

BELEIDSPLAN

INLEIDING

Leerlingen die gezond eten en genoeg bewegen zijn fitter en kunnen zich beter concentreren. Dat komt het leren op school ten goede én is een goede investering in hun gezondheid. Basisschool Op Dreef in Veldhoven wil een gezonde school zijn met gezonde, actieve en enthousiaste leerlingen.

Om dit te realiseren, zijn in schooljaar 2015-2016 de eerste stappen gezet. Er is een visie op gezondheid binnen school ontwikkeld en leerkrachten en ouders zijn bevroegd. Daarmee is gewerkt aan draagvlak voor beleid en activiteiten m.b.t. een aantal door de school gekozen thema's.

Het is de wens om structureel en langjarig aan de slag te gaan met deze (en eventueel volgende) thema's. De school wordt hierin ondersteund door de Combinatiefunctionaris Sport Brede School Veldhoven en desgewenst door de GGD, die in de ondersteuning van scholen de Gezonde School-aanpak hanteert.

In dit beleidsplan zal de visie van basisschool Op Dreef beschreven staan en zullen richtlijnen voor een gezond beleid op de gekozen thema's uiteengezet worden.

VISIE

Bij school 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 omgaan, samenwerken, tegen verlies kunnen, keuzes 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 info avonden komt gezond beleid in alle groepen aan bod en er kan een thema avond worden georganiseerd. Ook op de website van basisschool Op Dreef is ons gezond beleid terug te vinden.

Ieder schooljaar zullen er twee gezondheidsweken georganiseerd worden om *gezondheid* extra onder de aandacht te brengen onder ouders en leerlingen. Dit zal plaatsvinden in de week voor de herfstvakantie en de week voor de meivakantie.

Als school hebben wij ervoor gekozen ons actief te richten op drie verschillende pijlers:

- Voeding

Wij vinden het belangrijk dat leerlingen gezond eten en drinken tijdens de pauzehap, lunch, traktaties en bij uitjes. Leerlingen leren op school over gezonde voeding en kunnen dit direct in de pauze in praktijk brengen.

- 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.

- Sport en bewegen

Leerlingen bij basisschool Op Dreef krijgen twee keer in de week bewegingsonderwijs, waarvan de groepen 3 tot en met 8 een uur les van een vakleerkracht krijgen. Daarnaast organiseert onze school sportdagen en doen wij mee met verschillende sporttoernooien.

GEZONDE SCHOOL VIGNET

Onze school wil aankomend schooljaar het *gezonde schoolvignet* aanvragen. Met dit vignet zal onze school een erkende gezonde school zijn. De deelvignetten die onze school aan wil vragen zijn: Voeding en Sport en Bewegen. De aanvraag zal gebeuren met ondersteuning van Brede School Veldhoven en de GGD. Voor meer informatie over het gezonde school vignet zie: www.gezondeschool.nl.

VOEDING

VOEDINGSLESSEN

- Er wordt 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/>.
- De groepen 5 tot en met 8 zijn aangemeld voor het lespakket 'Ik eet het beter'. In september vindt er hierbij een 'week van de pauzehap' plaats. Daarnaast vinden de lesprogramma's in maart plaats. Groep 3, 4 en 5 krijgen het moestuinpakket. Voor meer informatie zie: <http://www.ikeethetbeter.nl>.
- Voor het onderwerp stimuleren van het drinken van kraanwater zal gebruik gemaakt worden van het educatieplatform 'Les je dorst' van Brabant Water, met lesmateriaal voor alle groepen. Voor meer informatie zie: <http://www.lesjedorst.nl>.

PAUZEHAP

- Tijdens de pauzehap streven wij ernaar dat de leerlingen alleen water of halfvolle melk drinken op school.
- Wij hebben op school iedere dag Gruitdagen. Dit houdt in dat er op school alleen fruit of groente in de kleine pauze gegeten wordt, op deze dagen zijn andere pauzehappen dan ook niet toegestaan.

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 groepssfeer. Daarnaast geeft de groepsleerkracht het goede voorbeeld ten aanzien van goede tafelmanieren.
- De leerlingen krijgen voldoende tijd 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.
- Tijdens de lunch wordt er bij voorkeur water, halfvolle melk gedronken.
- De kinderen eten bij voorkeur (volkoren) brood met hartig beleg, zoals:
 - o Vis
 - o 100% pindakaas
 - o Notenpasta
 - o Groente en fruit (Komkommer, banaan, tomaat, aardbeien)
 - o Ei
 - o 30+ kaas
 - o Hüttenkäse

- Zuivelspread
- Voor eventuele voorbeelden en tips, kunt u terecht bij de groepsleerkrachten of zie:

<http://www.voedingscentrum.nl/nl/mijn-kind-en-ik/alles-over-gezond-eten-voor-kinderen-van-4-13-jaar/eten-meegeven-naar-de-basisschool.aspx>

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. Op school kunt u een traktatiemap vinden ter inspiratie. Heeft u een (ongezonde) traktatie die niet bij ons beleid past, dan krijgen de leerlingen de traktatie mee naar huis.
- Docenten geven het goede voorbeeld en trakteren daarom ook gezond of kiezen een leuke activiteit voor de klas.
- Voor meer inspiratie voor een leuke, gezonde traktatie, zie:
<http://www.gezondtrakteren.nl/>
<http://www.voedingscentrum.nl/nl/mijn-kind-en-ik/alles-over-gezond-eten-voor-kinderen-van-4-13-jaar/traktaties-en-kinderfeest.aspx>

SCHOOLUITJES

- Bij schooluitjes mogen de leerlingen zelf iets te snoepen en te drinken meenemen. Onze school heeft hier wel een aantal regels voor opgesteld.
- Grote zakken snoep, grote zakken chips zijn niet toegestaan
- Frisdranken, energie- en sportdranken zijn niet toegestaan

FEESTEN

- Feesten zoals Pasen, Sinterklaas en Kerst worden zoals gewoonlijk gevierd.

BUITENSPELEN

De leerlingen bij basisschool op dreef spelen in totaal driekwartier per dag buiten. Dit is een belangrijk moment voor de leerlingen om even de energie kwijt te kunnen.

PLEINSPELEN

- Iedere week wordt er een *spel van de week* gepresenteerd op school.
- Eens per maand wordt er tijdens de gymles aandacht besteed aan de pleinspelen, zodat leerlingen meerdere spellen kennen, die zij op het speelplein kunnen spelen.

MATERIALEN

- Leerlingen hebben de mogelijkheid spelmaterialen te gebruiken van school, gedurende de pauze.
- In het nieuwe schooljaar (2016/2017) worden er nieuwe spelcontainers aangeschaft per bouw.
- *Samen spelen, samen delen*, deze regel geldt ook bij onze basisschool. Iedereen mag meedoen en de materialen worden gedeeld, zodat iedere leerling de kans heeft om te spelen.

OPRUIMEN

- In het nieuwe schooljaar (2016/2017) gaan wij als school op zoek naar een werkwijze voor het opruimen en bijhouden van de spelmaterialen en het opslaghok. Hierbij zullen ook de leerlingen medeverantwoordelijk worden gemaakt.

)GEBRUIK SCHOOLPLEIN NA SCHOOLTijd

- Na schooltijd kunnen de leerlingen vrij gebruik maken van het schoolplein.

SPORT EN BEWEGEN

BEWEGINGSONDERWIJS

- De leerlingen van groep 1 en groep 2 hebben meerdere beweegmomenten in de week.
- De leerlingen van groep 3 –groep 8 volgen twee keer in de week, driekwartier lang bewegingsonderwijs
- Er is een Vakleerkracht aanwezig op basisschool Op Dreef. Zij geeft de groepen 3 tot en met 8 een les bewegingsonderwijs in de week.
- Tijdens het bewegingsonderwijs wordt gebruik gemaakt van een methode, opgesteld door de vakleerkracht. Hierbij is gebruik gemaakt van meerdere bronnen.
- Per schooljaar is een sportplanning, waarbij de leerlingen van groep 3 tot en met 8, zes lessen kennis maken met diverse sporten en sportverenigingen.
 - o Groep 3: Schooljudo
 - o Groep4: Atletiek
 - o Groep 5: Tennis
 - o Groep 6: Dansen
 - o Groep 7: Tafeltennis
 - o Groep 8: Peanutbal

LEERLINGVOLGSYSTEEM

- Vanaf aankomend schooljaar, zal basisschool Op Dreef gebruik maken van het leerlingvolgsysteem, de MQ-Schooltest. Hiermee zal de motorische ontwikkeling van de leerlingen goed in kaart gebracht kunnen worden.

SPORTDAGEN EN SPORTTOERNOOIEN

- Ieder jaar wordt er een sportdag georganiseerd voor de groepen 1 tot en met 8. Dit vindt plaats tijdens de koningsspelen
- Groep 8 doet ieder jaar mee aan het peanutbaltoernooi
- Basisschool Op Dreef doet ieder jaar mee aan Sjors Sportief
- Basisschool Op Dreef doet mee aan Sportieve School

NASCHOOLS SPORTAANBOD

- Brede School Veldhoven verzorgt in Veldhoven een structureel naschools sportaanbod waar leerlingen zich voor kunnen aanmelden (Zie: www.bredeschoolveldhoven.nl).