

11.04.2016

Knarvikmila

Ungdomsløpet – ein viktig faktor i folkehelsearbeidet.

Knarvikmila har dei siste åra arrangert ungdomsløpet. Dette har etter kvart vorte viktig for elevane og skulane som ein del av eit større folkehelseiltak. Det er fleire aspekt som har vorten ein del av dette arrangementet, både trafikkopplæring for elevar på 10. trinn og miljøkurs for 8. og 9. trinn. Desse er viktige i totalarrangementet der elevane får opplæring i å ta vare på lokalmiljøet og korleis ein kan førebyggje ulykker i trafikken.

I hovudsak er løpet ein viktig motivasjonsfaktor for fysisk aktivitet for elevane. Forsking viser at befolkninga vert tyngre. 6. desember 2015 kunne vi lese i Aftenposten at ein 40 åring i dag er i snitt 5 kilo tyngre enn i 1985. Fysisk aktivitet er eit viktig tiltak for å motverke denne trenden samt at kvar enkelt får ein høgare livskvalitet om ein har ei god helse.

Ungdomsløpet til Knarvikmila er ein viktig bidragsytar for at ungdom tek med seg gode vanar for trening som dei kan nytte og ta med seg heile livet. For at ungdomen skal lukkast med dette i framtida må ei rekke tiltak koordinerast og dei må komme inn i gode rutinar og skape glede med trening og fysisk aktivitet. Arrangementet kan vera ein inngang for enkelte elevar som ikkje driv organisert aktivitet til å møte og å verte dradd inn i eit idrettsfellesskap som kan vera starten på ei aktiv fritid.

Arrangementet har ei god teknisk gjennomføring, aktivitetane er vel koordinert med stort læringsutbytte for elevane. At ein spelar på lag med viktige og solide organisasjonar som Politiet, NGIR og Trygg Trafikk gjev arrangementet tyngde. Den sosiale ramma der elevar møter kvarandre på tvers av skular og kommunar er med å førebur dei på overgangen til vidaregåande skule

Som rektor vil eg takke Knarvikmila for at ein gjer dette mogleg og tilgjengeleg for elevane. Eg håper arrangementet vert vidareført i mange år.

Helsing

Olaf M Hella

Rektor
Knarvik ungdomsskule