

## Principper for bevægelse på Krabbeshus

Bevægelse har dokumenteret positiv betydning for børn og unge med autisme og anden neurodivergens, idet fysisk aktivitet kan:

- understøtte regulering af nervesystemet
- mindske stress og uro
- øge opmærksomhed og koncentration
- skabe bedre forudsætninger for læring og social deltagelse

### På Krabbeshus er det vigtigt at:

#### 1. **Bevægelse er en integreret del af skoledagen**

Bevægelse indtænkes i hele skoledagen – i undervisning, pauser, overgange og praktiske aktiviteter – og ses ikke kun som et fag, men som et pædagogisk virkemiddel.

#### 2. **Bevægelse understøtter regulering, trivsel og læring**

Bevægelse bruges målrettet til at støtte elevernes evne til at regulere energi, følelser og opmærksomhed, så de får bedre forudsætninger for at deltage i læring og fællesskaber.

#### 3. **Bevægelse tilpasses elevernes forudsætninger**

Bevægelsesaktiviteter differentieres, så alle elever har mulighed for deltagelse, valg og variation uanset fysiske, kognitive eller sansemæssige forudsætninger. Der lægges vægt på trykthed, forudsigelighed og mulighed for succes.

#### 4. **Bevægelse og skærmbrug balanceres**

I forlængelse af rammerne for skærm tænkes bevægelse som et attraktivt alternativ og et bevidst modspil til skærmaktiviteter. Bevægelse kan bruges både før, under og efter skærbaserede læringsforløb for at understøtte fokus, regulering og bearbejdning.

#### 5. **Bevægelse styrker fællesskabet**

Bevægelse anvendes aktivt til at skabe og styrke positive fællesskaber. Fokus er på samarbejde, glæde og fælles oplevelser frem for præstation og konkurrence.

#### 6. **Medarbejderne tager fælles ansvar**

Alle medarbejdere har ansvar for at understøtte bevægelse i hverdagen inden for skolens pædagogiske tilgang og faglige rammer. Bevægelse indgår i den løbende dialog med elever og forældrene samt i planlægning, udførelse og refleksion over praksis.

#### 7. **Skolen skaber sammenhæng med fritidslivet**

Skolen arbejder aktivt på at bygge bro til foreninger og fritidstilbud, hvor bevægelse er et omdrejningspunkt.