

Skólaárið 2022-2023

# Ársskýrsla

Sviðstjóri íþróttar og heilsuefningar

Leikskólinn Gláðheimar Bolungarvík



Karitas S Ingimarsdóttir

LEIKSKÓLINN GLÁÐHEIMAR JÚNÍ 2023

## Gil

Á Gili veturinn 2022-2023 voru 15 börn á aldrinum 1-2 ára. Þau fengu samkvæmt stundatöflu sviðstjóra íþróttta einn skipulagðan íþróttatíma í viku. Þó meirihluti nemandanna hafi verið undir þeim aldri sem YAP miðast við þá var prógrammið samt sem áður til hliðsjónar í kennslu nemandanna á Gili.



Áherslupættir vetursins voru; hlaup, hreyfingar (aftur á bak og áfram, hliðarskref) og stefnubreytingar. Afstöðuhugtökin yfir, undir, í gegnum (t.d. ormagöng). Ýmsar jafnvægisæfingar með og án grjónapoka. Grjónapokaæfingar, samhæfing augna og útlíma. Fyrirmælaæfingar. Ýmsir bolta- og blöðruleikir auk þess að kynna fyrir nemendum grunnatriði í bandí.

Annar til þriðji hver tími var uppsettur sem þrautabraut. Þrautabraut hentar vel til kennslu og þjálfunar smárra verkefna hvert á eftir öðru auk þess að leyfa tímanum að flæða vel. Til að byrja með voru þrautabrautir settar upp og unnar þannig að nemendum var veitt meira frelsi og kennari fór með einu og einu barni í gegnum braut markvisst þar til nemendur fóru sjálfir að leitast í að fara þrautabrautina markvisst en ekki tilviljunarkennt. Kröfurnar á að fylgja ákveðinni leið í gegnum brautina voru svo auknar eftir því sem á veturinn leið.



## Grundir

Á Grundum veturinn 2022- 2023 var 21 barn á aldrinum 2-3 ára. Íþróttatímarnir voru miðaðir að YAP prógrammi þó hverjum tíma í prógrammi hafi ekki verið fylgt að fullu heldur aðlagður að þeim tíma sem hver hópur hafði auk þroska og getu. Nemendur Grunda fengu allir tvo fasta tíma í viku í skipulögðum íþróttum undir handleiðslu sviðstjóra íþróttanna í svokölluðum skiptihópum en þá var nemendum deildarinnar skipt í hópa sem fóru á milli kennara í íþróttir, málörvun og fín hreyfingar.

Kennsluskipulag vetrarins skiptist eftirfarandi; Grunnfærni hreyfinga; ganga og hlaup, jafnvægi og hopp, rekja/stjórna boltum og grípa, kasthreyfingar, slá (t.d bolta með kylfum) og spörk.

Jafnt og þétt urðu mánudagar þrautabrautadagar þar sem sviðstjóri hafði meira svigrúm til undirbúnings á sal þá daga. Allir tímar höfðu sama upphaf og endi svo ákveðin rúttína var í hverjum tíma sem skapaði öryggi hjá nemendum.



## Grásteinn

Á Grásteini veturinn 2022-2023 voru 23 börn á aldrinum 4-6 ára. Allir nemendur fengu þrjá skipulagða íþróttatíma í viku í skipti hópa fyrirkomulagi. Íþróttatímar voru uppsettir eftir YAP prógrammi. Samkvæmt upphaflegu plani áttu nemendur á Grásteini að fá íþróttatíma mánudaga, þriðjudaga og fimmtudaga. Sökum þess hve seint og illa gekk að fullmanna deild með starfsfólki að hausti og því dróst á langinn að koma rútínunni á rétt ról þannig að hægt væri að fylgja upphaflegu plani. Þegar vel var liðið á október var deildin orðin fullmönnuð svo hægt var að koma skipulögðu plani nokkurn veginn á koppinn.

Líkt og fyrri ár var YAP prógrammi ekki fylgt staf fyrir staf heldur var prógrammið rauði þráðurinn í gegnum íþróttaskipulag.



## Sundlotur útskriftarárgangs

**Lota 1** ; nóvember 2022: Samtals 6 skipti.

**Áherslur;** fyrst og fremst öryggi í vatninu og á sundstað. Farið yfir sápuþvott í sturtuklefa og umgengni í sundlauginni sjálfri. Ofan í lauginni var lögð mikil áhersla á að börnin gætu klifrað sjálf upp á bakkann, ekki bara farið upp og niður stigana svo þau gætu bjargað sér ef þau dyttu ofan í laugina og kæmst ekki að stiganum. Æfingar í klifri uppá gengu vel og þurfti að sannfæra nokkra um ágæti þess að nýta sér þennan möguleika frekar en stigann. Auk þess að æfa klifur á bakka var farið í fráblástur í vatn þegar munn og nef færu ofan í og náðist að fjarlægja margar hendur af nefum þegar hoppað var ofan í.

*Getumunur barnanna var ekki stórvægilegur en þó nokkrir á misjöfnum stöðum.*

- **Lota 2:** Mars 2023: Samtals 6 skipti

**Áherslur:** Köfun og fráblástur í vatn. Örlítil upprifjun frá lotu eitt í fyrsta tíma lotu tvö en staða barna milli lota reyndist það góð að strax var hægt að byggja ofan á það sem áður hafði verið gert og einbeita sér að markmiði lotunnar sem var köfun og fráblástur. Notast var við sundleiki ( stórfiskaleik, klukk og frels, fjársjóðsleit) við kennslu og þjálfun.

*Barnahópurinn er heilt yfir mjög flottur með tilliti til getu og þeirra krafa sem gerðar voru. Ekki er stórvægilegur munur á milli barnanna og lofa allir mjög góðu.*



- **Lota 3:** Maí 2023 Samtals: 6 skipti.

**Áherslur:** Köfun, fráblástur, fótatök, lega í vatni. Þriðja lota einkenndist af verkefnum og leikjum sem fólu í sér köfun. Sjóræningjaleikur þar sem sjóræningjar köfuðu eftir og söfnuðu fjársjóð. Mestu áherslur voru á köfunin og fráblástur í vatnið auk þess að æfa fótatök, meira og minna með froskalappir. Örlítið var prófað að synda á baki og þá helst horft til þess að börnin væru orðin það örugg í vatni að þau treystu sér í að liggja og synda á bakinu. Sundflár voru notaðar til aðstoðar við baksund auk froskalappa.

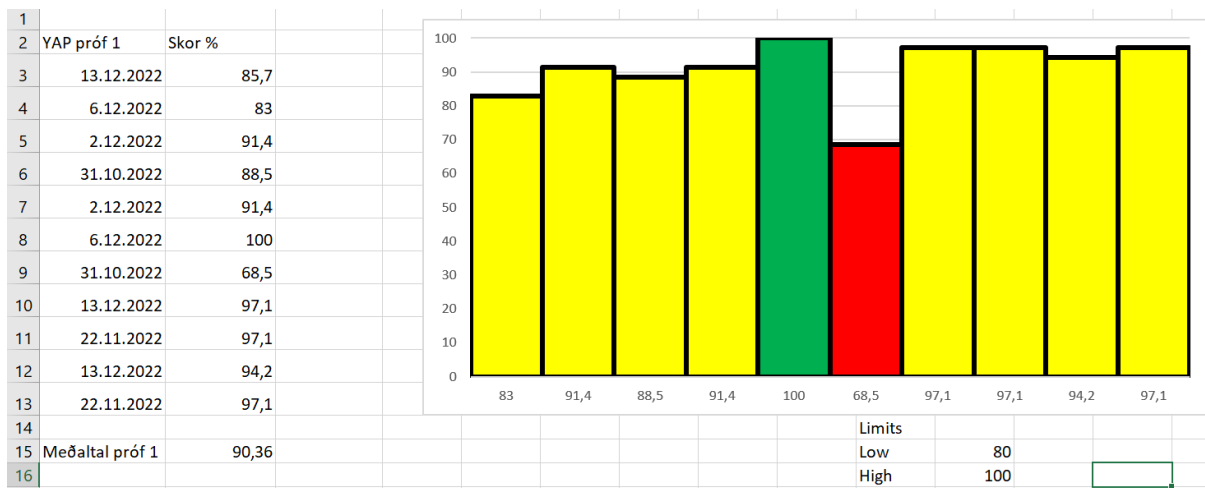
*Allir nemendur sem útskriftast úr leikskólanum Glæðheimum vorið 2023 höfðu náð grunnfærni í vatnsaðlögun og öryggi í vatni sem fyrst og fremst voru markmið með sundlotum leikskólans.*

## **YAP hópaþjálfun og sérkennsla**

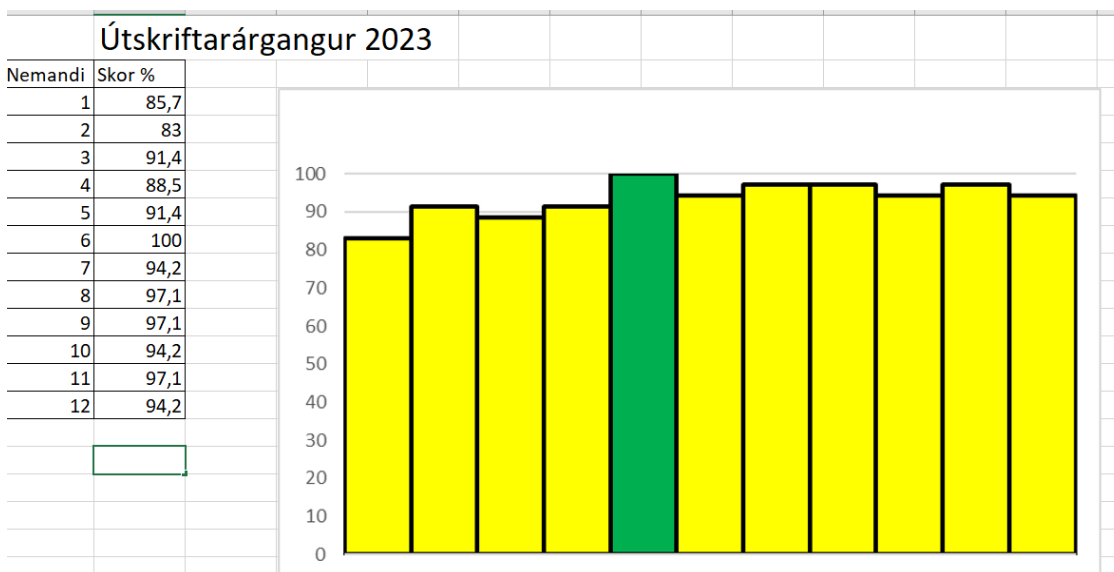
YAP hópaþjálfun sem komið var á laggirnar veturinn 2020-2021 hélt sínum stað í plani sviðstjóra íþróttar og heilsueflingar. Eftir mat á þörf fyrir þjálfun breyttust áherslur meira úr hópum í einstaklingsþjálfun og voru veturinn 2022-2023 einungis í formi einstaklingsþjálfunar. Ástæða þessa breytinga var fyrst og fremst þarfir nemendanna sem sérkennslustjóri taldi þurfa á þessum tímum að halda og var þeim þörfum mætt með þessum hætti. Skipulag tíma var í höndum sviðstjóra með aðstoð og leiðsögn frá sérkennslustjóra og sérkennsluráðgjafa Ásgarðs. Unnið var oftast með fyrirkomulagið að flétta verkefni frá sérkennslustjóra inni þrautabrautir og ýmsar líkams hreyfingar.

## YAP hreyfiproskapróf

Hreyfiproskapróf voru framkvæmd að hausti 2022. Sem fyrr var áhersla á að ná að prófa allann útskriftarárganginn og náðist að klára það í desember 2022. Skrifast það líkt og fleira á mönnunarvanda hve lengi dróst að klára hreyfiproskapróf. Niðurstöður hreyfiproskaprófsins voru mjög góðar. Við upptöku þessa prófs setti skólinn sér það markmið að reyna að skila sem flestum nemendum skólans frá sér á næsta skólastig með að minnsta kosti 80% færni niðurstöðu úr seinna YAP prófi. Við lok fyrra prófs útskriftarárgangs 2023 höfðu allir nema 1 nemendur náð þeirri færni. Í seinna prófi vor 2023 höfðu allir útskrifarnemendur náð þeirri færni.



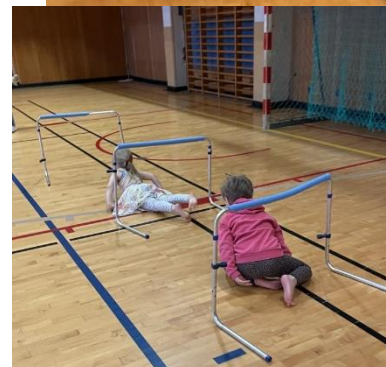
Myndin sýnir niðurstöður úr YAP hreyfiproskaprófum haust 2022



Myndin sýnir niðurstöður úr YAP hreyfiproskaprófum vor 2023

## Uppbrotisdagar í umsjá sviðstjóra íþróttar og heilsueflingar

Hluti af verkefnum sviðstjóra íþróttar og heilsueflingar er umsjón íþróttadaga sem boðið er upp á einu sinni á haust- og einu sinni á vorönn. Þá fær leikskólinn stóra salinn í íþróttahúsinu til afnota og sett er upp stór þrautabraut í bland við kynningu á öðrum greinum. Þessir dagar vekja mikla lukku hjá nemendum og mikil upplifun að kynnst stóra íþróttahúsinu. Slíkir dagar eru einnig grunnur að færslu milli skólastiga þar sem nemendur leikskólans kynnst húsakynnum íþróttahúss og áhöldum þess.





## Heilsuefling starfsfólks

Heilsuefling starfsfólks er hluti af ferli til heilsueflandi leikskóla. Eins og fyrri ár voru starfsmenn leikskólans virkir þátttakendur í vinnustaðakeppninni „Lífshlaupið“. Minni þátttaka var þetta árið eftir yfirburðar þátttöku og virkni árið áður eða 62% þátttökulutfall 2023 sem var 91% árið áður. Samt sem áður var vinnustaðurinn í 49.sæti (af 622) í flokknum 10-29 starfsmenn.

Heilsupóstar sem byrjað var að senda starfsmönnum í janúar 2022 héldu áfram út árið. Ekki var framhald á þeim póstsendingum árið 2023. Það þýðir þó ekki að heilsuefling starfsfólks hafi ekki haldið áfram en í haust 2023 er stefnt að námsferð starfsfólks þar sem yfirskrift ferðarinnar er heilsa og vellíðan starfsmanna.

## Samantekt

- Haustið einkenndist af manneklu og féllu margir íþróttatímar niður meðan sviðstjóri íþróttanna sinnti mannráðum í húsi í fjarveru setts skólastjóra sem var í húsi nokkra daga í einu en annars í fjarbúnaði meðan beðið var eftir nýjum leikskólastjóra í hús. Auk þess voru deildir ekki full mannaðar fyrr en seint að hausti miðað við oft áður. Þar af leiðandi var sviðstjóri oft í afleysingum hér og þar í stað íþróttakennslu.
- Mönnunar vandræði bitnaði á framkvæmd YAP hreyfiþroskaprófa sem ekki var hægt að byrja á fyrr en í nóvember en YAP prógrammið gerir ráð fyrir að búið sé að prófa nemendur áður en innlögn á 8 vikna kennsluáætlun hefst. Eins og fyrir ári síðan voru áherslur hreyfiþroskaprófa á útskriftarnemendur en síðan YAP prógram var innleitt hefur leikskólinn Glaðheimar sett sér það markmið að hreyfiþroskaprófa alla útskriftarnemendur og reyna að skila þeim á næsta skólastig með lágmark 80-90% heildarfærni úr YAP hreyfiþroskaprófi.
- Betri tímar tóku við með innkomu nýs skólastjóra og komst betri rúttína á en hafði verið.
- Á nýju ári 2023 var ákveðið að endurvekja morgunteygjur sviðstjóra og nemenda en þá morgna sem sviðstjóri var inni á deildum byrjaði morguninn á morgunteygjum eins og gert var veturinn 2020-2021. Meiri hluti barnanna voru virkir þátttakendur og höfðu gagn og gaman að.
- Í febrúar var leikskólanum færð gönguskíði að gjöf sem henta elsta barnahópnum. Sökum snjóleysis náðist þó því miður einungis að fara einu sinni á skíði áður en snjólausti en vonandi verður snjómagn hagstæðara næsta vetur með tilliti til skíðanotkunar.
- Eitthverjar breytingar eru væntanlegar á starfi sviðstjóra á næsta skólaári þar sem samþykkt hefur verið að stofna 5 ára deild í Grunnskólanum og færast því elstu börn leikskólans þangað og með sitt skipulag þar en ekki undir stjórn leikskóla.

*Karitas S. Ingimarsdóttir*

*Sviðstjóri íþróttanna og heilsuefningar*