförum                                      |
| Sérkennslu teymi skipulag                  | Dreifa starfs kröftum svo stuðnings-tímar nýtist sem best                                                  | Kennarar með viðeigandi sérþekkingu í starfi eftir viðkenndum aðferðum          | Sérkennslu stjóri ásamt sérkennslu teymi | Skipulag er metið einu sinni á önn.                                                                          | Færni barnsins hafi aukist í þeim þroskapáttum sem unnið var með         |
| Skipulag málörvunar                        | Skipuleggja málörvun allra barna. Barna með íslensku sem annað tungumál og barna með íslensku sem móðurmál | Málörvun fari fram í öllu daglegu starfi með börnunum. (Málörvunar tímum/hópum) | Sérkennslu stjóri og deildastjórar       | Á haust- og vorönn. Matlistar eins og Hljóm-2, Efi- 2 og Tras eru til að meta framfarir í málþroska barnsins | Færni barnsins hafi aukist í íslensku (s.s. orðaforði og setningamyndun) |

## 5 Skipulagt starf vegna barna með annað móðurmál en íslensku

Fyrir barn af erlendum uppruna er leikskólinn oft fyrsta reynsla þess af íslensku samfélagi og íslensku máli. Það er hlutverk leikskólans að hjálpa börnum frá öðrum menningarsvæðum, að vera virkir þátttakendur í nýju samfélagi án þess að þau glati tengslum við eigin menningu, tungu og trú.

Foreldrar þekkja börn sín best og það er mikilvægt að vera í góðu samstarfi við þá og getað leitað ráða. Kennarar og foreldrar kynnast vel í aðlöguninni og traust og trúnaður myndast. Við skipulag aðlögunar er gott að geta horft til þarfa og samsetningar barna- og foreldrahópsins. Hann getur verið mjög mismunandi frá ári til árs. Það er afar mikilvægt að gagnkvæmur trúnaður myndist á milli foreldra og kennara og barns og kennara, þá er mikilvægt að hafa lykilpersónu í upphafi. Eitt árið getur verið kostur að mörg börn og foreldrar aðlagist á sama tíma en annað árið getur samsetning hópsins verið þannig að betra er að aðlaga fá börn og foreldra í einu. Einnig geta þarfir foreldrahópsins ráðið því hvort haldinn er einn kynningarfundur að vori fyrir alla nýja foreldra eða hvort hvert og eitt foreldri komi í viðtal til leikskólastjóra og deildarstjóra. Í foreldraviðtali eru gefnar gagnkvæmar upplýsingar. Útbúin hefur verið listi til að safna saman mikilvægum upplýsingum um barnið og hagi þess á einn stað. Listinn á að hjálpa kennurum til að kynnast barninu, menningu, siðum og þörfum fjölskyldunnar.

Til að koma upplýsingum hratt og vel til foreldra notum við Facebook og tölvupóst, upplýsingar fara bæði á íslensku og ensku, ef við á, sendum við út þýddar upplýsingar, t.d. um lús ofl. Lögð er áhersla á að nota túlkapjónustu þegar þörf er á og að allir kennarar kynnist fortíð og menningu barnanna. Það er mikilvægt að gagnkvæm virðing og þekking ríki á því hvað við erum mismunandi. Öll börn þurfa að fá að vera þau sjálf og á eigin forsendum. Kennarar í Seljakoti

eru duglegir að sækja námskeið í fjölmenningu og afla sér upplýsinga og fræðslu inn á vefnum [www.allirmed.is](http://www.allirmed.is)

Í Læsisáætlun Seljakots kemur fram hvernig unnið er með málörvun í daglegu og skipulögðu stafi leikskólans. Þar kemur m.a. fram mikilvægi þess að setja orð á athafnir og gjörðir, hvernig við lesum fyrir börnin, hvernig við vinnum með Orðaspjall til að efla grunnorðaforða og millilag orðaforðans. Bækur eru sýnilegar og aðgengilegar og unnið er með ný orð og hugtök.

Lögð er áhersla á að hafa bók- og tölustafi sýnilega, nöfn barnanna sýnileg og flest allt merkt með heiti hluta. Með því að vinna með börnin í litlum hópum og hafa markviss samskipti við hvert barn sem er með annað móðurmál en íslensku vinnum við að því að dýpka og bæta orðaforða þeirra.



## 6 Starfsþróunarsamtöl og fræðsla

Starfsþróunarviðtöl eiga að fara fram í mars/apríl. Þar fá allir starfsmenn tækifæri til að tjá skoðanir, óskir og væntingar til starfsins. Samtalið er í ca. 30 - 60 mínútur.

Símenntun frá síðasta ári

- Morgunverðarfundir hjá Rannung
- Menntastefna Reykjavíkurborgar
- Ráðstefna um menntamál - Pasi Sahlberg og Andy Hargreaves
- Leikskólanám 1. - 3. ára barna
- Menntakvika HÍ
- Fyrirlestur „Byggjum brýr og eflum læsi frá leikskóla til unglinga“
- Málþing „Fyrstu árin“
- Breiðholtsbylgjan
- Námskeið/fyrirlestur „Íslenska sem annað tungumál“
- Meistaránám í leikskólakennarafræðum við HÍ
- LÆM læsi allra mál, fundir og fræðsla
- Námskeið Facebook sem upplýsingatæki
- Námskeið hjá Greiningarsmiðstöð Ríkisins
- Námskeiðsdagur leikskólastjóra
- Stjórnendadagur yfirmanna hjá Reykjavíkurborg
- Dagur leikskólans, ráðstefna
- Heilsueflandi stjórnun
- Trúnaðarmannanámskeið hjá Eflingu
- Trúnaðarmannanámskeið hjá Félagi leikskólakennara
- Markviss uppbygging og endurgjöf
- Fyrirlestur Streitu
- Sérkennslustjórafundir

- Streita og álag
- Menningarfræðsla
- Teymisfundur v/ Hljóm og Efi2
- Fræðsla og umræður á skipulagsdögum / jafningafræðsla
- Vináttuverkefni Barnaheilla
- Sumarátaksverkefni



Reynt er eftir fremsta megni að gefa starfsmönnum tækifæri á að sækja áhugaverð námskeið sem upp koma á starfsárinu ef þau eru starfinu til heilla. Mikilvægt er að gefa starfsmönnum tækifæri á að sækja fyrirlestra, ráðstefnur og málþing er varða leikskólastarfið. Símenntun leikskólans tekur mið af uppeldisstefnu Seljakots, skólanámskrá leikskólans, Aðalnámskrá leikskóla og starfsáætlun Skóla- og frístundasviðs. Fræðsla, mat og umræður fara aðallega fram á skipulagsdögum leikskólans.

- Aðstoðarleikskólastjóri fer á ráðstefnu í London í október 2018 - Tes Sen show
- Þrír leikskólakennarar og leikskólastjóri fara ráðstefnu í Washington í nóvember 2018 - NAEYC
- Náms- og hópeflisferð allra kennara til Stokkhólms 24. - 28. apríl 2019

## 7 Foreldrasamvinna

Samkvæmt 9. gr. laga um leikskóla skulu foreldrar gæta hagsmuna barna sinna. Þeir skulu hafa náð samstarf við starfsfólk leikskóla, fylgjast með skólagöngu barna sinna og veita þær upplýsingar sem kunna að skipta máli fyrir skólastarfið og velferð barna. Foreldrar skulu jafnframt eiga rétt á upplýsingum um skólastarfið og stöðu barna sinna. Eigi í hlut foreldrar sem tala ekki íslensku eða nota táknmál skal skóli leitast víða að og tryggja þeim túlkun á upplýsingum sem nauðsynlegar eru vegna samskipta og skóla samkvæmt þessari grein.

- Að hausti er haldinn foreldrafundur til að kynna áherslur í vetrarstarfinu. Vegna plássleysis í Seljakoti fáum við lánaðan sal í Seljakirkju.
- Í foreldraráði sitja þrír foreldrar auk leikskólastjóra. Kosið er í ráðið að hausti.

Tilgangur foreldraráðs er að gefa umsagnir til leikskóla og nefnda um skólanámskrá og aðrar áætlanir sem varða starfsemi leikskólans. Þá skal ráðið fylgjast með framkvæmd skólanámskrár og annarra áætlana innan leikskólans og kynningu þeirra fyrir foreldrum. Foreldraráð hefur umsagnarrétt um allar meiriháttar breytingar á leikskólastarfi (Lög um leikskóla 90/2008)

Í foreldrafélaginu sitja sex foreldrar auk áheyrnarfulltrúa starfsmanna, kosið er í félagið að hausti. Foreldrafélag Seljakots stendur fyrir ýmsum uppákomum

bæði utan og innan leikskólatíma og hefur borið kostnað af ýmsu sem við myndum annars ekki gera, eins og t.d. leiksýningar. Ferðir utan leikskólatímans eru skemmtileg viðbót við leikskólastarfið og gefur fjölskyldum leikskólabarnanna tilefni til að kynnast og skemmta sér saman.

- Foreldraviðtöl verða fyrir alla foreldra í janúar – febrúar og í maí/júní fyrir foreldra barna sem hefja grunnskólagöngu að hausti.
- Við minnum einnig á að foreldrar geta alltaf fengið viðtal ef þess er óskað.
- Kynningarfundur fyrir foreldra barna sem byrja í Seljakoti sumar/haust 2019 verður haldinn í maí 2019 og/eða foreldrar verða boðaðir í viðtal eftir því sem við á.

Að þessu sinni verður einnig kynningarfundur fyrir nýja foreldra áður en nýju leikstofurnar verða teknar í notkun.

## **8 Samstarf leik- og grunnskóla**

Leikskólar Seljahverfis eru í formlegu samstarfi við grunnskólana í hverfinu sem eru Seljaskóli og Ölduselsskóli. Markmið samstarfsins er að skapa samfellu á milli skólastiganna og brúa bilið þannig að grunnskólarnir geti mætt hverjum nemanda þar sem hann er staddur og byggt þannig ofan á fyrra nám barnsins.

Haldinn er sameiginlegur starfsdagur allra skóla í Seljahverfi þann 5. október.

Dagurinn er tileinkaður Heilsueflandi Breiðholti, fyrirlesari verður Pálmar Ragnarsson og boðið verður upp á fjölbreyttar hreyfistöðvar úti og inni. Dagurinn er haldinn annað hvert ár á móti Breiðholtsbylgjunni.

Samstarfsáætlun starfsárið 2018 - 2019

- September: Skólastjórnendur leik- og grunnskóla hittast og ræða komandi skólaár, hvernig skólaheimsóknir gengu og endurmeta þær. Ræða um komandi samstarf á nýju skólaári.
- Fyrstu tvær vikurnar í október: Nýjir grunnskólanemendur koma í heimsókn í leikskólana og hitta þar sína gömlu vini og segja elstu börnunum í leikskólanum frá sínum nýja skóla, grunnskólanum.
- Nóvember 2018: Fyrsta heimsókn leikskólabarnanna í grunnskólann
- Febrúar 2019: Önnur heimsókn leikskólabarnanna í grunnskólann
- Mars 2019: Þriðja heimsókn leikskólabarnanna í grunnskólann

Grunnskólar hverfisins bjóða væntanlegum nemendum í sína fjórðu heimsókn. Foreldrarnir fylgja börnunum í þá heimsókn. Heimsóknin í Ölduselsskóla er í byrjun júní og í Seljaskóla í lok maí

- 14. mars 2019: Fundur skólastjórna vegna starfsáætlunar og skóladagatala skólaársins.

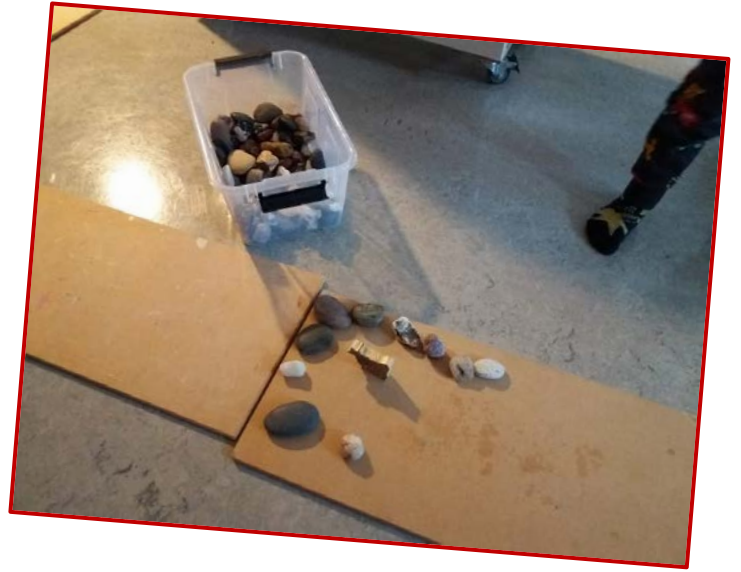


## LÆM

Leikskólinn Seljakot er þátttakandi í verkefni á vegum Þjónustumiðstöðvarinnar í Mjódd sem ber heitið „Læsi allra mál“ (LÆM). Það felur í sér vinnu með hagnýtt læsi á öllum námssviðum í fjölmennningarlegu skólastarfi. Þetta er samstarfsverkefni frístundamiðstöðva, leik- og grunnskóla í Breiðholti.

Markmið verkefnisins er að:

- innleiða læsisáætlanir í leik- og grunnskólum í Breiðholti í anda lærdómssamfélagsins
- auka áherslu á snemmtæka íhlutun í starfi með mál og læsi
- gripið sé inn í með markvissum hætti eftir þörfum hvers og eins um leið og grunur um vanda vaknar
- fækka börnum sem þróa með sér sértækan námsvanda.
- móta þekkingarsamfélag kennara sem vinna með mál og læsi í fjölmennningarlegu skólaumhverfi
- mynda samfellu í starfi með mál og læsi frá leikskólabyrjun og út grunnskólann
- Virkja foreldra í námi barna sinna með ítarlegri fræðslu um mál og læsi á ólíkum skólastigum
- Gera sameiginlega læsisáætlun fyrir leik og grunnskólana í Breiðholti, er sú vinna komin vel á veg.



## 9 Skipulagsdagar.

- Föstudagur 14. september, skipulagsdagur
- Föstudagur 5. október skipulagsdagur, allir skólar í Seljahverfi
- Miðvikudagur 20. mars, skipulagsdagur, allir skólar í Seljahverfi,
- Miðvikudagur 24. apríl, skipulagsdagur - námsferð Svíþjóð
- Föstudagur 26. apríl, skipulagsdagur - námsferð Svíþjóð
- Föstudagur 24. maí, skipulagsdagur, allur dagurinn, allir skólar í Seljahverfi

Við fáum sex daga á ári til að skipuleggja leikskólastarfið og til að stunda símenntun. Þessir dagar koma fram í starfsáætlun leikskólans og eru síðan auglýstir með góðum fyrirvara, það er lokað þessa daga. Að þessu sinni er þrír dagar á starfsárinu samræmdir, þ.e. allir leikskólar og grunnskólar í Seljahverfi eru með starfsdaga 5. október, 20. mars & 24. maí.

## 10 Fylgigögn

### 10.1 Matsgögn Flæði og Líðan.

### 10.2. Heilsueflandi Leikskóli. Geðrækt bls 13-18

### 10.3. Umsögn foreldraráðs (Starfsáætlunin telst ekki samþykkt án umsagnar foreldraráðs)

F. h. leikskólans .....

---

Leikskólastjóri

Dagsetning



# Líðan

áhersla árið 2017-2018

Starfsfólk

**Samskipti eru jákvæð, boðleiðir skýrar og upplýsingaflæði gott.**

Hvað gekk vel ?

Hvað má betur fara?

**Starfsmannaviðtöl einu sinni á ári þar sem m.a. er rætt um líðan.**

Hvað gekk vel?

Hvað má betur fara?

**Félagsauðsverkefni tvisvar á ári til að auka samkennd og starfsánægju.**

Hvað gekk vel?

Hvað má betur fara?

**Starfsfólk sé fyrirmynd um góð samskipti, lágan róm og hlýja framkomu.**

Hvað gekk vel?

Hvað má betur fara?

**Jákvætt viðmót, hrós og jákvæður starfsandi**

Hvað gekk vel?

Hvað má betur fara?

**Traust, trúnaður og hjálpsemi**

Hvað gekk vel?

Hvað má betur fara?

**Fræðsluerindi um vinsamlegt samfélag.**

Hvað gekk vel?

Hvað má betur fara?

# Flæði

## Endurmat

Flæði veturinn 2017-2018 er á mánudögum og þriðjudögum 9:00-9:50

Börnin velja um Kot, Ból, íþróttir, spil og listakot

**Val kennara á svæði var 1 sinni í mánuði. Deildirnar skiptust á að byrja að velja.**

Hvað gekk vel ?

Hvað má betur fara?

### **Kot**

Hvað gekk vel?

Hvað má betur fara?

### **Ból**

Hvað gekk vel?

Hvað má betur fara?

## Hreyfing

Hvað gekk vel?

Hvað má betur fara?

## Spil

Hvað gekk vel?

Hvað má betur fara?

## Listakot

Hvað gekk vel?

Hvað má betur fara?

Val barnanna og frágangur á svæðum

Hvað gekk vel?

Hvað má betur fara?



# HEILSUEFLANDI leikskóli

---

vellíðan fyrir alla

- Gátlistar -



Embætti  
**landlæknis**  
Directorate of Health

## Meginviðmið fyrir heilsueflandi skóla

- Heildstæð og skýr stefna skólans nær yfir alla lykilþætti heilsueflandi skóla, þ.e. hreyfingu, mataræði, geðrækt, öryggi, tannheilsu, fjölskyldu, nærsamfélag og starfsfólk.
- Allir í skólasamfélaginu taka þátt í að móta stefnuna, þ.m.t. börnin, foreldraráð, skólastjórn, kennarar og annað starfsfólk, foreldrar, fulltrúar nærsamfélags og fleiri eftir aðstæðum.
- Ábyrgðarmaður fer fyrir stefnu skólans og hann hefur með sér stýrihóp. Stýrihópurinn getur ákveðið að sérstakur ábyrgðarmaður sé fyrir hvern og einn þátt stefnunnar.
- Stefnan er samþætt skólastarfinu eins og kostur er.
- Stefnan er kynnt fyrir öllu skólasamfélaginu reglulega, s.s. við uppákomur á vegum skólans, á starfsmannafundum, í foreldraráði, á vef skólans og í fréttabréfum.
- Allir í skólasamfélaginu taka þátt í að framfylgja stefnunni.
- Sett hafa verið fram mælanleg markmið og önnur viðmið til að meta hvernig gengur að framkvæma aðgerðir og hver árangurinn er. Áætlunin er endurmetin reglulega.

# Hreyfing

Grunnurinn að lífsvenjum og heilbrigði á fullorðinsárum er lagður í æsku. Dagleg hreyfing gegnir lykilhlutverki fyrir andlega, líkamlega og félagslega vellíðan fólks alla ævi og er börnum nauðsynleg fyrir eðlilegan vöxt og þroska. Fjölbreytt hreyfing við hæfi stuðlar að betri líkamshreysti og aukinni hreyfifærni. Hún er einnig sameiginlegur leikur sem skapar meðal annars tækifæri til að auka félagslega færni, eignast vini og efla sjálfstraust. Útivera sem felur í sér hreyfingu er árangursrík leið til að kynna börn fyrir nánasta umhverfi sínu og gefa þeim kost á að takast á við ýmis viðfangsefni með virkum hætti.



Samkvæmt ráðleggingum Embættis landlæknis um hreyfingu ættu börn að stunda miðlungserfiða eða erfiða hreyfingu í minnst 60 mínútur samtals daglega. Heildartímanum má skipta upp í nokkur styttri tímabil yfir daginn til dæmis 10–15 mínútur í senn.

Breyttir tímar hafa stuðlað að breyttum lífsvenjum og stór hluti barna, unglinga og fullorðinna hreyfir sig of lítið. Það hefur aftur orðið til þess að kyrrsetulífurni er einn af þeim helstu áhættuþáttum sem ógna hvað helst heilsu og velferð landsmanna.

Til að sporna gegn þessari þróun er mikilvægt að skapa aðstæður sem takmarka langvarandi kyrrsetu og stuðla að því að bæði börn og starfsfólk leikskóla hafi tækifæri til að fullnægja daglegri hreyfipörf sinni á öruggan og ánægjulegan hátt. **Með aðstæðum er bæði átt við starfið sem fram fer í skólanum og aðstöðuna sem starfinu er búin innan- og utandyra með tilliti til hreyfingar.**

Æskilegt er að skólinn útnefni sérstakan starfsmann sem ber ábyrgð á að fylgja eftir stefnu skólans varðandi hreyfingu.

Í leikskóla eiga börn að læra um og tileinka sér heilbrigða lífshætti, hollt mataræði, hvíld, hreinlæti og hreyfingu. Hreyfing er börnum eðlislæg og stuðlar að vellíðan. Hreyfing getur haft í för með sér gleði og ánægju og í gegnum hana læra börn. Börn eiga að fá tækifæri til að hreyfa sig frjálst jafnframt því að taka þátt í skipulagðri hreyfingu. Hreyfing og vellíðan hafa jákvæð áhrif á samskipti barna, umgengni þeirra við umhverfi sitt og hæfni þeirra til að takast á við daglegt líf og nýjar aðstæður.

*Aðalnámskrá leikskóla - Kafli 9.2 - Heilbrigði og vellíðan*

## Viðmið

- Í stefnu skólans er kveðið á um daglega hreyfingu barna og reglulega hreyfingu starfsfólks. Til staðar er aðgerðaáætlun sem miðar að því að viðhalda og bæta aðstæður barna og starfsfólks til daglegrar hreyfingar.
- Starfsmannahópurinn hefur næga færni til að stuðla að hreyfingu barna í tengslum við mismunandi þætti skólastarfsins og nýtur sjálft stuðnings til hreyfingar.
- Starfsfólk, foreldrar og börn eru hvött til að nota virkan ferðamáta eins og göngu eða hjóltreiddar.
- Aðstæður stuðla að hreyfingu barna í tengslum við mismunandi þætti skólastarfsins innan- og utandyra.
- Hentugar aðstæður eru fyrir kennslu og nám í skipulögðum hreyfistundum.
- Skólinn er í samstarfi við ýmsa aðila í nærsamfélaginu um að stuðla að hreyfingu barna og starfsfólks.

## Gátlisti

Í gátlistann á að skrá upphaflega stöðu eða grunnlínu hvers atriðis. Skólinn getur nýtt sér þetta til þess að meta hvar hann er staddur á viðkomandi sviði og getur í kjölfarið metið að hve miklu leyti þarf að setja ákveðin atriði í forgang. **Meta á forgang hvers atriðis miðað við yfirstandandi skólaár og er það gert á vefsvæðinu [www.heilsueflandi.is](http://www.heilsueflandi.is).**

### Staða

- 1 = Ekki komið til framkvæmda
- 2 = Að litlu leyti komið til framkvæmda
- 3 = Að hluta komið til framkvæmda
- 4 = Að miklu leyti komið til framkvæmda
- 5 = Að fullu komið til framkvæmda

| Hreyfing                                                                                                                                                                                           | Staða |   |   |   |   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                                                    | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <b>Viðmið 1 – Hreyfing, stefna og aðgerðir</b>                                                                                                                                                     |       |   |   |   |   |
| Stefnumótun skólans á sviði hreyfingar grundvallast á samráði og þátttöku allra sem málið varðar, m.a. barna, starfsfólks, foreldra og nærsamfélags þar sem tekið er mið af aðstæðum hverju sinni. |       |   |   |   |   |
| Skilgreindur aðili, hópur eða einstaklingur ber ábyrgð á að stefnumálum skólans á sviði hreyfingar sé fylgt eftir.                                                                                 |       |   |   |   |   |
| Til að fylgjast með framvindunni metur skólinn reglulega hreyfingu barnanna.                                                                                                                       |       |   |   |   |   |
| <b>Viðmið 2 – Starfsfólk og foreldrar</b>                                                                                                                                                          |       |   |   |   |   |
| Starfsfólki bjóðast námskeið og annar stuðningur til að styrkja það í að halda utan um starf sem felur í sér hreyfingu barnanna.                                                                   |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk er hvatt til að hreyfa sig með börnunum á vinnutíma.                                                                                                                                    |       |   |   |   |   |
| Markvisst er unnið að því að styðja starfsfólkið sjálft til hreyfingar, t.d. með fræðslu, skipulögðum hópum og með því að minna á þá styrki sem bjóðast.                                           |       |   |   |   |   |
| Foreldrum gefst kostur á fræðslu um hreyfingu barna og eru þeir hvattir til þátttöku í starfi sem stuðlar að hreyfingu barnanna.                                                                   |       |   |   |   |   |
| <b>Viðmið 3 – Virkur ferðamáti</b>                                                                                                                                                                 |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk, foreldrar og börn eru hvött til að ganga í skólann og í ferðum á vegum skólans.                                                                                                        |       |   |   |   |   |
| Lögð er áhersla á að börn, foreldrar og starfsfólk noti endurskinsmerki, hjálm og annan viðeigandi öryggisbúnað á göngu og við hjólræiðar.                                                         |       |   |   |   |   |
| Umferðarfræðsla fer fram og lögð er áhersla á að auka færni og þekkingu barnanna sem hjólandi og gangandi vegfarenda.                                                                              |       |   |   |   |   |
| Eftir því sem við á er góð aðstaða til að geyma hjól og hjálma starfsfólks og barna í skólanum.                                                                                                    |       |   |   |   |   |
| <b>Viðmið 4 – Hreyfing í tengslum við mismunandi þætti skólastarfsins, innan- og utandyra</b>                                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Hreyfing er fléttuð með markvissum hætti inn í daglegt starf skólans innandyra.                                                                                                                    |       |   |   |   |   |
| Húsnæði og aðbúnaður innandyra býður upp á fjölbreytt tækifæri til leikja og náms sem fela í sér hreyfingu barna með mismunandi þarfir.                                                            |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk hvetur markvisst börn sem eru róleg í tíðinni til að hreyfa sig og taka virkan þátt í leikjum og öðru starfi innan- og utandyra.                                                        |       |   |   |   |   |

| Hreyfing                                                                                                                                                                           | Staða |   |   |   |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                                    | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Lögð er áhersla á að nýta skólalóðina og nánasta umhverfi skólans á skipulagðan hátt fyrir gönguferðir, leiki, útikennslu og ögrandi viðfangsefni sem fela í sér hreyfingu.        |       |   |   |   |   |
| Lóð skólans er örugg og býður upp á fjölbreytt tækifæri til leikja og náms sem fela í sér hreyfingu barna með mismunandi þarfir og getu.                                           |       |   |   |   |   |
| Öll börn fara út a.m.k. einu sinni á hverjum skóladegi.                                                                                                                            |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk tekur virkan þátt í leikjum og öðrum viðfangsefnum barna á skólalóð.                                                                                                    |       |   |   |   |   |
| Fjöldi starfsfólks í útiveru er í samræmi við fjölda og þarfir barnanna og hversu krefjandi lóðin og önnur útsvæði eru m.t.t. til yfirsýnar, viðfangsefna og öryggis hverju sinni. |       |   |   |   |   |
| <b>Viðmið 5 – Skipulagðar hreyfistundir</b>                                                                                                                                        |       |   |   |   |   |
| Skipulagðar hreyfistundir, þar sem markvisst er unnið með hreysti (s.s. þol, styrk og liðleika) og hreyfifærni, eru í dagskipulagi yngri barna a.m.k. einu sinni í viku.           |       |   |   |   |   |
| Skipulagðar hreyfistundir, þar sem markvisst er unnið með hreysti (s.s. þol, styrk og liðleika) og hreyfifærni, eru í dagskipulagi eldri barna a.m.k. tvisvar í viku.              |       |   |   |   |   |
| Skólinn hefur aðgang að hentugum sal eða öðru rými innandyrá fyrir skipulagðar hreyfistundir.                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Skólinn nýtir sitt nánasta umhverfi fyrir skipulagðar hreyfistundir sem eru utandyrá.                                                                                              |       |   |   |   |   |
| Markvisst er fylgst með hreyfiproska barna og framvindan skráð.                                                                                                                    |       |   |   |   |   |
| Viðeigandi úrlausna er leitað ef frávík koma fram varðandi hreyfiproska barna eða annað sem snýr að getu þeirra til hreyfingar.                                                    |       |   |   |   |   |
| <b>Viðmið 6 – Samstarf við nærsamfélagið um hreyfingu</b>                                                                                                                          |       |   |   |   |   |
| Eftir því sem við á er skipulagt samstarfi á milli leikskólans og þeirra sem standa að íþrótt- og tómstundastarfi á svæðinu.                                                       |       |   |   |   |   |

# Verkfærakistan

## Meðal efni á vef Embættis landlæknis:

*Færni til framtíðar – valið efni fyrir Embætti landlæknis*

[http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item25072/Færni%20til%20framtíðar\\_Valið%20efni%20fyrir%20Embætti%20landlæknis\\_Vefútgáfa\\_okt.2014.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item25072/Færni%20til%20framtíðar_Valið%20efni%20fyrir%20Embætti%20landlæknis_Vefútgáfa_okt.2014.pdf)

*Virkni í skólastarfi, handbók um hreyfingu fyrir leikskóla*

[http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item12220/Handbok-um-hreyfingu\\_net\\_allt.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item12220/Handbok-um-hreyfingu_net_allt.pdf)

*Ráðleggingar um hreyfingu*

[http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11179/NM30399\\_hreyfiradleggingar\\_baeklingur\\_lores\\_net.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11179/NM30399_hreyfiradleggingar_baeklingur_lores_net.pdf)

*Hreyfihringurinn*

[http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item12222/hreyfihringur\\_A4\\_2010utg\\_1owres.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item12222/hreyfihringur_A4_2010utg_1owres.pdf)

Heimasíða 6H heilsunnar – [www.6h.is](http://www.6h.is)

## Annað efni:

*Íhlutunarrannsókn 7–9 ára barna – <http://vefsetur.hi.is/lifsstill/>*

*Heilbrigði og velferð – grunnþáttur menntunar á öllum skólastigum. Ritröð mennta- og menningarmálaráðuneytisins og Námsgagnastofnunar um grunnþætti menntunar.*

## Mataræði

Börn verja stórum hluta dagsins í leikskólum og því er mikilvægt að þau eigi þar kost á hollum og góðum mat. Algenzt er að börn borði morgunmat, ávexti að morgni, hádegisverð og síðdegishressingu í leikskólum. Í þeim tilfellum ættu máltíðir í leikskólum að fullnægja um 70% af orkupörf barnanna að meðaltali á hverjum degi. Mikilvægt er að leikskólastjórar móti stefnu á sviði næringar og að starfsmenn hafi yfirsýn yfir næringu barna meðan á dvöl þeirra í leikskólanum stendur. Með slíkri heildrænni nálgun má betur stuðla að samræmi í næringarmálum og bættri heilsu og líðan barna. Auðveldara er að móta hegðun en breyta og því er mikilvægt að byrja snemma að kenna börnum góðar neysluvenjur. Foreldrar og leikskólasamfélagið gegna þar lykilhlutverki og eru fyrirmyndir barnanna.



Hluti af félagslegum þroska mótast við matarborðið þegar við borðum saman og því er mikilvægt að fullorðnir borði með börnunum, en þá gefst líka gott tækifæri til að kenna þeim góða borðsiði. Mikilvægt er að skapa góðar aðstæður og umgjörð fyrir máltíðirnar. Umgengnisreglur við borðhald og nægur tími til að borða stuðlar að notalegum matartíma. Einnig er mikilvægt að börnin læri að þeim líður vel af því að borða hollan mat. Tengja ætti fræðslu um hollt mataræði við daglegt starf í leikskólanum og gæta samræmis milli þess sem kennt er og þess matar sem boðið er upp á. Líta ætti á matartímann og framreiðslu heilsusamlegs matar sem hluta af náminu í leikskólanum.

Með heildrænni stefnu um næringu í leikskólum er hægt að stuðla að góðum neysluvenjum barna og starfsfólks. Æskilegt er að leikskólinn útnefni sérstakan starfsmann sem ber ábyrgð á að fylgja eftir stefnu í næringarmálum. Hér á eftir eru viðmið sem mikilvægt er að fjalla um í stefnu leikskólans um næringu.

Í skólaumhverfinu þarf að stuðla að heilsusamlegu fæðuvali með fræðslu og góðu framboði á fjölbreyttum mat. Leggja þarf áherslu á uppeldis- og félagslegt gildi máltíða meðal annars með því að gefa nægan tíma til að nærast.

### *Aðalnámskrá leikskóla – almennur hluti 2011*

Í leikskóla eiga börn að læra um og tileinka sér heilbrigða lífshætti, **hollt mataræði**, hvíld, hreinlæti og hreyfingu. Í leikskóla ber að stuðla að heilbrigði og vellíðan barna með því að leggja áherslu á: umhyggju, persónulega umhirðu, **holla næringu**, fjölbreytta hreyfingu, ögrandi og krefjandi útivist ofl.

### *Aðalnámskrá leikskóla - Kafli 9.2 - Heilbrigði og vellíðan*

## Viðmið

- Stefna leikskólans á sviði næringar er heildræn og tekur mið af ráðleggingum Embættis landlæknis í öllu sínu starfi.
- Fjallað er um umgjörð og umhverfi máltíða í stefnu um næringu.
- Börn fá fræðslu um hollt mataræði. Samræmi er milli þess sem kennt er í leikskólanum um næringu og þess sem boðið er upp á í eldhúsi leikskólans.
- Starfsfólk í leikskólaeldhúsi hefur viðeigandi hæfni og/eða menntun til að sinna sínu starfi og fær reglulega endurmenntun í málaflokkum tengdum starfinu.

## Gátlisti

Í gátlistann á að skrá upphaflega stöðu eða grunnlínu hvers atriðis. Skólinn getur nýtt sér þetta til þess að meta hvar hann er staddur á viðkomandi sviði og getur í kjölfarið metið að hve miklu leyti þarf að setja ákveðin atriði í forgang. **Meta á forgang hvers atriðis miðað við yfirstandandi skólaár og er það gert á vefsvæðinu [www.heilsueflandi.is](http://www.heilsueflandi.is).**

### Staða:

- 1 = Ekki komið til framkvæmda
- 2 = Að litlu leyti komið til framkvæmda
- 3 = Að hluta komið til framkvæmda
- 4 = Að miklu leyti komið til framkvæmda
- 5 = Að fullu komið til framkvæmda

| Mataræði                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Staða |   |   |   |   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <b>Viðmið 1 – Stefna leikskólans á sviði næringar</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |       |   |   |   |   |
| Skólinn hefur sett sér stefnu á sviði næringar.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |       |   |   |   |   |
| Matarframboð (það sem boðið er upp á í leikskólanum) og matseld er í samræmi við ráðleggingar Embættis landlæknis, þ.e. <i>Handbók fyrir leikskólaeldhús, Ráðleggingar um mataræði og næringarefni, Fæðuhringinn</i> og <i>Diskinn</i> (veggspjald um æskilega samsetningu máltíða).                                                                                                                                                                               |       |   |   |   |   |
| Útnefndur hefur verið starfmaður sem ber ábyrgð á að fylgja eftir stefnu í næringarmálum í leikskólanum.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |   |   |   |   |
| Starfsvið ábyrgðarmanns fyrir stefnu í næringarmálum hefur verið kynnt öllu starfsfólki leikskólans.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |   |   |   |
| Starfsvið ábyrgðarmanns fyrir stefnu í næringarmálum hefur verið kynnt foreldrum og forráðamönnum.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |   |   |   |   |
| Ábyrgðarmaður fyrir stefnu í næringarmálum hittir stýrihóp heilsueflandi leikskóla, leikskólastjóra og yfirmann leikskólaeldhúss a.m.k. einu sinni á ári þar sem farið er formlega yfir matseðla í eldhúsi leikskólans, og hvað boðið er upp á í morgunverði, morgunhressingu, hádegisverði og síðdegishressingu þar sem við á. Matarframboðið er borið saman við viðmið og gátlista fyrir næringu, þ.m.t. ráðleggingar Embættis landlæknis fyrir leikskólaeldhús. |       |   |   |   |   |
| Boðið er upp á ávexti og/eða grænmeti að morgni til og í síðdegishressingu eins og fram kemur í handbók fyrir leikskólaeldhús.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |       |   |   |   |   |
| Ávallt er boðið upp á grænmeti með hádegismat, skammtastærðir í samræmi við það sem fram kemur í handbók fyrir leikskólaeldhús.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |       |   |   |   |   |
| Í leikskólanum er gott aðgengi að köldu og fersku drykkjarvatni.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |       |   |   |   |   |
| Matseðill fyrir a.m.k. mánuð í senn er aðgengilegur og sýnilegur foreldrum.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |       |   |   |   |   |
| Leikskólinn kannar reglulega viðhorf/ánægju foreldra og starfsfólks til matarins í leikskólanum út frá þörfum barnsins.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |   |   |   |   |
| <b>Viðmið 2 – Umgjörð og umhverfi máltíða</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Börnum og starfsfólki leikskólans stendur til boða góð aðstaða og næði til að matast.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |       |   |   |   |   |
| Eftirlit með hreinlæti og þrifum borða er í föstum skorðum líkt og fram kemur í handbók fyrir leikskólaeldhús.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |       |   |   |   |   |

| Mataræði                                                                                                                                                                                                  | Staða |   |   |   |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                                                           | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Börn og starfsfólk leikskólans sitja saman til borðs á matartíma.                                                                                                                                         |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk leikskólans hvetur til og fylgist með að börnin borði fjölbreyttan mat.                                                                                                                        |       |   |   |   |   |
| Börnunum gefst nægur tími til að njóta matar síns.                                                                                                                                                        |       |   |   |   |   |
| Börnunum stendur til boða að fá ábót, minni skammta eða leifa af matnum sínum ef þau eru orðin södd.                                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Börnin fá tækifæri til að skammta sér sjálf á diska, með aðstoð kennara, þegar þau hafa aldur til.                                                                                                        |       |   |   |   |   |
| Komið er til móts við ólíkar þarfir barna m.t.t. ofnæmis, óþols eða erfiðleika við að matast.                                                                                                             |       |   |   |   |   |
| Börnin taka þátt í að móta reglur fyrir umgengni á matmálistímum þegar þau hafa aldur til og eru þær kynntar reglulega.                                                                                   |       |   |   |   |   |
| <b>Viðmið 3 – Kennsla</b>                                                                                                                                                                                 |       |   |   |   |   |
| Börnin fá fræðslu um hvað sé hollt mataræði. Leikskólar eru hvattir til að nýta sér efni Embættis landlæknis, t.d. <i>Fæðuhringinn</i> og <i>Diskinn</i> .                                                |       |   |   |   |   |
| Litið er á matartímann og framreiðslu heilsusamlegs matar sem hluta af námi leikskólabarna.                                                                                                               |       |   |   |   |   |
| Stuðst er við fræðsluefni um hollustu í námsefni 6 H heilsunnar á <a href="http://www.6h.is">www.6h.is</a>                                                                                                |       |   |   |   |   |
| <b>Viðmið 4 – Starfsfólk leikskólaeldhúss</b>                                                                                                                                                             |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk í eldhúsi nýtir sér fræðsluefni Embættis landlæknis um næringu (ráðleggingar um mataræði, handbók fyrir leikskólaeldhús, <i>Diskinn</i> , <i>Fæðuhringinn</i> o.fl.                            |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk leikskólaeldhúsa hefur viðeigandi hæfni og/eða menntun til að sinna starfi sínu og býðst reglulega símenntun í málaflokkum tengdum starfinu, s.s. í næringarfræði, matvælaöryggi og hreinlæti. |       |   |   |   |   |

## Verkfærakistan

**Meðal efni á vef Embættis landlæknis, sjá nánar á [www.landlaeknir.is/naering](http://www.landlaeknir.is/naering) :**

*Handbók fyrir leikskólaeldhús*

[www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11437/Handbok\\_leikskolaeldhus\\_april\\_2009.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11437/Handbok_leikskolaeldhus_april_2009.pdf)

*Ráðleggingar um mataræði fyrir fullorðna og börn frá tveggja ára aldri*

[www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11479/mataraedi-lowres.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11479/mataraedi-lowres.pdf)

*Grundvöllur ráðlegginga um mataræði og ráðlagðir dagskammtar næringarefna:*

[www.landlaeknir.is/utgefid-efni/skjal/item25582/](http://www.landlaeknir.is/utgefid-efni/skjal/item25582/)

*Ráðleggingar um mataræði – veggspjald -* [www.landlaeknir.is/utgefid-efni/skjal/item27036/](http://www.landlaeknir.is/utgefid-efni/skjal/item27036/)

*Fimm á dag – einblöðungur*

[www.landlaeknir.is/utgefid-efni/skjal/item27035/](http://www.landlaeknir.is/utgefid-efni/skjal/item27035/)

*Heilkorn minnst tvisvar á dag – einblöðungur* [www.landlaeknir.is/utgefid-efni/skjal/item27465/](http://www.landlaeknir.is/utgefid-efni/skjal/item27465/)

*Fæðuhringurinn*

[www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item17906/faeduhringur%20loka%20veggspjald.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item17906/faeduhringur%20loka%20veggspjald.pdf)

*Diskurinn – veggspjald um æskilega samsetningu máltíða*

[www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11432/Diskurinn\\_A4\\_hires.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11432/Diskurinn_A4_hires.pdf)

*Pitt er valið - drykkjarveggspjald – sýrustig og magn sykurs í algengum drykkjum*

[www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11768/version12/drykkjarveggspjald\\_low.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11768/version12/drykkjarveggspjald_low.pdf)

*Vefsíða á vef Embættis landlæknis um ráðleggingar um mataræði -*

[www.landlaeknir.is/radleggingar](http://www.landlaeknir.is/radleggingar)

*Vefsíða á vef Embættis landlæknis um að minnka saltneyslu –* [www.landlaeknir.is/skodadusaltid](http://www.landlaeknir.is/skodadusaltid)

*Heimasíða 6 h heilsunnar –* [www.6h.is](http://www.6h.is)

*Vefsvæði Embættis landlæknis um sykurmagn* [www.sykurmagn.is](http://www.sykurmagn.is)

*Vefsvæði Skráargatsins –* [www.skraargat.is](http://www.skraargat.is)

### **Annað efni:**

*Heilbrigði og velferð – grunnþáttur menntunar á öllum skólastigum. Ritröð mennta- og menningarmálaráðuneytisins og Námsgagnastofnunar um grunnþætti menntunar.*

*Fæðuofnæmi og fæðuóþol*

[www.mast.is/Uploads/document/itarefni/matarofnaemi.pdf](http://www.mast.is/Uploads/document/itarefni/matarofnaemi.pdf)

*Kennsluumhverfið – hlúum að rödd og hlustun*

[ki.is/component/attachments/download/200](http://ki.is/component/attachments/download/200)

*Vellíðan í vinnu – hávaði*

[ki.is/vell%C3%AD%C3%B0an-%C3%AD-vinnu/591-havadi](http://ki.is/vell%C3%AD%C3%B0an-%C3%AD-vinnu/591-havadi)

*Matvælastofnun* [www.mast.is/matvaeli/](http://www.mast.is/matvaeli/)

## Geðrækt

Á fyrstu æviárum barna er lagður grunnur að tilfinningalegri heilsu og velferð þeirra í lífinu. Samkvæmt skilgreiningu Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar er góð geðheilsa og líðan forsenda þess að geta notið lífsgæða, vera fær um að finna tilgang með lífinu og vera virkur og skapandi einstaklingur í samfélagi. Fyrstu ár barnsins eru einhver þau mikilvægustu í lífi þess með tilliti til tilfinninga- og félagsþroska en eðlilegur þroski barna er háður öruggum og ánægjulegum tengslum við aðrar manneskjur. Því er brýnt að umhverfi ungra barna einkennist af stöðugleika og hlýju og að börnin geti tengst þeim sem annast þau tilfinningaböndum. Börn sem ekki fá nægt tilfinningalegt atlæti og vitsmunalega örvun snemma á ævinni geta orðið fyrir sálfélagslegum skaða sem markar þau alla ævi.



Ung börn dvelja stærstan hluta vökutíma síns í leikskólanum og því verður hlutverk hans seint ofmetið. Í leikskólanum læra börn að fóta sig í veröld utan veggja heimilisins, umgangast önnur börn og þroska persónuleika sinn í gegnum leik og samskipti. Leikskólar sem sinna tilfinningalegum og þroskatengdum þörfum barna af alúð stuðla þannig að því að hér vaxi úr grasi kynslóðir einstaklinga sem eru tilfinningalega heilbrigðir, færir um að skilja og takast á við tilfinningar sínar, þroska eigin styrkleika, sýna samkennd og mynda jákvæð tengsl við fólkið í kringum sig.

Meginmarkmið uppeldis og kennslu í leikskóla skulu vera: Að fylgjast með og efla alhliða þroska barna í náinni samvinnu við foreldra, að veita skipulega málörvun og stuðla að eðlilegri færni í íslensku, að hlúa að börnum andlega, vitsmunalega og líkamlega í samræmi við þarfir hvers og eins svo að börnin fái notið bernsku sinnar, að stuðla að víðsýni barna og efla siðferðisvitund þeirra, að leggja grundvöll að því að börn verði sjálfstæðir, virkir og ábyrgir þátttakendur í lýðræðisþjóðfélagi sem er í örri og sífelldri þróun, að rækta hæfileika barna til tjáningar og sköpunar í þeim tilgangi m.a. að styrkja sjálfsmynd þeirra, heilbrigðisvitund, öryggi og hæfni til mannlegra samskipta.

### *Lög um leikskóla (2008/90)*

Líðan barns hefur áhrif á sjálfsmynd þess, t.a.m. hvort það hefur trú á eigin hæfni, er áhugasamt og sýnir vilja og getu til að takast á við mismunandi viðfangsefni. Daglegar athafnir í leikskóla eiga að stuðla að líkamlegri og andlegri vellíðan barna og góðri heilsu. Umhyggja á að skipa stóran sess í starfi leikskóla og mikilvægt er að starfsfólk leikskóla myndi góð og nán tengsl við börnin.

### *Aðalnámsskrá leikskóla (9.2)*

## Viðmið

- Stefna leikskólans miðar að því að skapa öruggt, styðjandi og nærandi umhverfi sem stuðlar að andlegri, félagslegri og líkamlegri velferð barna.
- Reglulega er lagt mat m.a. á líðan barna, aðbúnað og samskipti foreldra við starfsfólk og brugðist við eftir þörfum með úrbótum á skólastarfi og skólaumhverfi.
- Unnið er skipulega að því að efla tilfinningaþroska, tilfinningatengsl, samkennd, félagsfærni, sjálfstraust og jákvæða sjálfsmynd barna.
- Skólinn er í öflugum samstarfi við foreldra og nærsamfélag um að efla tilfinningalega og félagslega velferð barna.

## Gátlisti

Í gátlistann á að skrá upphaflega stöðu eða grunnlínu hvers atriðis. Skólinn getur nýtt sér þetta til þess að meta hvar hann er staddur á viðkomandi sviði og getur í kjölfarið metið að hve miklu leyti þarf að setja ákveðin atriði í forgang. **Meta á forgang hvers atriðis miðað við yfirstandandi skólaár og er það gert á vefsvæðinu [www.heilsueflandi.is](http://www.heilsueflandi.is).**

### Staða:

- 1 = Ekki komið til framkvæmda
- 2 = Að litlu leyti komið til framkvæmda
- 3 = Að hluta komið til framkvæmda
- 4 = Að miklu leyti komið til framkvæmda
- 5 = Að fullu komið til framkvæmda

| Geðrækt                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Staða |   |   |   |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <b>Viðmið 1 – Stefna skólans og vinnureglur</b>                                                                                                                                                                                                                                                |       |   |   |   |   |
| Mörkuð er stefna um geðheilsu og vellíðan í leikskólanum til þess að efla þroska, vellíðan og öryggiskennd allra barna.                                                                                                                                                                        |       |   |   |   |   |
| Stefnumótun á sviði geðheilbrigðis og vellíðanar er gerð í samráði við þá sem hlut eiga að máli, þ.e. foreldra, starfsfólk skólans og nærsamfélag.                                                                                                                                             |       |   |   |   |   |
| Skólastjórnendur leggja sig fram við að tryggja stöðugleika í umhverfi barnanna með því að vinna markvisst að því að takmarka starfsmannaveltu og starfsmannaskipti.                                                                                                                           |       |   |   |   |   |
| Þess er gætt í vinnutilhöggun og skipulagi starfsins er að vellíðan og hagsmunir barnanna séu ávallt í fyrsta sæti.                                                                                                                                                                            |       |   |   |   |   |
| Í leikskólanum er lögð áhersla á að taka tillit til persónuleika og einstaklingsbundinna þarfa hvers barns.                                                                                                                                                                                    |       |   |   |   |   |
| Þess er gætt að yngstu börnin séu ekki of mörg saman í hópi eða á deild og að þau eigi sinn sérstaka kennara eða starfsmann sem sinnir þeim.                                                                                                                                                   |       |   |   |   |   |
| Í leikskólanum fær hvert verk þann tíma sem það þarf til þess að streita og asi sé fjarri börnum og starfsfólki.                                                                                                                                                                               |       |   |   |   |   |
| Þess er gætt að framkoma og viðmót starfsfólks gagnvart börnunum einkennist af hlýju, skilningi og velvild.                                                                                                                                                                                    |       |   |   |   |   |
| Tekið er vel á móti börnum þegar þau mæta í leikskólann og þau boðin velkomin með brosi og hlýju viðmóti.                                                                                                                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Börnin eru alltaf kvödd þegar þau fara heim á daginn.                                                                                                                                                                                                                                          |       |   |   |   |   |
| Sérstakar verklagsreglur gilda um aðlögun í leikskólanum sem miða að því að barnið finni til öryggis á nýjum stað, m.a. að sami starfsmaður taki ávallt á móti barni, sé nálægt því, skapi ró, myndi tengsl við það, sinni þörfum þess og hafi í fanginu eftir því sem barnið þarf á að halda. |       |   |   |   |   |
| Í leikskólanum eru skýrar samskiptareglur sem miða að öruggum, jákvæðum og uppbyggilegum samskiptum. Þær eru hafðar sýnilegar, t.d. í einföldu myndmáli innan skólans.                                                                                                                         |       |   |   |   |   |
| Lögð er áhersla á að starfsfólk sé fyrirmynd barnanna hvað varðar góð samskipti, kurteisi og hlýja framkomu.                                                                                                                                                                                   |       |   |   |   |   |
| Þess er gætt að orðfæri og framkoma starfsfólks einkennist af virðingu fyrir fjölbreytileika m.t.t. kyns, uppruna, kynhneigðar, holdafars, þjóðernis, getu o.s.frv.                                                                                                                            |       |   |   |   |   |
| Hrós og hvatning er notuð kerfisbundið í öllu starfi skólans og jákvæðri hegðun er veitt meiri athygli en neikvæðri.                                                                                                                                                                           |       |   |   |   |   |

| Geðrækt                                                                                                                                                                                                                                                  | Staða |   |   |   |   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                                                                                                          | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Starfsfólk skólans er þjálfað í því að bregðast við óæskilegum samskiptum með uppbyggilegum hætti um leið og þau koma fram og veita leiðsögn um æskileg samskipti.                                                                                       |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk fær þjálfun í að beita gagnreyndum aðferðum við að efla æskilega hegðun og draga úr óæskilegri hegðun.                                                                                                                                        |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk fær þjálfun í að beita gagnreyndum aðferðum við hópstjórnun.                                                                                                                                                                                  |       |   |   |   |   |
| Þegar leiðbeina þarf barni vegna óæskilegrar hegðunar er þess gætt að beina athygli aðeins að hegðuninni sem um ræðir en ekki persónu barnsins eða einstaklingsbundnum eiginleikum þess.                                                                 |       |   |   |   |   |
| Þess er gætt að starfsfólk leikskólans sé samstiga í því hvernig tekið er á æskilegri og óæskilegri hegðun þannig að tiltekin hegðun kalli ávallt á sams konar viðbrögð, óháð því hvaða starfsmaður á í hlut.                                            |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk er vakandi fyrir merkjum um vanlíðan meðal barna og bregst við með viðeigandi hætti, t.d. með því að bjóða barni hvíld ef það virðist þreytt, áreitist umhverfi ef það virðist pirrað, félagsskap ef það virðist einmana o.s.frv.             |       |   |   |   |   |
| Grátandi börnum er sinnt án tafar, þau eru tekin í fangið og hugguð af einhverjum sem þau þekkja og treysta.                                                                                                                                             |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk fær þjálfun í að bregðast á viðeigandi hátt við börnum í tilfinningalegu uppnámi, s.s. reið eða döpur.                                                                                                                                        |       |   |   |   |   |
| Leikskólinn hefur skýra verkferla og virkar viðbragðsáætlanir vegna einkenna um hegðunar- og geðheilbrigðisvanda og áföll.                                                                                                                               |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk þekkir vel ofangreinda verkferla og viðbragðsáætlanir sem ríkja innan skólans og fær reglulega þjálfun í að fylgja þeim.                                                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Persónuleg málefni barna og/eða foreldra eru ekki rædd þar sem aðrir geta heyrt til.                                                                                                                                                                     |       |   |   |   |   |
| Þess er gætt að börnin fái næg tækifæri til líkamlegrar útrásar og hvíldar, inniveru og útiveru, en einnig er tekið tillit til einstaklingsbundinna þarfa ólíkra barna.                                                                                  |       |   |   |   |   |
| Sérstakur staður á útisvæði er tilgreindur sem „griðastaður“ eða „vinastaður“ þangað sem börn geta leitað þegar þau eru einmana eða líður illa. Starfsfólk og börn fylgist með þessum stað og börnum er kennt að koma öðrum til hjálpar sem setjast þar. |       |   |   |   |   |
| Lögð er áhersla á að starfsfólk leiðbeini börnum um jákvæð samskipti og leiki jafnt úti sem inni og sé vakandi fyrir merkjum um neikvæð samskipti, ofbeldi, útilokun og einelti.                                                                         |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk er meðvitað um mikilvægi gleðinnar í lífi barna og vinnur að því að næra hana með margvíslegum hætti í daglegu starfi.                                                                                                                        |       |   |   |   |   |

| Geðrækt                                                                                                                                                                                                                                                               | Staða |   |   |   |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                                                                                                                       | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <b>Viðmið 2 – Mat og aðgengi að stuðningi</b>                                                                                                                                                                                                                         |       |   |   |   |   |
| A.m.k. einu sinni á ári er lögð fyrir foreldrakönnun til að meta líðan, félagslega stöðu og gengi barna í leikskólanum ásamt aðbúnaði skólans, samskiptum við starfsfólk o.s.frv. Unnið er úr niðurstöðum, foreldrar upplýstir um þær og úrbætur gerðar ef þörf er á. |       |   |   |   |   |
| A.m.k. einu sinni á ári er framkvæmt mat meðal eldri barna þar sem þau eru spurð um upplifun sína á leikskólastarfi, líðan í skólanum og samskipti við starfsfólk og skólafélaga.                                                                                     |       |   |   |   |   |
| Fylgst er með málþroska barna og kallað eftir mati talmeinafræðings ef barn hefur ekki náð viðunandi tökum á að minnsta kosti einu tungumáli við þriggja ára aldur.                                                                                                   |       |   |   |   |   |
| Skólinn hefur greiðan aðgang að stuðningsþjónustu og meðferð, m.a. vegna einkenna um hegðunar- eða geðheilbrigðisvanda og áföll.                                                                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Ef merki um óæskileg samskipti eða hegðunarvanda koma ítrekað fram hjá barni er framkvæmt virknimat (mat á áhrifaþáttum hegðunarvanda) af fagaðila sem hefur hlotið til þess viðeigandi menntun og þjálfun.                                                           |       |   |   |   |   |
| <b>Viðmið 3 – Kennsla og þjálfun</b>                                                                                                                                                                                                                                  |       |   |   |   |   |
| Í leikskólanum fer fram markviss kennsla og þjálfun sem eflir félags- og samskiptaferni, tilfinningalæsi, sjálfstraust og getu til að leita sér hjálpar þegar erfiðleikar steðja að.                                                                                  |       |   |   |   |   |
| Málþroski ungra og tvítyngdra barna er markvisst eflur í öllu leikskólastarfi og þess gætt að umönnunaraðilar þeirra séu vel talandi og lesandi á íslensku.                                                                                                           |       |   |   |   |   |
| Börnin fá markvissa þjálfun og stuðning til þess að tileinka sér og iðka þá hegðun sem talin er æskileg í leikskólanum.                                                                                                                                               |       |   |   |   |   |
| Börnum er leiðbeint við að líta inn á við eftir merkjum um svengd og seddu á matmálstímum í stað þess að fá ytri stýringu um að klára matinn sinn eða að fá sér ekki meira.                                                                                           |       |   |   |   |   |
| Börnin fá reglulega þjálfun í því að koma fram, segja frá og syngja fyrir framan aðra.                                                                                                                                                                                |       |   |   |   |   |
| Börnin fá ríkuleg tækifæri til sköpunar og tjáningar í leikskólanum þar sem áhersla er lögð á að þau þroski eigin sköpunarkraft og einstaklingsbundna hæfileika.                                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Eðlislæg forvitni og áhugi barna á lífinu er markvisst eflur með því að leyfa börnum að kynnast nýjum hlutum, kanna umhverfi sitt og nálgast verkefni með uppgötvun og reynslunám að leiðarljósi.                                                                     |       |   |   |   |   |

| Geðrækt                                                                                                                                                                                                        | Staða |   |   |   |   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                                                                | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Markvisst er unnið að því að efla jákvæða sjálfsmynd barna með því að hjálpa þeim að finna og nota einstaklingsbundna styrkleika sína.                                                                         |       |   |   |   |   |
| Í leikskólanum fá börn aðstoð fullorðinna við að leysa vandamál á þann hátt að bjargráð þeirra sjálfra eru smám saman virkjuð, þjálfuð og styrkt.                                                              |       |   |   |   |   |
| Starf leikskólans einkennist af kynjajafnrétti og starfsfólk skólans leiðréttir staðalmyndir um kynin þegar þær koma fram, svo sem að tiltekin leikföng, fatnaður, litir eða leikir séu aðeins fyrir eitt kyn. |       |   |   |   |   |
| Í leikskólanum er unnið markvisst að því að efla jákvæða líkamsmynd barna og virðingu fyrir fjölbreytileika holdafars.                                                                                         |       |   |   |   |   |
| Hugað er að fræðslu fyrir foreldra um einkenni þroska-, hegðunar- og tilfinningavanda og virka viðbragðsáætlun skólans við slíku.                                                                              |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk leikskólans fær reglulega fræðslu um verndandi þætti og áhættuþætti fyrir geðheilbrigði, þroska og líðan barna.                                                                                     |       |   |   |   |   |
| Boðið er upp á fræðslu fyrir starfsfólk um einkenni þroska-, hegðunar- og tilfinningavanda og virka viðbragðsáætlun skólans við slíku.                                                                         |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk fær þjálfun í viðbrögðum við óæskilegum samskiptum og einkennum þroska-, hegðunar- og tilfinningaraskana.                                                                                           |       |   |   |   |   |
| Við val á myndefni, lesefni og leikföngum er þess gætt að ekki komi fram neikvæðar staðalmyndir um kyn, holdafar, kynhneigð, kynþætti eða annað sem einkennir mannlegan fjölbreytileika.                       |       |   |   |   |   |
| Börnum er ekki gert að sitja lengi í einu við tiltekin verkefni heldur fá þau að hreyfa sig um eftir þörfum.                                                                                                   |       |   |   |   |   |
| Börnin fá reglulega þjálfun í aðferðum sem miða að því að efla vellíðan, slökun og draga úr streitu, t.d. núvitund, næðisstund eða jóga.                                                                       |       |   |   |   |   |
| <b>Viðmið 4 – Samvinna við foreldra og nærsamfélag</b>                                                                                                                                                         |       |   |   |   |   |
| Samstarf er við aðila utan skólans, s.s. fagfólk og stofnanir í nærsamfélagi, um að halda utan um velferð og líðan barna og starfsfólks.                                                                       |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk leggur sig fram við að eiga góða samvinnu við foreldra um líðan og þroska barnanna.                                                                                                                 |       |   |   |   |   |
| Boðið er upp á foreldrasamtöl a.m.k. tvisvar á ári þar sem rætt er um þroska, líðan og félagslega stöðu barnsins.                                                                                              |       |   |   |   |   |
| Í hverri viku fá foreldrar upplýsingar um viðfangsefni barna sinna í leikskólanum og tilkynningar um hverskonar viðburði eða breytingar á skólastarfi sem eru á döfinni.                                       |       |   |   |   |   |
| Foreldrum býðst tækifæri til að fylgjast með skólastarfinu á skólatíma ef þeir óska eftir því.                                                                                                                 |       |   |   |   |   |

# Verkfærakistan

## Meðal efnis á vef Embættis landlæknis:

Lífsleikninámsefnið Vinir Zippýs: <http://www.landlaeknir.is/heilsa-og-lidan/verkefni/item17786/Vinir-Zippys>

Geðheilsa barnsins þíns – ætlað foreldrum og öðrum aðstandendum ungs fólks  
[http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item10927/BuglBarnPrint\\_net.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item10927/BuglBarnPrint_net.pdf)

Samskiptaboðorðin <http://www.landlaeknir.is/utgefid-efni/skjal/item15424/>

5 leiðir að vellíðan

[http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item19869/5\\_leidir\\_ad\\_vellidan\\_VEGGSPJALD-180313.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item19869/5_leidir_ad_vellidan_VEGGSPJALD-180313.pdf)

## Annað efni:

Heilbrigði og velferð – grunnþáttur menntunar á öllum skólastigum. Ritröð Mennta- og menningarmálaráðuneytisins og Námsgagnastofnunar um grunnþætti menntunar.

Ýmislegt efni sem aðgengilegt er á vef Menntamálastofnunar ([www.mms.is](http://www.mms.is))

Vefur um sjálfsmynd ([www.sjalfsmynd.com](http://www.sjalfsmynd.com)). Þar er að finna ýmiskonar fróðleik sem snýr að jákvæðri sjálfsmynd og líkamsmynd barna og unglinga

Árin sem enginn man. Bók um mikilvægi tengslamyndunar fyrir ung börn.

Saga um tilfinningar. Bók sem ætlað er að leiðbeina fullorðnum við að ræða um tilfinningar við börn.

Vefur um raddheilsu ([www.rodd.is](http://www.rodd.is)). Á þessum vef er að finna upplýsingar um raddheilsu, heyrn og hávaða í skólaumhverfi.

Vefur um málþroska barna ([www.hti.is](http://www.hti.is)). Hér má finna greinargóðar upplýsingar og gagnleg ráð um málþroska barna, málörvun og frávik í máli og tali.

Barnaheill – Save the Children á Íslandi (<http://www.barnaheill.is/forsida/>). Vefur um verndun barna gegn ofbeldi – upplýsingar og fróðleikur.

Heimili og skóli, landssamtök foreldra. Fræðsla um einelti. <http://www.heimiliogskoli.is/fyrir-foreldra/einelti/>

Kroppurinn er kraftaverk. Bók fyrir börn sem fjallar um heilbrigða líkamsmynd, líkamsvitund og fjölbreytileika líkamsvaxtar og útlits.

# Tannheilsa

Í leikskólum er mögulegt að skapa umhverfi og aðstæður sem stuðla að betri tannheilsu barna en meira er um tannskemmdir meðal íslenskra barna en sambærilegra hópa í nágrannalöndunum. Auka má tannheilsuvitund og bæta tannheilsu með því að kenna og koma á góðum venjum varðandi mataræði og munnhirðu bæði heima og í leikskólanum. Mikilvægt er að börnin læri að þeim líður vel með hreinar og heilbrigðar tennur.

Almennar ráðleggingar mæla með tannburstun að lágmarki tvisvar á dag, eftir morgunverð og mjög vel áður en farið er að sofa á kvöldin.

Foreldrar gegna lykilhlutverki í tannhirðu barna sinna en samvinna heimila og leikskóla getur stuðlað að enn betri tannheilsu barna og þar með að betri tannheilsu síðar á ævinni.



Daglegar athafnir í leikskóla eiga að stuðla að líkamlegri og andlegri vellíðan barna og góðri heilsu.

Í leikskóla ber að stuðla að heilbrigði og vellíðan barna með því að leggja áherslu á persónulega umhirðu.

*Aðalnámskrá leikskóla - Kafli 9.2 - Heilbrigði og vellíðan*

## Viðmið

- Tannheilsustefna leikskólans taki mið af leiðbeiningum Embættis landlæknis, með áherslu á hreinar og heilbrigðar tennur.
- Foreldrar og starfsfólk fá fræðslu um tannheilsu og tannhirðu
- Leikskólinn er í samstarfi við heimili og heilsugæslu, auk félagsþjónustu, vegna tannheilsu barna.

## Tannburstun í leikskólum

Heilsueflandi leikskólum stendur til boða að taka þátt í að móta stefnu um „Tannburstum í leikskólanum“ en sækja þarf um það sérstaklega hjá Embætti landlæknis. Nánari upplýsingar er að finna á [www.tannburstumileikskolanum.is](http://www.tannburstumileikskolanum.is) (í vinnslu).

## Gátlisti

Í gátlistann á að skrá upphaflega stöðu eða grunnlínu hvers atriðis. Skólinn getur nýtt sér þetta til þess að meta hvar hann er staddur á viðkomandi sviði og getur í kjölfarið metið að hve miklu leyti þarf að setja ákveðin atriði í forgang. **Meta á forgang hvers atriðis miðað við yfirstandandi skólaár og er það gert á vefsvæðinu [www.heilsueflandi.is](http://www.heilsueflandi.is).**

### Staða:

- 1 = Ekki komið til framkvæmda
- 2 = Að litlu leyti komið til framkvæmda
- 3 = Að hluta komið til framkvæmda
- 4 = Að miklu leyti komið til framkvæmda
- 5 = Að fullu komið til framkvæmda

| Tannrækt                                                                                                                                                                                                                                  | Staða |   |   |   |   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                                                                                           | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <b>Viðmið 1 – Stefna og aðgerðir</b>                                                                                                                                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Skilgreindur aðili, hópur eða einstaklingur ber ábyrgð á mótun tannheilsustefnu og aðgerðum í leikskólanum.                                                                                                                               |       |   |   |   |   |
| Tannheilsustefna taki mið af leiðbeiningum Embættis landlæknis: <a href="http://www.landlaeknir.is/heilsa-og-lidan/tannvernd/born-a-leikskolaaldri/">www.http://www.landlaeknir.is/heilsa-og-lidan/tannvernd/born-a-leikskolaaldri/</a> . |       |   |   |   |   |
| Tannheilsustefna leikskólans er kynnt öllu starfsfólki leikskólans, foreldrum og forráðamönnum.                                                                                                                                           |       |   |   |   |   |
| Leikskólinn tekur þátt í tannverndarvikunni með fræðslu, umfjöllun og viðburðum sem tengjast tönnum og tannheilsu.                                                                                                                        |       |   |   |   |   |
| <b>Viðmið 2 – Fræðsla</b>                                                                                                                                                                                                                 |       |   |   |   |   |
| Tannfræðsla er liður í leik og starfi skólans og tekur mið af aldri og þroska barna.                                                                                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk fær upplýsingar um aðgengilegt fræðsluefni um tannheilsu og tannhirðu í starfsmannahandbók og á vef leikskólans/Embættis landlæknis.                                                                                           |       |   |   |   |   |
| Foreldrum er bent á aðgengilegt fræðsluefni um tannheilsu og tannhirðu í foreldraviðtölum, í foreldrahandbók og á vef leikskólans/Embættis landlæknis.                                                                                    |       |   |   |   |   |

| Tannrækt                                                                                                                                                               | Staða |   |   |   |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                        | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <b>Viðmið 3 – Samstarf</b>                                                                                                                                             |       |   |   |   |   |
| Í foreldraviðtölum eru foreldrar/forráðamenn hvattir til að bursta tennur barns heima, áður en komið er í leikskólann, og mjög vel áður en farið er að sofa á kvöldin. |       |   |   |   |   |
| Í foreldraviðtölum svara foreldrar/forráðamenn spurningum um tannhirðuvenjur heima.                                                                                    |       |   |   |   |   |
| Leikskólinn upplýsir foreldra/forráðamenn um gjaldfrjálsa tannlæknaþjónustu heimilistannlækna.                                                                         |       |   |   |   |   |
| Skipulagt samstarf er á milli leikskóla, félagsþjónustu og heilsugæslu vegna barna í bráðavanda.                                                                       |       |   |   |   |   |

## Verkferakistan

### Meðal efnis á vef Embættis landlæknis:

*Um tannhirðu ungbarna og barna á leikskólaaldri:*

<http://www.landlaeknir.is/heilsa-og-lidan/tannvernd/ungborn/>

<http://www.landlaeknir.is/heilsa-og-lidan/tannvernd/born-a-leikskolaaldri/>

[Myndbönd \(íslenska, enska, pólska, rússneska\):](#)

*Veggspjöld:*

*Tannvernd barna: ( íslenska, enska, albanska, pólska, rússneska, spænska, serbneska, víetnamska):*

[http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11845/ISLENSKA\\_LOKAUTGAFA.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11845/ISLENSKA_LOKAUTGAFA.pdf)

*Næring, næturgjafir og tannhirða (íslenska, enska, pólska, tælenska)*

<http://www.landlaeknir.is/heilsa-og-lidan/tannvernd/>

[Burstum saman til 10 ára aldurs:](#) (íslenska)

[Pitt er valið:](#) (íslenska)

[Bókin um barnatennurnar:](#) (íslenska)

*Verkefni fyrir leikskólabörn:*

*Gjaldfrjálsar tannlækningar barna (íslenska, enska, pólska, litháíska)*

# Öryggi

Markmið áverkavarna er að koma í veg fyrir að slys verði eða ofbeldi eigi sér stað og því er mikilvægt að huga að öryggi og slysavörnum í leikskólum. Slys í leikskólum eru um 16% allra slysa á börnum 0–4 ára samkvæmt slysaskrá Íslands. Til að fækka slysum er mikilvægt að öll slys séu skráð á þar til gerð skráningarblöð sem eru til í leikskólanum.

Með því að hafa slíka samantekt getur starfsfólk betur sett sér markmið í fækkun slysa og unnið markvisst að því að forgangsraða slysavörnum miðað við fjölda og alvarleika slysanna sem börnin verða fyrir.

Við slysaskráningu þarf að koma fram:

- **Hver verður fyrir slysi?**
- **Hvar gerðist slysið?**
- **Hvernig orsakaðist það?**

Þó svo að einelti sé talið algengast á miðstigi í grunnskóla getur það líka átt sér stað eða átt rætur sínar í leikskóla. Því er mikilvægt að kenna börnum samskiptafærni, vera góð fyrirmynd og leiðbeina þeim. Eins er mikilvægt að vera vakandi fyrir einkennum um vanrækslu eða annars konar ofbeldi og bregðast við því.

**Handbók um velferð og öryggi barna í leikskólum** er yfirgripsmikil og tekur á öllum þáttum er snúa að öryggi barna í leikskólum. Handbókin er gefin út af mennta- og menningarmálaráðuneytinu og er ætlað að auðvelda rekstraraðilum leikskóla, skólastjórnendum og öðrum starfsmönnum að hafa yfirsýn yfir alla þætti öryggis með það að leiðarljósi að fækka slysum á leikskólabörnum. Í handbókinni eru gerðar almennar kröfur um öryggi í leikskólum og ábyrgð rekstraraðila, starfsfólks og foreldra. Þar er einnig að finna viðbragðsáætlun við slysum og vá, s.s. eldsvoða og jarðskjálfta auk annarra þátta.



Gerð leikskólahúsnæðis skal taka mið af þörfum barna og þeirri starfsemi sem fram fer í leikskóla. Leggja skal áherslu á öruggt og rúmgott náms- og starfsumhverfi. Húsnæði og allur aðbúnaður skal taka mið af því að tryggja öryggi og vellíðan barna og starfsfólks.

*Lög um leikskóla (2008/90)*

## Viðmið

- Skýr stefna um öryggi þar sem áhersla er á að tryggja öryggi nemenda í skólanum og allri skólatengdri starfsemi.

## Gátlisti

Í gátlistann á að skrá upphaflega stöðu eða grunnlínu hvers atriðis. Skólinn getur nýtt sér þetta til þess að meta hvar hann er staddur á viðkomandi sviði og getur í kjölfarið metið að hve miklu leyti þarf að setja ákveðin atriði í forgang. **Meta á forgang hvers atriðis miðað við yfirstandandi skólaár og er það gert á vefsvæðinu [www.heilsueflandi.is](http://www.heilsueflandi.is).**

### Staða:

- 1 = Ekki komið til framkvæmda
- 2 = Að litlu leyti komið til framkvæmda
- 3 = Að hluta komið til framkvæmda
- 4 = Að miklu leyti komið til framkvæmda
- 5 = Að fullu komið til framkvæmda

| Öryggi                                                                                                                                                               | Staða |   |   |   |   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                      | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <b>Viðmið 1 – Velferð og öryggi</b>                                                                                                                                  |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk leikskólans er vakandi fyrir merkjum um vanrækslu og ofbeldi og sinnir lögbundinni tilkynningaskyldu til barnaverndaryfirvalda ef grunur vaknar um slíkt. |       |   |   |   |   |
| Leikskólinn hefur skýra verkferla og virkar viðbragðsáætlanir vegna einkenna um einelti, vanrækslu og ofbeldi.                                                       |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk þekkir vel ofangreinda verkferla og viðbragðsáætlanir sem ríkja innan skólans og fær reglulega þjálfun í að fylgja þeim.                                  |       |   |   |   |   |
| Skólinn hefur greiðan aðgang að stuðningsþjónustu og meðferð, m.a. vegna einkenna um einelti, vanrækslu eða ofbeldi.                                                 |       |   |   |   |   |
| Boðið er upp á fræðslu fyrir starfsfólk um einelti, vanrækslu, ofbeldi, kynferðislega áreitni og misnotkun og virka viðbragðsáætlun skólans við slíku.               |       |   |   |   |   |
| Hugað er að fræðslu fyrir foreldra um einkenni eineltis, vanrækslu, ofbeldis, kynferðislegrar áreitni og misnotkunar og virka viðbragðsáætlun skólans við slíku.     |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk fær þjálfun í viðbrögðum við einkennum um ofbeldi, vanrækslu, kynferðislega áreitni og misnotkun, óæskileg samskipti og hegðunarvanda.                    |       |   |   |   |   |

| Öryggi                                                                                                                                                                                                                                                | Staða |   |   |   |   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                                                                                                       | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <b>Viðmið 2 – Slysavarnir og öruggt umhverfi</b>                                                                                                                                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Umhverfi barnanna innandyra er bjart, vel loftræst og hæfilegt að stærð þannig að vel fari um börnin.                                                                                                                                                 |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk skólans gætir vel að því að lágmarka hávaða með því að hafa ekki mörg börn saman í einu rými, tala með lágum rómi o.s.frv.                                                                                                                 |       |   |   |   |   |
| Aðgengi og aðstæður fyrir börn með fötlun eru góðar og tryggja að þau geti tekið þátt í starfi leikskólans til jafns við önnur börn og komist leiðar sinnar innan og utan skólans.                                                                    |       |   |   |   |   |
| Reglulega er fylgst með hávaða, t.d. með hávaðamælingu og brugðist við með viðeigandi hætti ef þörf er á.                                                                                                                                             |       |   |   |   |   |
| Leikskólinn hvetur bæjarfélagið til þess að viðhald á göngu- og hjólaleiðum í nánasta umhverfi skólans sé gott og þeim haldið greiðum, t.d. með sópun, mokstri, hálkuvörnum og góðri lýsingu.                                                         |       |   |   |   |   |
| Nýtt starfsfólk fer á skyndihjálparnámskeið eins fljótt og auðið er. *                                                                                                                                                                                |       |   |   |   |   |
| Nýtt starfsfólk fær kynningu á viðbragðsáætlunum og öryggisferlum skólans auk kynningar á staðsetningu sjúkrakassa og öryggisblaða. *                                                                                                                 |       |   |   |   |   |
| Námskeið um slysavarnir og skyndihjálpar eru haldin annað hvert ár til að starfsfólk geti endurnýjað skyndihjálparréttindi sín. *                                                                                                                     |       |   |   |   |   |
| Árleg könnun fer fram á kunnáttu og þekkingu starfsfólks í öryggismálum og viðbrögðum skólans við slysum, bruna og annarri vá. *                                                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Fram fer regluleg þjálfun starfsfólks í viðbragðsáætlunum og öryggisferlum leikskólans. *                                                                                                                                                             |       |   |   |   |   |
| Farið er yfir kafla 5 um öryggi í námsumhverfinu í <i>Handbók um velferð og öryggi barna í leikskólum</i> . *                                                                                                                                         |       |   |   |   |   |
| Eftirlit með leikvallatækjum og leiksvæðum skal vera í samræmi við kröfur samkvæmt staðlaröðinni ÍST EN 1176 ásamt ÍST EN 1177 sem taldar eru upp í viðauka með reglugerð um öryggi leikvallatækja og leiksvæða og eftirlit með þeim, nr. 942/2002. * |       |   |   |   |   |
| Leikskólinn mótar skýrt verklag um undirbúning og framkvæmd ferða utan leikskóla til að tryggja öryggi barna. *                                                                                                                                       |       |   |   |   |   |
| Leikskólinn mótar skýrt verklag um hvað er gert ef slys verður, sjá nánar í kafla 8 í <i>Handbók um velferð og öryggi barna í leikskólum</i> . *                                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Viðbragðsáætlun er til staðar um viðbrögð við eldvörnum og náttúruvá, þ.m.t. rýmingaráætlun. *                                                                                                                                                        |       |   |   |   |   |

\*Stjörnumerktir þættir eru beint úr *Handbók um velferð og öryggi barna í leikskólum* og þar eru ýtarlegri leiðbeiningar.

## Verkfærakistan

*Handbók um velferð og öryggi barna í leikskólum á rafrænu formi á vef mennta- og menningarmálaráðuneytis.* [http://www.mms.is/pdf/oryggishandbok\\_leikskola\\_agust2015.pdf](http://www.mms.is/pdf/oryggishandbok_leikskola_agust2015.pdf)

*Heimasíða 6H heilsunnar* – [www.6h.is](http://www.6h.is)

*Lög um leikskóla nr. 90/2008* – fjalla mjög almennt um öryggi nemenda.

*Reglugerð um notkun öryggis-og verndarbúnaðar í ökutækjum, nr. 348/2007, með lagastoð í Umferðarlögum nr. 50/1987* –nánari upplýsingar um öryggisbúnað fyrir börn í ökutækjum.

*Reglugerð um öryggi leikvallatækja og leiksvæða og eftirlit með þeim, nr. 942/2002* –upplýsingar um öryggi á skólalóðum.

*Byggingarreglugerð nr. 112/2012* –upplýsingar um öryggi í skólabyggingum s.s. frágang húsnæðis, rafmagnsöryggi, eldvarnir o.fl.

*Lög um öryggi vöru og opinbera markaðsgæslu, nr. 134/1995* –upplýsingar um ýmsan búnað sem notaður er í skólum s.s. föndurvörur o.fl.

*Reglugerð um hollustuhætti á sund- og baðstöðum, nr. 814/2010* –upplýsingar um öryggi barna í sundi.

Umferðarvefurinn, samvinnuverkefni Menntamálastofnunar, Samgöngustofu og Grundaskóla – [www.umferd.is/](http://www.umferd.is/)

Heilsuvernd og forvarnir: <https://www.heilsugaeslan.is/fraedsla/heilsuvernd-og-forvarnir/>

# Fjölskylda

Áhugi, ábyrgð og áhrif foreldra á leikskólastarf, auk jákvæðra viðhorfa til leikskólagöngu, geta skipt sköpum fyrir almenna líðan og velferð barnanna.

Mikilvægt er að standa vel að aðlögun barns frá upphafi, því það getur haft áhrif á alla leikskólagöngu barnsins. Það er ný reynsla fyrir barnið og foreldra þegar barn byrjar í leikskóla. Þetta er nýtt og framandi umhverfi sem þau þurfa að kynna. Í aðlögunarferlinu er mikilvægt að fjölskylda barnsins kynnist starfsfólki deildarinnar og því starfi sem fram fer í leikskólanum en ekki síður að starfsfólkið kynnist barninu og fjölskyldu þess. Með þessu er lagður góður grunnur að framtíðinni.



Rannsóknir sýna að þegar góð samskipti eru á milli foreldra og skóla hefur það jákvæð áhrif á allt skólastarf. Ávinningur slíks samstarfs skilar sér m.a. í betri líðan barna í skólanum, meiri áhuga og auknu sjálfstrausti barnanna. Þetta leiðir til jákvæðara viðhorfs foreldra og barna til skólans.

Með samstarfi foreldra sín á milli og milli foreldra og skóla má virkja samtakamátt foreldra við uppeldið.

Foreldrar leikskólabarna skulu gæta hagsmuna barna sinna. Þeir skulu hafa náð samráð við starfsfólk leikskóla og fylgjast með skólagöngu barna sinna og veita þær upplýsingar sem kunna að skipta máli fyrir skólastarfið og velferð barna. Foreldrar skulu jafnframt eiga rétt á upplýsingum um skólastarfið og stöðu barna sinna.

## *Lög um leikskóla (2008/90)*

Líðan barns í leikskóla er samtvinnuð velferð fjölskyldu þess og heimilis. Sjónarmið foreldra og framlag þeirra til leikskólastarfs er mikilvægur liður í því að hafa heildarsýn á velferð og vellíðan barna. Þegar börn hefja leikskólagöngu þurfa foreldrar og leikskóli að leggja grunn að samstarfi þar sem umhyggja og velferð barna er höfð að leiðarljósi.

Þar ber leikskólakennurum og öðru starfsfólki að sýna fjölbreyttum fjölskyldugerðum og menningu skilning og virðingu. Samstarf starfsfólks leikskóla og foreldra þarf að byggjast á gagnkvæmum skilningi og virðingu fyrir viðhorfum og þekkingu hverra annarra.

Mikilvægt er að á milli þessara aðila ríki traust, þeir geti deilt sjónarmiðum sínum og tekið sameiginlegar ákvarðanir er varða einstök börn.

## *Aðalnámskrá leikskóla (2011, 11)*

## Viðmið

- Skólinn hefur heildræna stefnu um markmið og leiðir til samvinnu við fjölskyldur leikskólabarna og stefnunni er lýst í námskrá leikskólans.
- Leikskólinn vinnur markvisst að því að virkt og öflugt samstarf við fjölskyldur barnanna byggist á gagnkvæmri virðingu, trausti, samábyrgð og öflugri upplýsingamiðlun.
- Við leikskólann er starfrækt foreldraráð samkvæmt lögum nr. 90/2008 og æskilegt er að við leikskólann starfi foreldrafélag með ákveðnu skipulagi eins og lýst er í *Handbók heimilis og skóla um samstarf foreldra og leikskóla*.

## Gátlisti

Í gátlistann á að skrá upphaflega stöðu eða grunnlínu hvers atriðis. Skólinn getur nýtt sér þetta til þess að meta hvar hann er staddur á viðkomandi sviði og getur í kjölfarið metið að hve miklu leyti þarf að setja ákveðin atriði í forgang. **Meta á forgang hvers atriðis miðað við yfirstandandi skólaár og er það gert á vefsvæðinu [www.heilsueflandi.is](http://www.heilsueflandi.is).**

### Staða:

- 1 = Ekki komið til framkvæmda
- 2 = Að litlu leyti komið til framkvæmda
- 3 = Að hluta komið til framkvæmda
- 4 = Að miklu leyti komið til framkvæmda
- 5 = Að fullu komið til framkvæmda

| Fjölskylda                                                                                                                                                                                                                            | Staða |   |   |   |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                                                                                       | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Leikskólinn er með sveigjanlegt skipulag í aðlögun sem kemur til móts við þarfir barna og fjölskyldna þeirra.                                                                                                                         |       |   |   |   |   |
| Stefnu um markmið og leiðir til samvinnu við fjölskyldu er lýst í skólanámskrá, foreldrahandbók eða með verklagsreglum og er t.d. aðgengilegt á vef leikskólans.                                                                      |       |   |   |   |   |
| Réttindi og skyldur foreldra eru skilgreind og þeim lýst t.d. í skólanámskrá, foreldrahandbók eða með verklagsreglum.                                                                                                                 |       |   |   |   |   |
| Foreldrar eru upplýstir um réttindi og skyldur sínar gagnvart leikskólagöngu barnsins.                                                                                                                                                |       |   |   |   |   |
| Stuðlað er að daglegum samskiptum við alla foreldra og leikskólinn er með vel skilgreindar leiðir til þess að upplýsa foreldra um daglegt starf og uppákomur í leikskólanum, t.d. með tölvupóstum, á vefsíðu og/eða upplýsingartöflu. |       |   |   |   |   |
| Foreldrar er hvattir til að taka þátt í starfi leikskólans og viðburðum eins og skólinn óskar eftir.                                                                                                                                  |       |   |   |   |   |
| Hlutverk leikskólastjóra, deildarstjóra og annarra stjórnenda er varðar samstarf við fjölskyldu eru skilgreind.                                                                                                                       |       |   |   |   |   |
| Í leikskólanum er starfandi foreldraráð.                                                                                                                                                                                              |       |   |   |   |   |
| Foreldraráð tengist heilsueflingarstarfinu, t.d. með því að yfirfara gátlista.                                                                                                                                                        |       |   |   |   |   |
| Stuðlað er að því að virkt foreldrafélag starfi við skólann.                                                                                                                                                                          |       |   |   |   |   |
| Foreldrum er kynnt verkefnið Heilsueflandi leikskóli.                                                                                                                                                                                 |       |   |   |   |   |
| Foreldrum eru veittar upplýsingar og fræðsla um heilsueflingu.                                                                                                                                                                        |       |   |   |   |   |
| Foreldrar eru þátttakendur í völdum verkefnum er tengjast heilsueflingarstarfinu.                                                                                                                                                     |       |   |   |   |   |

## Verkfærakistan

Lög um leikskóla – <http://www.althingi.is/altext/stjt/2008.090.html>

[Handbók heimilis og skóla um samstarf foreldra og leikskóla](#)

Umboðsmaður barna – <http://www.barn.is/adalsida/malaflokkar/leikskolinn/>

Barnasáttmálinn – <http://barnasattmalinn.is/>

# Nærsamfélag

Til þess að ná sem bestum árangri í heilsuefningu og forvörnum í leikskólastarfinu er mikilvægt að vera í samstarfi við lykilaðila í nærsamfélaginu.

Virkt samstarf milli skóla og annarra í nærsamfélaginu stuðlar að sameiginlegum skilningi á því sem er mikilvægt til heilsuefningar og velferðar, að lausnum helstu viðfangsefna og að leiðum til úrbóta og árangurs.

Til að átta sig á nærsamfélagi hvers skóla þarf fyrst að skoða hvaða stofnanir, fyrirtæki og félagasamtök eru í skólahverfinu og síðan hvort viðkomandi sé þegar tengdur skólastarfinu og þá hvernig. Kortlagning samstarfsaðila í nærsamfélaginu gefur yfirsýn yfir stöðuna og hugsanleg sóknarfæri til nánara samstarfs. Samstarfsaðilar geta t.d. verið söfn, menningarstofnanir, heilsugæsla, stoðþjónusta skóla, aðrir skólar, íþrótt- og tómstundafélög, íbúasamtök, hjúkrunar- og dvalarheimili og lögregla. Markmið samstarfsins er að samræma aðgerðir og móta sameiginlega sýn og stefnu um heilsuefningu. Hver leikskóli þarf að móta þetta samstarf og taka ákvarðanir um hvaða aðilar í nærsamfélagi þeirra skipta máli í því sambandi.



## Viðmið

- Virkt samstarf er á milli leikskóla og nærsamfélagsins.
- Samræmi er milli áherslu leikskólans og lykilaðila í samfélaginu um heilsuefningu.

## Gátlisti

Í gátlistann á að skrá upphaflega stöðu eða grunnlínu hvers atriðis. Skólinn getur nýtt sér þetta til þess að meta hvar hann er staddur á viðkomandi sviði og getur í kjölfarið metið að hve miklu leyti þarf að setja ákveðin atriði í forgang. **Meta á forgang hvers atriðis miðað við yfirstandandi skólaár og er það gert á vefsvæðinu [www.heilsueflandi.is](http://www.heilsueflandi.is).**

**Staða:**

- 1 = Ekki komið til framkvæmda
- 2 = Að litlu leyti komið til framkvæmda
- 3 = Að hluta komið til framkvæmda
- 4 = Að miklu leyti komið til framkvæmda
- 5 = Að fullu komið til framkvæmda

| Nærsamfélag                                                                                                                                       | Staða |   |   |   |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                   | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Leikskólinn hefur frumkvæði að myndun tengslanets með lykilaðilum í nærsamfélaginu í heilsueflingar- og forvarnarskyni og sér um að viðhalda því. |       |   |   |   |   |
| Leikskólinn nýtir sér þá aðstoð og aðstöðu sem í boði er í nærsamfélaginu til þess að efla heilsu og líðan barnanna.                              |       |   |   |   |   |

## Verkfærakistan

[Virgni í skólastarfi. Handbók um hreyfingu](#) – kafli 8, um samstarf skóla, íþróttafélaga og sveitarfélaga bls. 91–102).

[Íþróttafélög og íþróttamannvirki – Framboð á matvöru](#)

Bókasöfn eru oft með barnastarf.

Einnig má athuga hvort samfélagið sem leikskólinn er í sé hluti af Heilsueflandi samfélagi og tengjast því.

# Starfsfólk

Mikilvægt er að starfsfólki leikskólans líði vel við vinnu sína. Heilsuefling á vinnustöðum getur skilað góðum árangri í þeim efnum. Ef vel er staðið að heilsueflingu er hún líkleg til að skila ávinningi fyrir starfsfólk og skólann í heild. Með heilsueflingu starfsfólks stuðlar leikskólinn einnig að góðri ímynd og að litið sé á hann sem eftirsóknarverðan vinnustað.

Ávinningur starfsmanna getur meðal annars verið:

- Vellíðan og starfsánægja
- Bætt almenn heilsa
- Færri veikindadagar
- Meiri stöðugleiki í starfmannahaldi
- Aukið öryggi á vinnustað



Starfsgeta hvers og eins eflist við þetta og allt getur þetta stuðlað að lengri og ánægjulegri starfsævi.

Vinnuveitendur sem hlúa að heilsu starfsfólks hafa ekki aðeins jákvæð áhrif á starfsfólk og starfsumhverfið í heild heldur geta áhrifin einnig náð til fjölskyldna starfsfólksins og samfélagsins í heild. Atvinnurekanda ber lögum samkvæmt að gera áætlun um heilsuvernd sem byggist á áhættumati. Í þeirri áætlun eiga að koma fram aðgerðir til að draga úr atvinnutengdum sjúkdómum og slysum auk þess að stuðla að andlegri, líkamlegri og félagslegri velferð og vellíðan starfsmanna.

Til að mæta áherslum um heilbrigði þurfa allir sem í skólum starfa að skoða störf sín með hliðsjón af heilbrigði og vinna í sameiningu að skýrum markmiðum sem styðja jákvæðan skólabrag, bættan námsárangur og vellíðan. Þar gegnir starfsfólk skóla miklu hlutverki sem fyrirmyndir.

*Aðalnámskrá leikskóla (2.1.5, 2011)*

## Viðmið

- Í stefnu skólans er hugað að heilsu, vellíðan og góðu umhverfi og aðstöðu starfsfólks.

## Gátlisti

Í gátlistann á að skrá upphaflega stöðu eða grunnlínu hvers atriðis. Skólinn getur nýtt sér þetta til þess að meta hvar hann er staddur á viðkomandi sviði og getur í kjölfarið metið að hve miklu leyti þarf að setja ákveðin atriði í forgang. **Meta á forgang hvers atriðis miðað við yfirstandandi skólaár og er það gert á vefsvæðinu [www.heilsueflandi.is](http://www.heilsueflandi.is).**

### Staða:

- 1 = Ekki komið til framkvæmda
- 2 = Að litlu leyti komið til framkvæmda
- 3 = Að hluta komið til framkvæmda
- 4 = Að miklu leyti komið til framkvæmda
- 5 = Að fullu komið til framkvæmda

| Starfsfólk                                                                                                       | Staða |   |   |   |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                  | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Yfirmaður sér til þess að áhættumat* fari fram reglulega. Leiðbeiningar um það má finna á vef Vinnueftirlitsins. |       |   |   |   |   |
| Gerð er áætlun um heilsueflingu, vinnuvernd og úrbætur (í formi heilsustefnu) sem byggir á áhættumati.           |       |   |   |   |   |
| Reglulega er gerð könnun á líðan starfsfólks og brugðist við ábendingum þeirra. Þetta er hluti af áhættumati.    |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk er hvatt til að vera börnunum góð fyrirmynd í leik og starfi.                                         |       |   |   |   |   |
| Lögð er áhersla á jákvæð samskipti á vinnustaðnum.                                                               |       |   |   |   |   |
| Boðleiðir eru skýrar og upplýsingaflæði gott.                                                                    |       |   |   |   |   |
| Farið er eftir reglugerð um skólahúsnæði og aðbúnað starfsfólks.                                                 |       |   |   |   |   |
| Boðið er upp á ráðleggingar í sambandi við líkamsbeitingu í daglegu starfi.                                      |       |   |   |   |   |
| Starfsfólki gefst kostur á fræðslu um heilbrigða lífnaðarhætti, s.s. um hreyfingu, næringu og geðrækt.           |       |   |   |   |   |
| Í leikskólanum er starfsfólk hvatt til að ganga eða hjóla í og úr vinnu.                                         |       |   |   |   |   |

| Starfsfólk                                                                                                                                                                                     | Staða |   |   |   |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|
|                                                                                                                                                                                                | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Starfsfólk er hvatt til hreyfingar, t.d. með sveigjanleika, sturtuaðstöðu eða æfingahópum.                                                                                                     |       |   |   |   |   |
| Starfsfólk leikskólans notar ekki tóbak á vinnutíma, fær stuðning og er hvatt til að hætta að nota tóbak.                                                                                      |       |   |   |   |   |
| Mótuð er stefna um áfengismál, bæði innan og utan vinnustaðarins, t.d. varðandi mörk um áfengisneyslu og -gjafir, sjá nánar í bæklingi um <i>Ráðleggingar um heilsuefningu á vinnustöðum</i> . |       |   |   |   |   |
| Starfsfólki stendur til boða heilsusamlegur matur í samræmi við opinberar ráðleggingar.                                                                                                        |       |   |   |   |   |
| Reglulega er boðið upp á fræðslu um einkenni og afleiðingar streitu og ráð til úrbóta.                                                                                                         |       |   |   |   |   |
| Eineltis- og jafnréttisáætlun fyrir starfsfólk er til í leikskólanum og unnið er eftir henni.                                                                                                  |       |   |   |   |   |
| Skólastjórnendur hafa starfsmannasamtal a.m.k. einu sinni á ári þar sem starfsfólki gefst m.a. tækifæri á að ræða líðan sína og möguleika til starfsþróunar.                                   |       |   |   |   |   |
| Áætlun er til um móttöku og þjálfun nýs starfsfólks.                                                                                                                                           |       |   |   |   |   |
| Starfslýsingar eru til og skýrir verkferlar sem eru reglulega uppfærðir.                                                                                                                       |       |   |   |   |   |
| Þess er gætt að starfsfólk fái þann undirbúningstíma sem þeir eiga rétt á.                                                                                                                     |       |   |   |   |   |
| Trúnaðarmenn upplýsa starfsfólk um réttindi í stéttarfélögum, bæði hvað varðar endurmenntun og ýmsa styrki, t.d. vegna líkamsræktar og meðferðar á líkama og sál.                              |       |   |   |   |   |
| Sérstakur stuðningur er fyrir starfsfólk sem snýr aftur til starfa eftir langtíma veikindi.                                                                                                    |       |   |   |   |   |
| Fræðsla um barnavernd er hluti af símenntun leikskólans.                                                                                                                                       |       |   |   |   |   |
| Verklagsreglur eru til um hvernig bregðast beri við grun um ofbeldi gegn barni.                                                                                                                |       |   |   |   |   |
| Umsækjendur um starf samþykkja að leitað sé upplýsinga um refsidóma vegna brota á ákvæðum XXII. kafla almennra hegningarlaga (sem fjalla um kynferðisbrot).                                    |       |   |   |   |   |

# Verkfærakistan

## Meðal efnis á vef Embættis landlæknis:

Heilsuefling á vinnustöðum

[http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11123/Heilsuefling\\_a\\_vinnustodum\\_NM30398r\\_lores.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11123/Heilsuefling_a_vinnustodum_NM30398r_lores.pdf)

Ráðleggingar um hreyfingu

[http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11179/NM30399\\_hreyfiradleggingar\\_baeklingur\\_lores\\_net.pdf](http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11179/NM30399_hreyfiradleggingar_baeklingur_lores_net.pdf)

Ráðleggingar um mataræði og næringarefni

<http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item11479/version11/mataraedi-lowres.pdf>

Stefnur Embættis landlæknis í mannauðs- og heilsumálum: <http://www.landlaeknir.is/um-embattid/stefnur/>

## Meðal efnis á vef Vinnueftirlitsins:

\*Leiðbeiningar við gerð áhættumats: <http://www.vinnueftirlit.is/vinnuvernd/ahaettumat/>

Vinnuumhverfisvísar: <http://www.vinnueftirlit.is/vinnuvernd/ahaettumat/vinnuumhverfisvisar/>

Norrænn spurningarlisti um sálfélagslegt vinnuumhverfi:

<http://www.vinnueftirlit.is/vinnuvernd/adbunadur/felagslegri-thaettir/p://www.vinnueftirlit.is/vinnuvernd/oryggi/ahaettumat/hjalpargogn-vid-ahaettumat/>

## Annað efni:

Reglugerð um starfsumhverfi leikskóla: <http://stjornartidindi.is/Advert.aspx?ID=ba75ec24-e04f-4e16-8901-ea5954d63147>

Vinnuvernd á vinnustöðum, reglugerð nr. 920/2006:

<http://www.reglugerd.is/interpro/dkm/WebGuard.nsf/key2/920-2006>

Vinnuverndarlögin nr. 46/1980 um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum:

<http://www.althingi.is/lagas/nuna/1980046.html>

Lífshlaupið: <http://lifshlaupid.is/>

Hjólað í vinnuna: <http://hjoladivinnuna.is/>

Barnaverndarlög, sjá grein 17 um tilkynningarskyldu og grein 36 um upplýsingar úr sakaskrá:

<http://www.althingi.is/altxt/stjt/2002.080.html>

Reyklausir vinnustaðir, leiðbeiningar frá Vinnuverndarstofnun Evrópu:

<https://osha.europa.eu/is/publications/articles/smoke-free-workplaces-advice-for-employers-to-create-a-healthy-working-environment>

# **Starfsáætlun 2018 – 2019**

## **Seljakot**

### **Umsögn foreldraráðs**

#### **Foreldraráð leikskólans skipa:**

**Elsa Þórdís Snorradóttir**  
**Heiða María Angantýsdóttir**  
**Hildur Rut Sigurbjartsdóttir**

## Um starfsáætlanir leikskóla

Samkvæmt lögum um leikskóla nr. 90/2008 vinna leikskólar eftir aðalnámskrá fyrir leikskóla. Samkvæmt henni vinnur hver og einn leikskóli upp sína skólanámskrá þar sem fram kemur á hvern hátt leikskólinn uppfyllir þau viðmið sem þar eru sett fram.

Leikskólar gera starfsáætlun þar sem fjallað er um árlega starfsemi leikskólans, birt skóladagatal og ýmsar aðrar hagnýtar upplýsingar um skólahald hvers leikskóla. Áætlunin þarf að fá umsögn foreldraráðs áður en skóla- og frístundaráð tekur hana til afgreiðslu samkvæmt lögum um leikskóla.

Tilgangur starfsáætlunar er að gera skólaþróun leikskólans markvissa með árangursmiðuðum markmiðum og umbótamiðuðu innra mati. Hún á að sýna starfsfólki, foreldrum og rekstraraðilum hvernig starf leikskólans gekk á síðasta leikskólaári og hvernig unnið verði að umbótum og nýjum verkefnum á því næsta.

Í starfsáætlun leikskólans skulu koma fram:

- Matsaðferðir leikskólans og umbótamiðuð áætlun sem unnin er út frá niðurstöðum innra og ytra mats.
- Áherslur í leikskólastarfinu sem ætlunin er að vinna að, markmið, leiðir að markmiðunum áætlun um hvernig þau verða metin.
- Áherslur í starfsáætlun skóla- og frístundasviðs sem leikskólinn vinnur að.
- Starfþróunaráætlun leikskólans og upplýsingar um starfsmannamál.
- Heildarfjöldi barna, og fjöldi barna sem njóta sérkennslu og barna af erlendum uppruna.
- Foreldraráð, foreldrafélag, foreldrafundir og foreldraviðtöl.
- Umsögn foreldraráðs.
- Skóladagatal fyrir árið.

Starfsáætlun leikskólans tekur gildi 1. september ár hvert og skal skilað rafrænt til skóla- og frístundasviðs fyrir 1. júlí. Starfsáætlanir eru lagðar fyrir skóla og frístundaráðs til samþykktar.

### Mat á leikskólastarfi

Tilgangur innra mats er að leggja faglegan grundvöll að endurbótum í leikskólastarfi og vinna kerfisbundið að því að auka gæði þess og gera það skilvirkara.

Markmið innra mats samkvæmt lögum um leikskóla er að:

- Veita upplýsingar um skólastarf, árangur þess og þróun til fræðslufyrirvalda, starfsfólks leikskóla, viðtökuskóla og foreldra.
- Tryggja að starfsemi leikskóla sé í samræmi við ákvæði laga, reglugerða og aðalnámskrár leikskóla.
- Auka gæði náms og leikskólastarfs og stuðla að umbótum.
- Tryggja að réttindi barna séu virt og að þau fái þá þjónustu sem þau eiga rétt á samkvæmt lögum.

Skólanámskrá leikskólans er skrifleg lýsing á því sem gert er í leikskólanum og á því sem á að gera. Þar koma fram bæði markmið og leiðir leikskólans. Skólanámskrá leikskólans setur því viðmið fyrir matið.

Tilgangur ytra mats er að safna upplýsingum um viðhorf foreldra leikskólabarna og starfsmanna til að nota við innra mat leikskólans. Að auki er það liður í ytra mati skóla- og frístundasviðs og/eða Mennta- og menningarmálaráðuneytis.

### **Hlutverk foreldraráðs**

Samkvæmt 11.gr. laga um leikskóla frá 2008 er hlutverk foreldraráðs að gefa umsagnir til leikskóla og nefndar, sbr. 2. mgr. 4. gr., um skólanámskrá og aðrar áætlanir sem varða starfsemi leikskólans. Þá skal ráðið fylgjast með framkvæmd skólanámskrár og annarra áætlana innan leikskólans og kynningu þeirra fyrir foreldrum. Foreldraráð hefur umsagnarrétt um allar meiri háttar breytingar á leikskólastarfi.

### **Umsögn foreldraráðs:**

Foreldraráð Seljakots hefur lokið við yfirlestur starfsáætlunar Seljakots og gefur eftirfarandi umsögn:

Skólanámsskrá Seljakots fyrir starfsárið 2018-2019 er mjög greinargóð og endurspeglar starf leikskólans vel. Það kemur vel út að láta deildarstjóra og sérkennslustjóra skrifa greinargerð og segja frá starfinu á deildum, mjög áhugavert að lesa. Einnig eru töflur skýrar og auðlesanlegar.

Við viljum byrja á að minnaat á það hversu ánægðar við erum með leikskólann, það flotta starf sem þar er unnið og það metnaðarfulla starfsfólk sem þar vinnur. Starfsandinn er einstaklega góður.

Við teljum mjög jákvætt að starfsfólk ætli sér ekki of mikið og gefi sér góðan tíma í innleiðingu á þeim nýjungum sem teknar eru inn í starfið. Ánægjulegt að sjá hversu farsælega slíkar innleiðingar hafa gengið og séu nú orðnar fastar í sessi, eins og t.d. matstofan og flæðið.

Okkur þykir einstaklega ánægjulegt Reykjavíkurborg hafi ákveðið að hætta við sameiningu leikskólans við Seljaborg og leggja frekar áherslu á að hlúa að starfsfólkinu og starfsumhverfi þess. Einnig gleðjumst við mikið yfir stækkun leikskólans og því að starfsfólk fái loksins viðunandi vinnuaðstöðu og börnin meira rými.

Okkur finnst mjög jákvætt að farið sé að skipta börnunum í minni hópa, oftast yfir daginn. Eins erum við mjög ánægðar með samtarf leikskólans við ÍR og íþróttir elstu barnanna, vonandi að það sé komið til að vera.

Vinnan í kringum Orðaspjallið er góð og skemmtileg og mjög mikilvægt að unnið sé áfram markvisst að því að efla málproska barnanna.

Við teljum að upplýsingaflæði um daglegt starf barnanna mætti vera meira, t.d. með vikulegum tölvupóstum eða fréttum á facebook síðu hvernar deildar. Þar væri hægt að segja meira frá hópastarfinu og flæðinu, hvaða þema er í gangi og hvernig unnið er með það. Eins væri gaman að vita hvaða lög er verið að leggja áherslu á og syngja og hvaða orð er verið að taka út í Orðaspjallinu, þannig er hægt að spjalla um þau heima líka svo yfirfærslan verði meiri. Eins er hægt að nýta upplýsingatöflur á deildum betur til að segja frá daglega starfinu, þ.e. hvað börnin eru að gera yfir daginn eins og útivera, samvera o.fl.

Umræða kom upp um það hvort foreldraviðtöl ættu að vera tvisvar á ári, að hausti og vori. Við teljum að það væri gott að bjóða líka upp á viðtöl í október, sérstaklega fyrir foreldra barna sem

eru að skipta um deild. Eins finnst okkur góð hugmynd að breyta fyrirkomulaginu á foreldrafundinum sem haldinn er árlega og í stað þess að hafa einn stóran fund fyrir alla foreldra að hafa fund fyrir hverja og eina deild.

Foreldraráð Seljakots,  
Elsa Þórdís Snorradóttir  
Heiða María Angantýsdóttir  
Hildur Rut Sigurbjartsdóttir