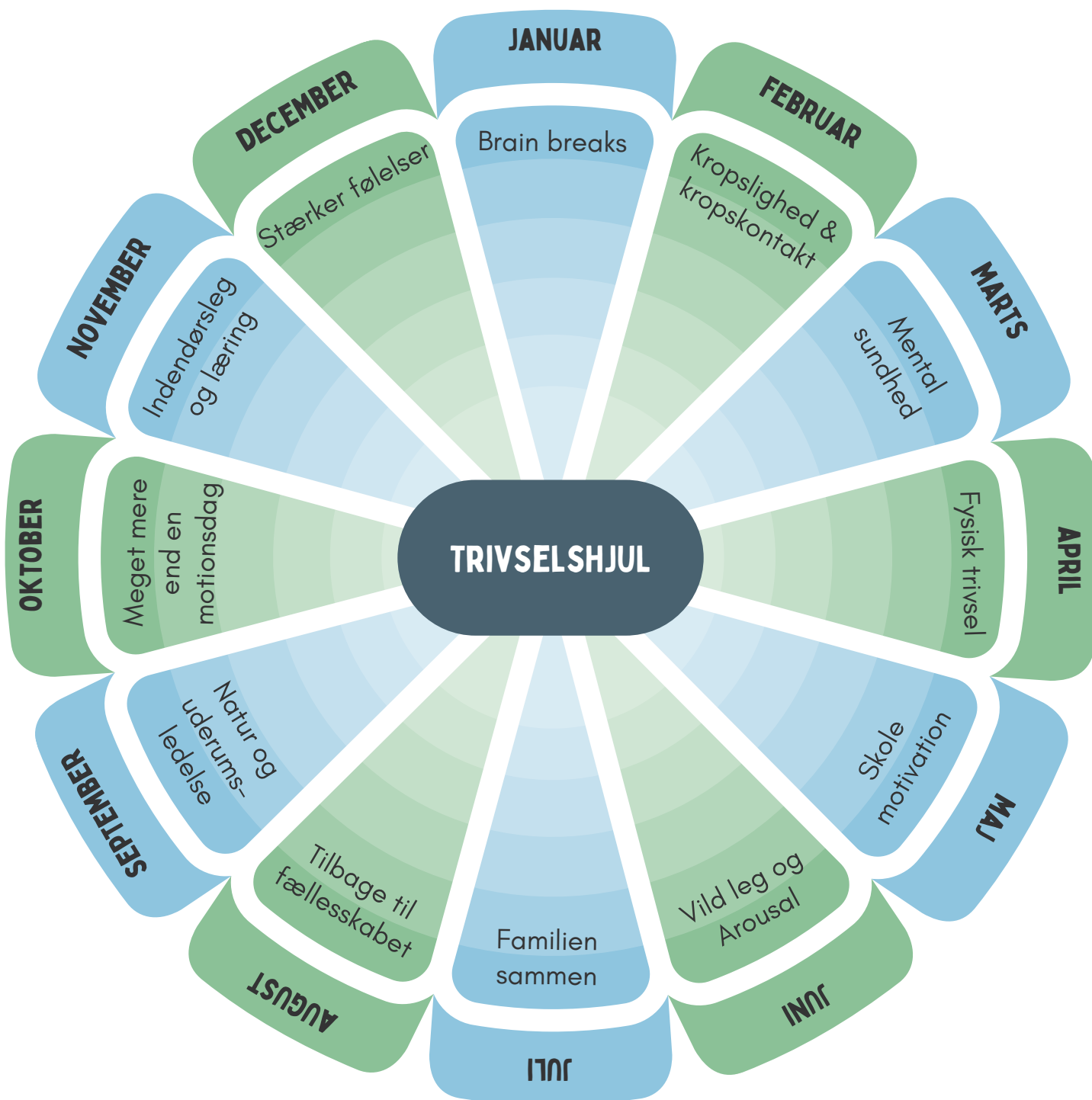


TRIVSELSHJUL

2026



*Temaer i hjulet, relaterer sig til udvikling af elevernes trivsel og læring gennem leg og bevægelse.



2026

TRIVSELSKALENDER

JANUAR

Brain breaks

Start det nye år, med at få en god rutine ind i hverdagen. Brug forskellige brain breaks, der styrker elevernes koncentration og læringspotentiale.

FEBRUAR

Kropslighed og kropskontakt

Skab forståelse omkring koblingen mellem krop og trivsel. Elever som kan være kropslige sammen, har stor samhørighed og åbenhed.

Uge Sex: 2-8/2

MARTS

Mental sundhed

Smil til verden, og den smiler til dig. Små handlinger i hverdagen, giver energi til dig og dem omkring dig. Oplev hvordan leg med andre, kan give den psykiske glæde et boost.

Skolernes Trivselsdag: 6/3
International lykkedag: 20/3

APRIL

Fysisk trivsel

Få viden og input til arbejdet med elevernes fysiske trivsel. Hvordan påvirker puls f.eks. vores læringsparathed og hvordan er det bedst af få pulsen højt op i skoledagen?

Verdens Sundhedsdag: 7/4
International Dansens dag: 29/4

MAJ

Skole motivation

Hvad udgør en god skole for eleverne? Skab glæde og motivation blandt eleverne, med en legende og aktiv tilgang. Vi giver inspiration til at arbejde alsidigt med skoleglæde og deltagelse.

Aktionsdag: 15/5

JUNI

Vild leg og arousal

Hvorfor bør vi lave vild leg, hvordan kan den få en plads i skoledagen og hvilken rolle spiller arousal for dette?

JULI

Familien sammen

En lang periode hvor eleverne ikke ses og meget af tiden er sammen med familien. Vi bidrager med gode ideer og inspiration til aktiviteter familierne kan lave sammen, for at styrke deres sociale bånd og trivsel.

AUGUST

Tilbage til fællesskabet

Det kan være svært at vende tilbage til skolen efter en dejlig og afslappende ferie. Med aktiviteter til at mødes igen, se hinanden an, skabe tryghed og tillid, kan elever og forældre få en solid start.

SEPTEMBER

Natur og uderumsledelse

Naturen er vidunderlig med mange fordele. Men hvilke og hvordan udnytter vi dem på en god måde? Få indblik i lege og gode overvejelser omkring uderummet og dets muligheder.

Naturens uge: 31/8-6/9

OKTOBER

Meget mere end en motionsdag

Gør denne måned til mere end bare en motionsdag, med fællesopvarmning og løbetur. Vis alsidigheden i motion og bevægelse. Skab lege- og bevægelsesglæde.

Danmarks Motionsuge/dag: uge 41
Skole OL indskoling: uge 43-48

NOVEMBER

Indendørsleg og læring

Få gode tips til aktiviteter og lege som kan bruges indendørs, give variation i undervisningen og sjove måder at lære på.

Verdenstimen: uge 47
Matematikens dag

DECEMBER

Stærke følelser

December kan være en fantastisk dejlig, men også svær og presset tid for nogle. I denne måned fokuserer vi på aktioner der kan give glæde og skabe nærvær.

Trivselsjulekalender: 1/12-24/12

