

Bevægelse og sundhed som strategisk spor

Bevægelse er både et fysisk og et mentalt begreb. Den fysiske bevægelse kan medvirke til, at man i læringssituationen føler sig mere motiveret, og kan fjerne den akademiske træthed, der opstår, når elever og lærere på Rysensteen har koncentreret sig i en mental sammenhæng. Fysisk bevægelse er også en mulig ramme for en skærpet kreativitet og fællesskabsfølelse på tværs af formelle grupperinger. Fysisk bevægelse lægger i en strategisk sammenhæng op til et sundhedsideal, som kan udvides til også at handle om elementer som kost og miljø.

Den mentale bevægelse er mindst lige så vigtig for det læringsmiljø, som Rysensteen med sin vision ønsker at leve op til. Læring rummer som grundprincip bevægelse. En feedback-øvelse, hvor nye erkendelser kobles til allerede erhvervede og således skaber grundlag for ny viden. Som læringsorganisation er et af vores mål, at den enkelte elev bevæger sig så langt som overhovedet muligt i både sin intellektuelle og menneskelige udvikling gennem sit gymnasieforløb.

Sundhedsbegrebet forholder sig mere konkret til en ansvarlighed i forhold til krop og sjæl. Sund livsform handler om kost og adfærd. Med fokus på bevægelse og sundhed som strategisk spor prioriteres indsatser, der styrker den enkeltes og fællesskabets bevidsthed om og mulighed for at skabe og udføre bevægelser i en sund ramme.

Bevægelser og sundhed koblet til visionen

“Viden. Rysensteen er kreativ faglighed. Viden med globale ambitioner”.

“Bevægelse og sundhed” skal understøtte den kreative faglighed. Øget bevidsthed om “Hvad er viden om....?” kan skærpe alle elever og medarbejdere på Rysensteen gennem en dybere metodisk forståelse for, hvad erkendelse er, og hvad bevægelsen mod erkendelse er. Viden med globale ambitioner er væsentligt for sundhedsperspektivet – hvad der er sundt for os i DK har måske en slagside i et globalt perspektiv. Kreativitet kan også helt snævert ses som bevægelse. Måder at bevæge sig på både fysisk og mentalt. Bevægelse og sundhed skærper derved kreativt den faglighed, der er krumtappen for Rysensteen.

Læring

Vi **skaber** fremtiden i et engagerende læringsmiljø med mod til forandringer.

Vi stiller krav. Vi står på tæerne. Alle skal lære.

Bevægelse og sundhed skal styrke læringsmiljøet. Ved at etablere og prioritere rammer for undervisningen, som åbner mulighed for fysisk træning i undervisningstiden og med fokus på bevægelse også i løbet af modulerne, vil vi skærpe koncentration og velvære. Når vi stiller krav, skal det også være krav om at læringsmiljøet generelt lever op til en sundhedsstandard, hvor vi inddrager den viden om læringsmiljøer, der findes.

Demokrati

Elever, lærere og ledelse **former** hverdagen i et levende demokrati, der skærper ansvar og medindflydelse.

Bevægelse og sundhed er det mest konkrete af de tre strategiske visionsspor. Det får indflydelse på alle på Rysensteen Gymnasium, når vi prioriterer dette spor. Derfor er det essentielt, at alle

skolens parter involveres i de beslutninger, der træffes,- specielt i relation til den fysiske del. De adfærdsrammer, der besluttet, skal fremstilles åbent. Også konsekvenserne af valget. Valg af virkemidler har stor betydning for skolekulturen og dermed hverdagen for alle rystenstenerne.

Fællesskab

Vi **fastholder** det varme fællesskab, der bygger på tryghed, originalitet og rummelighed
– med plads til at forme sig selv sammen med andre
- i en intens atmosfære, der gør det spændende at lære.

Med "Bevægelse og sundhed" som strategisk spor sættes der rammer for flere og nye fællesskaber. Det lærende fællesskab vil blive styrket i den fysiske udfoldelse og gennem en øget bevidsthed om, hvordan man intellektuelt udvikler sig gennem sin gymnasietid. Hvilke erkendelsesbevægelser, der foregår. Fællesskabet styrkes også ved sammen at sætte fokus på et sundt og ansvarligt miljø – intensiteten i atmosfæren stiger.