

## KOST- OG BEVÆGELSESPOLITIK FOR BØRNEHAVEN ADELAIDE.

### Hvorfor er det et indsatsområde?

Det er meget vigtigt at få en ordentlig kost. Sunde og mætte børn er mere glade motiverede. Børn bevæger sig for lidt, derfor er det vigtigt at lære børnene at bruge deres krop.

### Tidsperspektiv

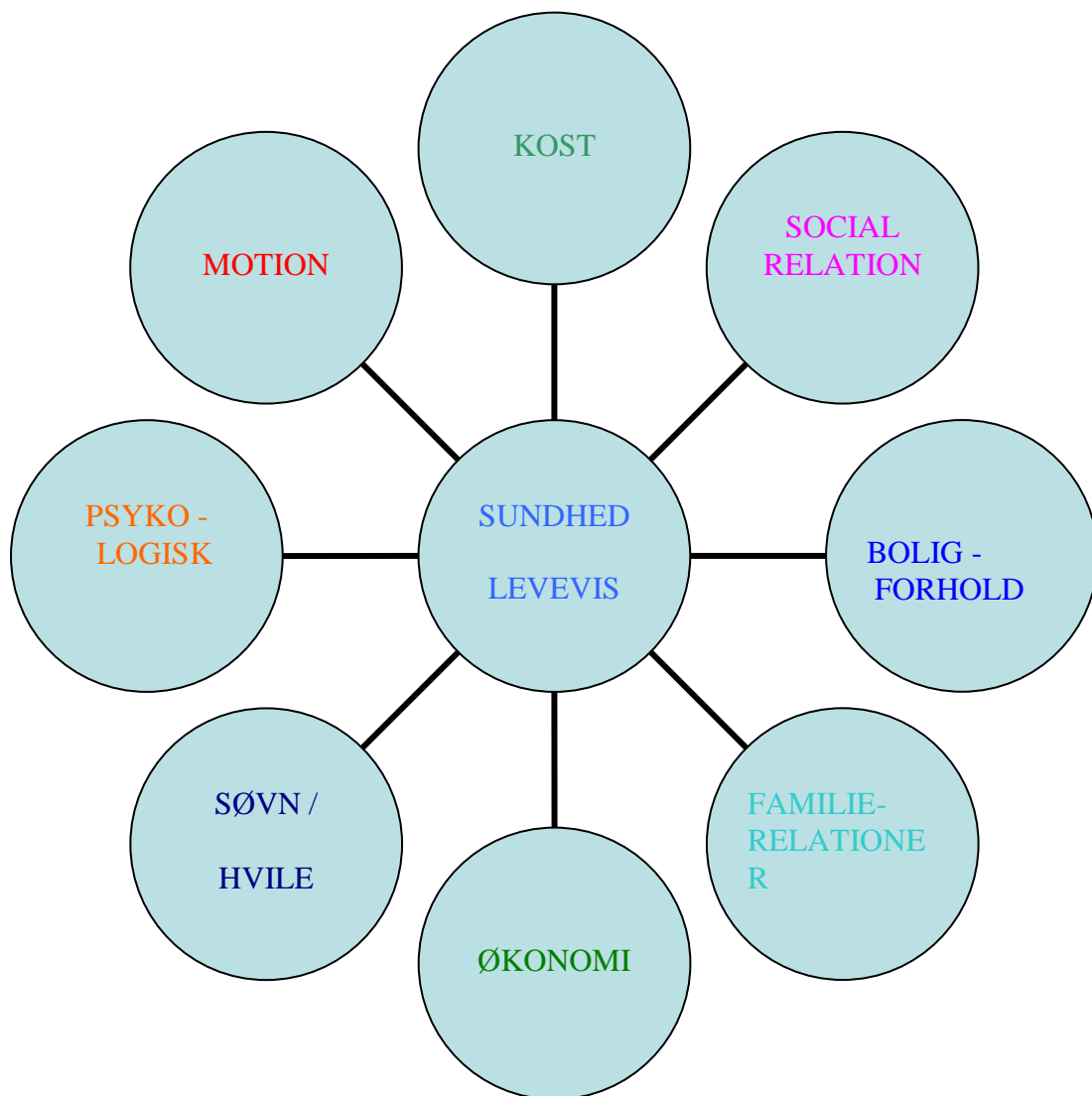
Vi vil køre videre efter denne politik og skal i forbindelse med en eventuel madordning formulere en mad og måltidspolitik

### Vision

Visionen er at børnene skal lære at spise forskellig sund mad, opleve at de bliver gladere og at det bliver nemmere at ”spise” når man ikke er kræsen. Børnene skal mærke glæden ved at bevæge sig, så det at motionere bliver en integreret del af deres hverdag. Det er dejligt at gå eller cykle i stedet for altid at blive kørt. De voksne / forældrene skal være inspirationskilde både med hensyn til kost og bevægelse.

Vi kører projektet : Motorikscreening af 4-årige.

<b>Mål</b>	<b>aktiviteter</b>	<b>indikator på succes</b>
At børnene får sund mad samt frugt formiddag og eftermiddag med brød	At købe økologisk	Glade og friske børn der er mere aktive .
At børnene bevæger sig mere.	At lave emner om kost og krop	
At børnene bliver bedre motorisk	At løbe motionsløb hver mandag om sommeren	Mindre sygdom.
	motorikscreening af 4 årige	
	Periodevis povernapping	
	At lege bevægelseslege	
	Spille fodbold med fodbold drenge	



**Alle disse forhold spiller ind i et menneskes liv**

## **Evaluering**

Vi evaluerer løbende på personalemøder.

Evaluering blandt forældre sker ved bestyrelsesmøder samt gennem brugerundersøgelser.

Næste brugerundersøgelse er i 2013?

**Ansvarlig for implementering.**

Ledelsen

## **Retningslinier omkring slik og kager:**

Vi spiser slik, når der er flag på bordet / ved fødselsdage  
Vi tager ikke slikposer med hjem i børnehaven.

### **Kaffe / te :**

Forældrene må meget gerne bage lækre boller og kager eller medbringe frugt, der er sat flot, sjovt op .

Ex. vandmelon med små spyd med frugt på.

### **Sommerfesten :**

Sommerfesten er en fest, hvor vi skal tjene nogle penge til forældreforeningen / børnene. Forældrene bager kager / boller , som vi sælger i vores bod.

Der er ikke slikpræmier i boderne.

### **Ferie :** minus is

### **Afslutning :**

Børnehaven holder en afslutningsfest for bjørnebanden. De fyres af med raketten på deres egne stuer. Der laves enten en dejlig sund frokost eller børnene har madpakker med. som spises på legepladsen, hvis vejret tillader det.

Hvis børnene gerne vil have noget med kunne bjørnebandebørnene, der går på samme stue, have noget med i fællesskab ex. en kage med frugt til.

### **Jul :**

Børnene får æbleskiver d. 1.12

### **Børnehaven:**

Ved specielle lejligheder giver børnehaven is.

Ex., ved "brandøvelse" eller når et barn er kommet galt af sted kan det trøste. Det kan også forekomme ved for sent hentede børn.