



Информация для родителей

Сейчас мы сосредоточены на большее движение в школе!

В настоящее время в Швеции все больше и больше детей сидят большую часть дня – мы хотим это изменить.

Организация спортивного движения сотрудничает со школой для создания радости движения каждый день. Это поручение правительства, которым руководит Федерация спорта Швеции по всей стране.

Исследования показывают, что подвижные дети лучше учатся в школе. Движение позволяет детям:

- лучше учиться
- лучше концентрироваться
- улучшить рабочую память
- повысить уверенность в себе.

Было отмечено, что в школах, которые практикуют большую двигательную активность в течение школьного дня, бывает меньше хлопот, лучше благосостояние и учебное сообщество.

Поэтому мы будем действовать несколькими способами, чтобы дети могли в течение учебного дня больше двигаться.

Советы для вас как родителя/опекуна

Вы, как родители, можете помочь своему ребенку, объясняя, как важно больше двигаться каждый день. Несколько простых советов: например, можно подняться по лестнице вместо лифта, пройти в школу пешком или поехать на велосипеде или выйти с автобуса на одну автобусную остановку раньше. Вы можете побудить вашего ребенка заняться спортом или записаться в спортивную секцию. Почему бы вам не погулять с ребенком? Тогда вы сами ощутите хороший эффект от движения.

Не стесняйтесь спрашивать, есть ли в школе какие-нибудь новости, связанные с движением.

Мы хотим помочь нашим учащимся получить положительный опыт движения, развиваться в обществе и осмелиться бросить вызов самим себе. В долгосрочной перспективе мы хотим, чтобы ученики лучше себя чувствовали, преуспевали в школе и могли жить более активной жизнью!