

SPÆLIBÓLKAR



FYRI
SÁLARLIGA
HEILSU

Ver virkin Ver saman Ver hugbundin

Góðu foreldur

Nú fara vit at royna spælibólkar í flokkinum.

Spælibólkarnir hava til endamáls at knýta bond millum børn, sum annars ikki spæla saman og kunnu harafturat vera við til at fyribyrsgja happing og læra børn at arbeiða saman.

Vit vóna, at tit fara at stuðla hesum átakinum, soleiðis at børnini kunnu fáa góðar upplivingar saman við øllum sínum floksfeløgum.

Á næstu síðu síggja tit, hvussu bólkarnir kunnu skipast, hvør bjóðar fyrst heim, og í hvørjari viku tit eiga tærn at hava spælibólk.

Um tað ikki passar hjá tykkum, ber til at býta um innanhýsis í bólkinum.

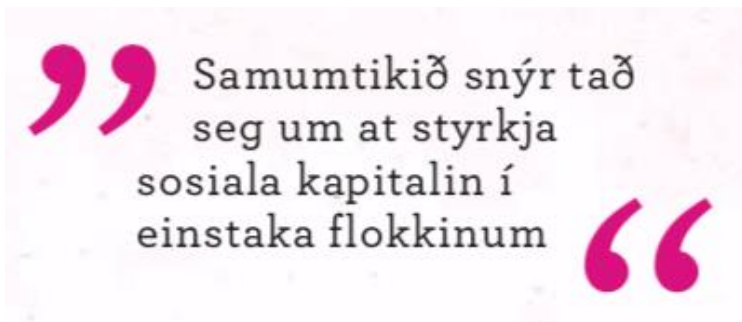
- + Um tað ikki liggur fyri at hava spælibólk, bið so onkran býta um við teg. Hugsa um, at tit gera hetta til frama fyri barn tykkara og fyri øll hini.
- + Bjóða inn og ger **ikki** nógv hóvasták.
- + Tit kunnu hava spøl til reiðar, men brúka tey bara, um tað er neyðugt. Lat tey annars sjálvi finna útav, hvat tey vilja spæla. Í spælibólkinum nýta vit **ikki** skíggjar.
- + (bæði https://snar.fo/uploads/tx_tcresources/kata.pdf og <https://skoleborn.dk/lege-der-bringer-sammen/> hava nógv hugskot til spæl).
- + Øll børnini nýtast ikki at spæla sama spæl, men ansa eftir at øll eru við.
- + Tit avgerða sjálvi, hvønn dag og nær á degnum tit hava spælibólkin. Spælibólkur er hóskandi at vara 2 tímar.
- + Gott at foreldur geva sær stundir til skjótan drekkamunn, við avheintan av barninum.

Við vón um at hetta fer at eydnast væl.

Flokstoymið

Spælibólkarnir

Tíðarskeið	Bólkur 1	Bólkur 2	Bólkur 3	Bólkur 4	Bólkur 5



4 - 7 næmingar eru í hvørjum spælibólki og bólkarnir hittast umleið eina ferð um mánaðin, alt eftir hvussu stórir hvør bólkur er.

Ætlanin er ikki, at spælibólkurin skal vera eitt stórt tiltak, har skipað verður fyri bowling, biografi, hestariðing o.ø. Heldur skal miðjast eftir, at næmingarnir uppliva ein vanligan dag heima hjá hvør øðrum við hugnaligari samveru.

Hvussu hetta verður gjørt er upp til hvørja einstøku familju - um næmingarnir verða við til døgurðan hjá familjuni, ella um tey hittast tíðliga og fara heim áðrenn døgurðatíð, og møguliga fáa ein drekkamunn.

Foreldrini at næmingunum samskifta um, nær best liggur fyri at hava bólkin.

Um ikki liggur fyri hjá einari familju at hava bólkin í eitt tíðar-skeið, er umráðandi, at hesi geva boðini víðari til tann næsta í røðini, so bólkurin ikki steðgar upp.

Flokslærararnir spyrja inn til spælibólkarnar við regluligum millumbili fyri at stuðla undir, at hetta ikki hendir.

Vegurin til góða sálarliga heilsu:

- Ver virkin
- Ver saman
- Ver hugbundin

Við at skipa fyri mennandi og uppbyggjandi átøkum,
verður eisini slóðað fyri einum góðum
barna- og ungdómslívi.

Spælibólkar er ein skipan, har skúlin hjálpir næmingum og foreldrum
at hittast í jøvnum millumbilum fyri at læra hvønn annan at kenna
heima hjá hvørjum øðrum.

Børnini og foreldrini hava kanska eina mynd av hvørjum øðrum, sum
í summum førum passa væl og í øðrum førum er heilt av leið.

Spælibólkar er eitt umhvørvið, har øll hava móguleika at blíva sædd
og hoyrd og koma til orðanna og er ein sera góður máti
at arbeiða við trivnaði.

Skilagott er at nýta hetta frá skúlabyrjan.

Fólkaheilsuráðið lýsir, eins og WHO og Sundhedsstyrelsen,
sálarliga heilsu á henda hátt:

*Sálarlig heilsa er ein støða av trivnaði, har tú sum menniskja
kanst menna og roynd tíni evni, handfara avbjóðingar og strongd
í gerandisdegnum, vera partur av jalgum sosialum sambondum
og megnar at geva íkast til felagsskapin.*



Skúli
Sosialir myndugleikar
Politi