

Gezond beleid schooljaar 2025-2026

Bij school en onderwijs denkt u aan de ontwikkeling van de leerlingen, leren rekenen, leren lezen, leren schrijven. Allemaal belangrijke onderdelen op school. Wij vinden dat school meer is dan dat. Kinderen leren met elkaar om te gaan, samen te werken, tegen hun verlies te kunnen, keuzes te maken, maar kinderen leren ook over gezondheid, bewegen en voeding. Leerlingen brengen een groot deel van de dag op school door en daarom is het logisch dat gezondheid, behalve thuis, ook op school hoog op de agenda staat.

Ook onze leerkrachten vinden gezondheid erg belangrijk. Zij zullen de leerlingen hierin stimuleren en zullen zelf ook het goede voorbeeld geven aan de leerlingen.

Ouders zullen wij attent maken over het onderwerp gezondheid door middel van nieuwsbrieven. Begin elk schooljaar tijdens de introductieavonden komt gezond beleid in alle groepen aan bod. Ook op de website van basisschool Op Dreef is ons gezond beleid (beleidsplan) terug te vinden.

Naar aanleiding van het draagvlakonderzoek dat gehouden is onder kinderen, ouders en leerkrachten hebben wij ons gezond beleid aangescherpt met de uitkomsten van dit onderzoek. De pijler Voeding en Bewegen hebben hierin centraal gestaan. Hierbij presenteren wij u het gezond beleid.

Gezonde school Vignet

Onze school draagt sinds 2016-2017 het *gezonde schoolvignet*. Afgelopen jaar hebben we dit vignet weer kunnen verlengen tot 2027. Met dit vignet is onze school als gezonde school erkend. De deelvignetten die onze school heeft ontvangen zijn: **'Voeding'** en **'Sport en Bewegen'**.

Voeding

De methodes die gebruikt worden binnen onze school bevatten verschillende thema's rondom voeding en sport.

Daarnaast wordt er op school gebruik gemaakt van de lesmethode 'smaaklessen'. Dit is een lesprogramma over voeding voor leerlingen van groep 1 tot en met 8. Leerkrachten plannen jaarlijks structureel ruimte in hun programma om tenminste de 5 basislessen uit Smaaklessen te realiseren in hun klas.

Voor meer informatie zie:

- <https://www.smaaklessen.nl/>.
- [Inspiratie en tips voor een gezonde schoolmaaltijd | Voedingscentrum](#)

Pauzehap

Tijdens de pauzehap stimuleren wij de leerlingen van het drinken van gezonde dranken (voorkeur water en melk) eten van fruit of groente.

Lunch

Bij de lunch vinden wij het belangrijk dat behalve eten en drinken ook sociale omgangsnormen geleerd worden. De groepsleerkracht eet samen met de leerlingen en bewaakt de groeps sfeer. Daarnaast geeft de groepsleerkracht het goede voorbeeld ten aanzien van goede tafelmanieren. De leerlingen krijgen voldoende tijd om de lunch te eten. Wanneer een leerling iets langer de tijd



nodig heeft om de boterham te eten, dan geeft de leerling dit aan bij de groepsleerkracht en mag de leerling langer dooreten.

Voor meer informatie over gezonde pauzehap of lunch: www.voedingscentrum.nl

Traktatiebeleid

Basisschool Op Dreef vindt het vieren van verjaardagen erg belangrijk en wil dit moment graag samen beleven met de leerlingen. De jarige staat op deze dag centraal in de klas. Ook trakteren hoort bij een verjaardag. Bij ons op school kan dat op de volgende manieren:

- Ouder en kind bedenken zelf een leuke gezonde traktatie en mogen dit trakteren in de klas.
- Docenten geven het goede voorbeeld en trakteren daarom ook het liefst gezond of kiezen een leuke activiteit voor de klas.
- Voor meer inspiratie voor een leuke, gezonde traktatie, zie: <https://www.voedingscentrum.nl/nl/zwanger-en-kind/eten-4-12/traktaties-en-kinderfeest.aspx>

Een gezonde traktatie zal tijdens de kleine pauze worden uitgedeeld. Mocht de traktatie minder gezond zijn, dan zal deze om 14:15u meegegeven worden aan de leerlingen in de klas zodat deze thuis genuttigd kan worden.

Schooluitjes

Bij schooluitjes mogen de leerlingen zelf iets te snoepen en te drinken meenemen.

Onze school heeft hier wel een aantal regels voor opgesteld:

- Bij voorkeur geen grote zakken snoep of grote zakken chips;
- Bij voorkeur geen frisdranken, energie- en sportdranken.

Feesten

Feesten zoals Pasen en Sinterklaas worden gevierd met een kleine traktatie. Kerstmis wordt gevierd middels een kerstdiner.

Bewegen en sport

Sport en bewegen

Leerlingen op basisschool Op Dreef krijgen twee keer in de week bewegingsonderwijs, waarvan de groepen 3 t/m 8 minimaal 1 keer per week 45 minuten onderwijs van een vakleerkracht krijgen. De groepen 1-2 krijgen ook 1 keer per week bewegingsonderwijs van de vakleerkracht. De andere dagen van de week gymmen ze in de speelzaal of spelen ze buiten. Tijdens het bewegingsonderwijs wordt gebruik gemaakt van een methode, opgesteld door de vakleerkracht. Hierbij is gebruik gemaakt van meerdere bronnen.

Daarnaast doet onze school mee aan de jaarlijkse Koningsspelen. Ook wordt er vanuit de gemeente verschillende sportprojecten georganiseerd voor de verschillende leerjaren. Vaak zit hieraan een buitenschoolse activiteit gekoppeld. Per schooljaar is een sportplanning, waarbij de leerlingen van groep 1 tot en met 8, gedurende een aantal lessen kennis maken met diverse sporten en sportverenigingen.



- Groep 1-2: Voetje bal
- Groep 3: Schooljudo
- Groep 4: Turnen
- Groep 5: Tennis
- Groep 6: Veldhoven danst
- Groep 7: Honk- en softbal
- Groep 8: Free-running

Naschools sportaanbod

Door de gemeente Veldhoven en Veldhoven Skillz verzorgt in Veldhoven een structureel naschools sportaanbod waar leerlingen zich gratis voor kunnen aanmelden (Zie: www.veldhovenskillz.nl)

Leerlingvolgsysteem

Om de leerlingen goed te volgen in hun bewegingsontwikkeling zijn we op zoek naar een goed leerlingvolgsysteem. Een aantal jaar hebben we gebruik gemaakt van de MQ-schooltest. Nu zijn we ons aan het oriënteren op een ander leerlingvolgsysteem in samenwerking met de vakleerkrachten bewegingsonderwijs Veldvest.

Buitenspelen

Ook buitenspelen vinden wij als school erg belangrijk. Leerlingen horen te kunnen spelen en plezier te hebben. Dit draagt ten slotte ook bij aan de ontwikkeling van de leerlingen. Leerlingen maken op school kennis met verschillende spellen en materialen die gebruikt kunnen worden op het schoolplein, waarbij er een prettig speelklimaat gecreëerd wordt.

Sportdagen en toernooien

Ieder jaar doet Op Dreef mee met de landelijke Koningsspelen georganiseerd voor de groepen 1 tot en met 8.

Groep 8 doet ieder jaar mee aan het Peanutbaltoernooi dat de 2e week van juni plaats vindt. Basisschool Op Dreef doet ieder jaar mee aan Sjors Sportief.