

## **SPORT EFTIS – MATTBY ISHALL**

### **MOTIONSINRIKTAD EFTIS, VAD ÄR DET?**

Sporteftis är motionsinriktat eftermiddagsvård för flickor och pojkar på årskurs ett och två. Barnen kommer direkt efter lektionens slut till eftis utrymmen som ligger vid Mattby ishall. På eftis har vi utevistelse, övervakad läsläsning, pyssel, spel, lek och vila. Vi äter också en hälsosam och mångsidig mellanmål.

Eftermiddagen innehåller också en lätt motionsstund dagligen. Där lär man sig spela olika bollspel, skrinna, friidrotta och leka olika motionslekar. Motionsstunden är inte ansträngande och barnen behöver inte ha tidigare erfarenhet av idrott. Motionen handlar inte om seriös tävling eller jämförelse mellan barnen, utan den utgår från barnen då det är roligt och sammanbyggande. På eftis har vi förutom idrott, också andra teman, varav de populäraste har varit pyssel, teckning, spela bordspel och bygga med lego. Dessutom kan barnen leka och röra på sig självständigt och övervakat på de områden som eftis har till sitt förfogande utomhus. Som ledare fungerar professionella barn- och idrottsledare samt unga och pålitliga ledare.

### **VAR?**

Sporteftis utrymmen ligger i ishallens övre våning. Själva eftisrummet heter Yläpesä och vi har också tillgång till ett eget omklädningsrum under eftermiddagen. Där spenderar barnen sin tid övervakat och med att följa de regler som är överenskommet. Motionen och utevistelsen sker aktivt på idrottsparken mångsidiga områden. Mattlidens skolas elever promenerar till eftis längs med gångvägen och över den nya bron vid rondellen och ledarna kommer att möta barnen vid bron då de promenerar från skolan till eftis.

### **NÄR?**

Motionsinriktad eftermiddagsverksamhet arrangeras alla skoldagar mellan kl. 12.00 - 17.00. Barnen hämtas / går hem själv senast kl. 17.00.

### **DAGSPROGRAM?**

- ca. 12-13.30 Läsläsning & lugn stund efter skoldagen
  - ca. 13-14 Hälsosam mellanmål, utevistelse
  - ca. 14-15 Gymnastik (spel och lek i rörelse, skrinning mm. utevistelse alltid då det är möjligt)
  - ca. 15-17 Utevistelse, läsläsning, pyssel, spel, hemgång
- Dagsprogrammet kan variera enligt läsordning och läxor. Vi bör ta till hänsyn barnens möjliga specialbehov t.ex. angående vila och utevistelse

## VAD FÅR BARNET?

I sporteftis sker verksamheten på barnens villkor. Barnet får uppleva glädje och känslan av framgång genom rörelse och utevistelse dagligen. Mångsidig verksamhet förstärker barnens självförtroende och hälsosam livsstil och hur man fungerar i grupp i speciellt känslig ålder då barnen börjar skolgången. Barnet spenderar tid genom att leka och motionera lätt, tryggt och stimulerat utgående från sina egna kunskaper. Barnet spenderar tiden tryggt och glatt med hjälp av lätt och stimulerad rörelse och lek. Vi har nolltolerans för mobbning på eftis.

## VAD FÅR FÖRÄLDRARNA?

Föräldrarna får spendera sin eftermiddag i fred, utan att fundera på var barnet är och vad hen gör efter skoldagen. Efter arbetsdagen behöver man nödvändigtvis inte "röra på" barnet eller göra läxor p.g.a. båda har vi redan tagit hand om på eftis. På det sättet befrias mera gemensam tid till familjens förfogande efter skol- och arbetsdagen. Sporteftis hurtiga och ansvarsfulla verksamhet stöder också hemmets och skolans uppfostringsmetoder.

## VEM ARRANGERAR?

Motionsinriktad eftermiddagsverksamhet arrangeras av ett privat företag som är grundat av Kim Wollsten 2004 i Esbo. Det finns sex enheter i Esbo: Matinalahden koulu, Mattlidens skola (Sporteftis vid ishallen), Lähderannan koulu, Hansakallion koulu, Rastaalan koulu och Nöykkiönlaakson koulu.

## VERKSAMHETSTID OCH DELTAGARAVGIFT?

Heltid (till kl. 17.00) 140 euro per månad, deltid (till kl. 15.00) 80 euro per månad, I priset ingår barnets försäkring samt ett mångsidigt och hälsosamt mellanmål. Mellanmålet innehåller dagligen råg- och fullkornsbröd, margarin, skinka och ost, frukt/bärsoppa/yoghurt och saft.

Det är möjligt att få lättnad (50%) eller befrielse från avgifterna ifall inkomsterna ligger under de gränser som Esbo stad har utsatt.

## DAGS ATT ANSÖKA OM EFTISPLATS?

**Ansökningstiden till eftis för läsåret 2020-21 är 8.1-27.4.2020**

Ansökan görs via webbtjänsten [Wilma](#). Du hittar ansökningsblanketten under fliken "Ansökningar och beslut". Den gjorda ansökan kan modifieras under hela ansökningstiden.

Jag ger gärna mera information vid behov.  
Välkomna med!

Kim Wollsten  
Serviceproducent, Sportti Iltapäiväkerhot  
tel. 040 543 9670

[kim.wollsten@gmail.com](mailto:kim.wollsten@gmail.com)  
[www.liikuntailtapaivakerho.fi](http://www.liikuntailtapaivakerho.fi)