

Fit & Fruitig de dag door

Waarom deze infographic?

Afspraken

Signaleren

Betrokkenheid leerlingen en ouders

Schoolomgeving

Theoretische onderbouwing

Actief transport >

Educatie >

Drinken >

Bewegend leren >

Pauze hap >

Trakteren >

Lunch >

Buiten spelen >

Bewegingsonderwijs >

CJG >

Buitenschoolse activiteiten >



Talent in ontwikkeling
De Kinderbrug



centrum voor
jeugd en gezin



GEZONDE SCHOOL
HOLLANDS MIDDEN

Waarom deze infographic?



Vanuit de overheid wordt aan scholen gevraagd aandacht te besteden aan Voeding & Bewegen. Dit is vastgelegd in kerndoel 34 van het onderwijs (zie de [theoretische onderbouwing](#)). Dit is mogelijk met de Gezonde School werkwijze. Doormiddel van de 4 pijlers: educatie, signaleren, schoolomgeving en beleid, wordt er gewerkt aan een structurele aanpak. Voor meer info, zie de [Gezonde School website](#).

Op De Kinderbrug hebben we schoolbreed gewerkt aan het project Fit & Fruitig.

Vanuit dit project stimuleren we de ontwikkeling van vaardigheden voor sociale contacten, veiligheid voor ieder persoonlijk én voor elkaar, bevorderen we vanwege bewegingsaanbod het (samen-)spel van de leerlingen en helpen de kinderen zich, t.b.v. een gezond lijf, bewust te worden van het positieve effect van gezonde voeding en van voldoende en afwisselend aanbod in beweging en spel. Samen zorgen we ervoor dat het goed gaat met onze leerlingen en willen daarom een gezonde schoolomgeving creëren.

U kunt in deze Infographic meer lezen over hoe wij dit doen!

Actief transport



Als school stimuleren wij leerlingen (indien mogelijk) om met een actief transportmiddel naar school toe te komen. Onder een actief transport valt bijvoorbeeld lopen, fietsen, steppen en skaten. Via de [schoolgids en schoolklapper](#) informeren en stimuleren wij onze ouders en leerlingen om een gezonde keuze te maken in hun transport naar school toe. De leerlingen leren hoe zij zich veilig kunnen verplaatsen in het verkeer in hun directe omgeving. Vanaf groep 4 volgen de leerlingen verkeerslessen van Veilig Verkeer Nederland en groep 7 legt een theoretisch en praktisch verkeersexamen af.

Educatie



Op onze school stimuleren wij onze leerlingen door voedsel-educatie gezonde en bewuste voedselkeuzes te maken. Dit is belangrijk voor hun groei en ontwikkeling. Via [de schoolklapper](#) stimuleren we ouders aandacht te besteden aan een gezonde lunch en een verantwoord pauzehapje.

Aanbod

Er wordt door het jaar heen met behulp van geplande lessencircuits en creatieve middagen aandacht besteed aan voeding in de groepen 1 t/m 8. Dit doen wij bijvoorbeeld door middel van kooklessen en maken we gebruik van de erkende lesmethode 'Smaaklessen'. Lessen over gezonde voeding komen ook aan bod bij Natuur en Nieuwsbegrip. Ouders worden via Parro en weekgroepsbrieven op de hoogte gehouden van de activiteiten. De methode Smaaklessen is opgenomen in [de schoolgids](#). Hier kunnen ouders/opvoeders terugvinden welk aanbod hun kind volgt rondom Voeding.

Wat doet onze leerkracht?

- De leerkracht signaleert op afwijkende voedingsgewoontes en bespreekt dit met de ouders van het kind. Indien nodig wordt dit vastgelegd in het leerlingvolgsysteem.
- Tijdens teamoverleg wordt nieuwe informatie m.b.t. voeding en bewegen als terugkerend onderwerp besproken.
- Tijdens lunchmomenten komt het eten van de leerlingen regelmatig ter sprake.

Drinken



Op onze school nemen onze leerlingen zelf drinken voor de lunch mee. Wij stimuleren onze leerlingen om hun beker/flesje/bidon te vullen zodat ze de hele dag water kunnen drinken. Er is in elke klas kraanwater via de hygiënische watervoorziening van de school beschikbaar. Ook bij schoolactiviteiten zoals sportactiviteiten, vieringen en schoolkamp stimuleren wij het drinken van water.

Wat doet onze leerkracht?

- Leerkracht geeft het goede voorbeeld
- Leerkracht motiveert de kinderen gezonde keuzes te maken bij pauzehapje, lunch, drinken en traktaties

Trakteren

Jarig zijn vinden wij een feest! Op onze school adviseren wij om de traktaties klein te houden en gezond te maken voor de leerlingen en leerkrachten. Bovenstaande geldt ook voor schoolactiviteiten zoals vieringen, schoolkamp en projecten. Team en ouderraad trekken hierin samen op.



Geschikt voor verantwoorde traktaties zijn:

- Groente en fruit in een leuk jasje.
- Kleine porties van producten die niet te veel calorieën bevatten, zoals een rozijndoosje, een handje naturel popcorn, soepstengel, koekje of een minirolletje of zakje met kleine (suikervrije) snoepjes of dropjes.
- Een cadeautje, zoals een stuiterbal, een potlood, een sticker, een kleurboekje of bellenblaas.
- Meer ideeën voor gezond en verantwoord eten en drinken vindt u op:
- [270 ideeën over GEZONDE KINDERTRAKTATIES | gezonde traktaties, traktaties, gezond \(pinterest.com\)](#)
- [Homepage Voedingscentrum | Voedingscentrum](#)
- <https://www.wiejarigisviertfeest.nl>

Wat doet onze leerkracht?

- Leerkracht geeft het goede voorbeeld tijdens de lessen
- Leerkracht motiveert ouders en kinderen gezonde keuzes te maken voor lunch, drinken en traktaties

Pauze hap



Op onze school nemen leerlingen dagelijks een tussendoortje. We verspreiden nieuwsbrieven om een verantwoorde en gezonde keuze te maken. Zie bijvoorbeeld [Lunch op school - De Kinderbrug \(ssba.net\)](https://ssba.net) en [Schoolklappen](#).

Wat doet onze leerkracht?

- Leerkracht geeft het goede voorbeeld
- Leerkracht motiveert de kinderen gezonde keuzes te maken
- Leerkracht zorgt voor een rustige eetomgeving
- Leerkracht signaleert op regelmatig afwijkende voeding en eventueel vast in het leerlingvolgsysteem.

Geschikt voor de kleine pauze vindt het voedingscentrum bijvoorbeeld:

- Fruit, zoals appel, peer, banaan, kiwi, druiven, meloen, pruim en mandarijn, handje noten
- Groente, zoals worteltjes, komkommer, paprika, snoeptomaatjes en radijsjes.
- Volkoren of bruine boterham, volkoren knäckebröd, roggebrood of mueslibol. Kijk voor geschikt beleg bij 'Eten tijdens de overblijf'.
- [Wat zijn verantwoorde tussendoortjes? | Eten en Drinken: Diversen \(infonu.nl\)](#)
- [10 tips voor pauzehapjes - deleukstelunch](#)

Bewegend leren



Op onze school zitten we niet alleen tijdens de lessen, maar zetten we ook bewegend leren in. Bewegend leren is leren door een fysieke activiteit en/of energizers toe te voegen aan de leertaak, zoals b.v. springen op de plaats tijdens de rekenles, maatje leren, buitenleeractiviteiten enz. Dit zorgt ervoor dat onze leerlingen meer bewegen en zich daardoor (weer) beter kunnen concentreren. Dit verbetert de reken- taal en spellingprestaties van onze kinderen.

Lesmethode

In de groepen 1 tot en met 8 gebruiken wij voor bewegend leren de teamtraining 'Bewegend leren'. Het boek 'Natuurlijk buiten rekenen' van Basalt is ter aanvulling aan de schooltools toegevoegd. Wij integreren bewegend leren in onze lesprogramma's. Wij gebruiken de hal met leerflexplekken zodat leerlingen en leerkrachten regelmatig het klaslokaal verlaten voor het lesaanbod van de kinderen. Ook zijn er in de hal statafels aanwezig.

De vakleerkracht gymnastiek leert iedere maand een nieuw buitenspel "het spel van de maand" aan om samen bewegen op het plein tijdens pauzes te stimuleren

Wat doet onze leerkracht?

- De leerkracht enthousiasmeert en motiveert bewegen tijdens de pauzes en tijdens het leren in de groep. Hiervoor worden ook energizers ingezet.
- De leerkracht geeft het goede voorbeeld
- De leerkracht integreert in zoveel mogelijk lessen bewegend leren
- De leerkracht handhaaft het beleid
- De leerkracht signaleert achterstanden in de motorische ontwikkeling en legt dit vast in het leerlingvolgsysteem.
- De vakleerkracht gymnastiek observeert en signaleert de motorische vaardigheden van de leerlingen m.b.v. de MQ scan.

Lunch



Op De Kinderbrug is een continuurooster ingesteld. Alle kinderen wij onze leerlingen om dagelijks een gezonde lunch mee te nemen. Tijdens de pauze hebben we aandacht voor de leerlingen en leerkrachten. We adviseren ouders om geen koek, snoep of andere ongezonde producten mee te nemen. [Schoolgids van De Kinderbrug \(ssba.net\)](https://www.ssba.net) p 60

Wat doet onze leerkracht?

- Leerkracht geeft het goede voorbeeld
- Leerkracht motiveert de kinderen gezonde keuzes te maken
- Leerkracht zorgt voor een rustige eetomgeving
- Leerkracht handhaaft het beleid
- Leerkracht signaleert regelmatig afwijkende voedingsgewoontes van de ouders.

Geschikt voor de lunch vindt het voedingscentrum bijvoorbeeld:

- Volkorenbrood of bruinbrood, besmeerd met zachte halvarine of margarine uit een kuipje.
- Eventueel als variatie: volkoren knäckebröd, roggebrood of mueslibol.
 - Geschikt beleg voor in het trommeltje is beleg dat niet te veel verzadigd vet en zout bevat, zoals 30+ kaas, 20+ of 30+ smeerkaas met minder zout, ei, hüttenkäse en light zuivelspread.
- Notenpasta of pindakaas zonder toegevoegd zout of suiker.
- Groente en fruit, zoals tomaat, komkommer, paprika, banaan, appel en aardbei. Lekker als beleg en voor erbij.
- [Zie ook: Homepage Voedingscentrum | Voedingscentrum](#)

Buitenspelen



Op onze school stimuleren wij leerlingen om actief buiten te spelen in de pauzes (bewegen/buiten spelen in de korte pauze is 15 minuten en in de grote pauze 30 minuten). Dit doen wij omdat bewegen goed is voor de mentale en fysieke gezondheid van onze leerlingen. Ook voldoen ze hierdoor makkelijker aan de nationale Beweegrichtlijnen. Wij stimuleren actief buiten spelen onder schooltijd op de volgende manieren:

Wij hebben een uitdagend (gezond) schoolplein

Wij hebben een zeer ruim schoolplein rondom de school dat de fantasie prikkelt, kinderen uitdaagt en hen stimuleert gezond te bewegen en hen leert over het belang van spelen in de natuur. Wij hebben ons schoolplein samen met de ouderraad uitdagender gemaakt door middel van nieuwe interventies zoals een kleine klimmuur, twister, speelboot, voetbalveld, hink-stapspellen, pannaveld, basketbalveld, tafeltennistafel, klimmen en klauteren in struik, boom en in de tuin en beschikbare sportvelden in de directe omgeving van de school. Daarnaast bieden wij in een box spel materiaal aan zoals springtouwen, elastieken, hockeysticks, rackets, krijt enz. De materialen stimuleren leerlingen om te bewegen en actief mee te doen. Dit schoolplein is ook ná schooltijd toegankelijk voor de naschoolse opvang in combinatie met extra spelactiviteiten van de sportcoach:

M.b.v. naschoolse activiteiten hebben zowel het schoolplein als de ruimtes van opvang en onderwijs een buurtfunctie. Naast sportactiviteiten vinden ook creatieve activiteiten plaats voor zowel BSO als niet-BSO.

Ons bewegingsonderwijs stimuleert buiten spelen

In onze gymlessen wordt er ook aandacht besteed aan buitenspelen, zo stimuleren wij dat onze leerlingen tijdens de pauzes intensief te bewegen. We zetten hiervoor ook het **“Spel van de maand in”**. Voor meer informatie zie het kopje [bewegingsonderwijs](#).

Wij faciliteren een 3^e beweegmoment

Naast de reguliere pauzes bewegen de kinderen extra tijdens het aanbod bewegend leren.

Wat doet onze leerkracht?

- Leerkracht/pleinwacht stimuleert bewegen in de pauzes.
- Leerkracht handhaaft het beleid
- De vakleerkrachten signaleren mogelijke bewegingsarmoede bij kinderen met behulp van de MQ-scan.

>>> Zie volgende pagina's voor een indruk van ons schoolplein

Uitdagend bewegen op het plein





Bewegingsonderwijs



Op onze school geven een vakleerkracht en een leerkracht met lesbevoegdheid voor bewegingsonderwijs (leergang/gecertificeerd pabo voor en na 2005) wekelijks en planmatig de gymlessen in de groepen 3 t/m 8. Er wordt minimaal twee keer per week 45 minuten bewegingsonderwijs gegeven in deze groepen. Onze groepen 1 en 2 hebben dagelijks meerdere beweegmomenten zowel buiten als in het gymlokaal (min. 3,75 uur per week). Binnen SSBA is een beweegteam georganiseerd voor alle scholen.

Methode

Wij werken in het bewegingsonderwijs met een methode bewegingsonderwijs vanuit de vakleerkracht. Dit draagt bij aan planmatig en gestructureerd bewegingsonderwijs op onze school. Ook besteden we in onze gymlessen aandacht aan buitenspelen door leerlingen spellen aan te leren die in de pauze gespeeld kunnen worden.

Signaleren

Onze vakdocent signaleert en registreert problemen op het gebied van bewegingsarmoede en overgewicht. Lees hierover meer bij het kopje [signaleren](#).

Sportdag

Onze school organiseert jaarlijks een sportdag voor alle groepen. Wij betrekken ouders en de ouderraad bij het organiseren en uitvoeren van de sportdag.

Daarnaast zijn er nog verschillende sporttoernooien voor de kinderen en nemen alle kinderen deel aan het door de sportcoaches georganiseerde sport- en spelprogramma van de Koningsspelen.

Wat doet onze vakleerkracht?

- De vakleerkracht stimuleert buitenspelen
- De vakleerkracht signaleert en monitort 2x per jaar achterstanden in de motorische ontwikkeling en legt dit vast in het MQ-leerlingvolgsysteem
- De vakleerkracht houdt zijn/haar kennis met betrekking tot bewegen en sport 'up to date' door middel van na- en bijscholing
- Onze vakleerkracht is voor de Kinderbrug tevens coördinator van het Beweegteam van SSBA.

Buitenschoolse activiteiten

Na schooltijd bieden wij onze leerlingen structureel de kans om te sporten. Dit gebeurt wekelijks vanuit de "Activiteitenladder". Deze activiteitenladder wordt gepubliceerd in de nieuwsbrief van Opvang en Onderwijs. Deze ladder wordt maandelijks vastgesteld. De sportcoach organiseert wekelijks activiteiten op het schoolplein/op de naastgelegen sportvelden, waar leerlingen van de opvang/ school, maar ook buiten de opvang aan mee kunnen doen.

Dit sport- en beweegaanbod doen wij in samenwerking met lokale partners, zoals de lokale combinatiefunctionaris/ sportcoach (vanuit de Tweesprong) en lokale sportverenigingen. Door het inzetten van sportverenigingen door de sportcoaches maken de kinderen kennis met verschillende sporten en clubs.



De aard van deze samenwerking wordt zowel vanuit de gemeente Kaag & Braassem/ De Tweesprong als vanuit het Kindcentrum Rijpwetering geïnitieerd.

In Rijpwetering ondersteunt de gemeente Kaag & Braassem/ De Tweesprong het buitenschools sportaanbod. Ook bieden zij vakleerkrachten voor het organiseren van activiteiten. Hieronder het overzicht van het lokale sportaanbod:

- ROAC Voetbal, Hockey en badminton
- Tennisclinics
- IJsclubs

Sportverenigingen in de gemeente werken samen met De Tweesprong voor het sportaanbod, door na schooltijd gastlessen te organiseren om jongeren van de sportvereniging.

**Sportcoach
Activiteiten Ladder
September 2022**

Sportveld Kaag & Braassem

Donnerdag 1 september	Vrijdag 2 september	Zaterdag 3 september	Zondag 4 september
10:00 - 11:00 uur ROAC Voetbal Lente 1 (groep 1) en Lente 2 (groep 2) spelen op het schoolplein. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig.	10:00 - 11:00 uur ROAC Voetbal Lente 1 (groep 1) en Lente 2 (groep 2) spelen op het schoolplein. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig.	10:00 - 11:00 uur ROAC Voetbal Lente 1 (groep 1) en Lente 2 (groep 2) spelen op het schoolplein. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig.	10:00 - 11:00 uur ROAC Voetbal Lente 1 (groep 1) en Lente 2 (groep 2) spelen op het schoolplein. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig.
11:00 - 12:00 uur ROAC Voetbal Lente 1 (groep 1) en Lente 2 (groep 2) spelen op het schoolplein. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig.	11:00 - 12:00 uur ROAC Voetbal Lente 1 (groep 1) en Lente 2 (groep 2) spelen op het schoolplein. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig.	11:00 - 12:00 uur ROAC Voetbal Lente 1 (groep 1) en Lente 2 (groep 2) spelen op het schoolplein. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig.	11:00 - 12:00 uur ROAC Voetbal Lente 1 (groep 1) en Lente 2 (groep 2) spelen op het schoolplein. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig. De sportcoach is aanwezig.

ontwikkeling

middel van

enschools te worden

Centrum voor Jeugd en Gezin

Als school staan wij in contact met het Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG). Zij adviseren en ondersteunen ons en ouders in vragen die wij hebben omtrent Voeding en Bewegen.

De professionals van het Centrum voor Jeugd en Gezin kennen het netwerk in de wijk/gemeente en hebben daarmee een goed beeld van beschikbare expertise, interventies en onderzoeksmogelijkheden die beschikbaar zijn.

Contactpersoon CJG

Wij hebben een contactpersoon vanuit het Centrum voor Jeugd en Gezin met wie wij, of onze ouders, contact op kunnen nemen in het geval van vragen rondom individuele zorg. Deze professional is vaak een medewerker van de jeugdgezondheidszorg en/of maatschappelijk werk.

Onze contactpersoon vanuit het CJG heeft de opdracht om ondersteuningsvragen van de organisatie te verzamelen en deze voor te leggen aan de gemeente of het team van wijkondersteuners, ook wel ondersteuningsteam, sociaal (wijk)team of jeugd- en gezinsteam genoemd. De contactpersoon vormt daarmee een portaal naar de wijk om de organisatie goed en snel te kunnen ondersteunen en doorverwijzen.

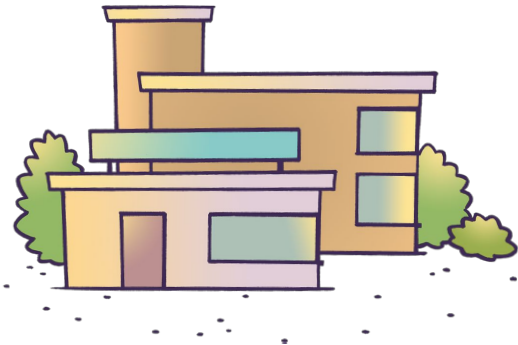
Mevrouw T. Kluivers
 088-2542384
www.cjgleiden.nl

Schoolpedagoog

Als school vinden wij het belangrijk om met ouders in gesprek te gaan. Als er extra kennis of ondersteuning nodig blijkt te zijn, wordt CJG erbij betrokken.

Naast het CJG is vanuit de NPO gelden van de gemeente per school een schoolpedagoog aangesteld. Zij adviseert ouders op het gebied van opvoedingsvraagstukken, welbevinden en gezondheid en ondersteunt/adviseert de school, leerlingen, groepen en leerkrachten met pedagogische- en gedragsvraagstukken. Deze samenwerking wordt gecoördineerd vanuit Kwadraad in Gouda, i.s.m. met partners (o.a. Gemeente K & BR, Go en Driemaster).

Zowel de informatie over de schoolpedagoog als over het aanbod van CJG wordt gecommuniceerd via de nieuwsbrieven van de school.



Afspraken

Het voeding- en bewegingsbeleid wordt door alle leerkrachten op onze school uitgedragen. Op onze website en via de schoolgids informeren wij ouders over het beleid en schoolregels voor gezond gedrag t.b.v. voeding en het maken van verantwoorde keuzes hierin. Onze school heeft een gezonde school coördinator en die is het aanspreekpunt voor zowel de leerkrachten, ouders en de leerlingen. Onze gezonde school coördinator heeft samen met het team de coördinatie van het thema voeding en bewegen en evalueert jaarlijks het beleid met de leerkrachten en neemt de ouders (en OR en MR) en leerlingen hierin mee.

Op school hebben wij de volgende afspraken om gezond gedrag en de gezondheid van de leerlingen rondom voeding te stimuleren. We willen graag;

- Onze leerlingen stimuleren en motiveren om gezonde keuzes te maken, en indien nodig samen met de ouders hulp te zoeken.
- Onze leerlingen stimuleren en motiveren om te bewegen, en indien nodig samen met de ouders hulp te zoeken.
- Dat medewerkers het goede voorbeeld geven rondom gezonde voeding zoals b.v. tijdens de lunch

Wij adviseren verantwoord eten en drinken.

Te grote of niet verantwoorde traktaties worden wel uitgedeeld, maar niet helemaal op school opgegeten. Ze gaan in de tas mee naar huis.

Signaleren

Aangezien onze leerkrachten veel tijd doorbrengen met de kinderen, signaleren professionals tijdens hun werk uitdagingen in de ontwikkeling van leerlingen en aanpak van ouders.

De zorgstructuur is geregeld vanuit het Zorgbeleidsplan van de school, signalen en- of zorgen rondom de gezondheid van een leerling worden in het zorgteam besproken.

Voedingsproblematiek

Onze professionals signaleren op overgewicht, ondergewicht, bewegingsarmoede, motorische achterstand en een ongezond gebit.

Ook voert de Jeugdgezondheidszorg een gezondheidsonderzoek uit in groep 2 en 7. De jeugdverpleegkundige/jeugdarts adviseert indien nodig ouders vanuit deze check op het gebied van voeding, gewicht en gebit. In de nieuwsbrief informeert de school ouders regelmatig over waar zij terecht kunnen met vragen en/of hulp.

Beweegproblematiek

De vakdocent signaleert 2x per jaar aan de hand van de MQ-scan op de motorische ontwikkeling.

Op het moment dat een vakdocent achterstanden signaleert aan de hand van de test, gaat hij/zij in gesprek met collega's om te bespreken of dezelfde signalen ook in de klas worden waargenomen. Na dit overleg wordt indien nodig een gesprek met ouders gevoerd om de signalen te bespreken, en indien nodig door te verwijzen naar de jeugdverpleegkundige van de school. De jeugdverpleegkundige kan de ouders en het kind uiteindelijk doorverwijzen naar lokale hulp of sportactiviteiten. De uitkomst van de MQ scan leidt tot extra input m.b.t. het beweegaanbod tijdens de lessen voor de kinderen.

De vakleerkracht gymnastiek is tevens de coach van het Bewegteam SSBA op onze school.

Contact met ouders

Onze leerkrachten bespreken de uitdagingen en concrete zorgen actief met de betrokken ouders en waar mogelijk werken ze met ouders samen om zorgen te verminderen. Als er na de afstemming met ouders geen verbetering optreedt in signalen kan de professional de zorg overdragen aan de professional van het Centrum voor Jeugd en Gezin (zie [Centrum voor Jeugd en Gezin](#)), jeugdarts of jeugdverpleegkundige. Deze professional zal vervolgens de juiste hulp zoeken voor het kind en zijn/haar gezin.

Grote zorgen

De zorgen die leven kunnen ook dermate ernstig zijn dat er sprake zou kunnen zijn van verwaarlozing of een instabiele thuissituatie. Signalen van kindermishandeling en huiselijk geweld die in verband staan met Voeding en Bewegen kunnen zijn: overgewicht, slecht onderhouden gebit, signalen van honger, eetproblematiek of achterblijvende motoriek.

Meldcode

Per 1 juli 2013 zijn wij vanuit de wet verplicht om met de Meldcode Huiselijk Geweld en Kindermishandeling te werken.

Dit betekent dat onze professionals de uitdagingen en concrete zorgen actief met de betrokken ouders en waar mogelijk werken ze met ouders samen om zorgen te verminderen. Als er na de afstemming met ouders geen verbetering optreedt in signalen en het vermoeden van kindermishandeling toeneemt, draagt de leerkracht de zorg over aan de aandachtfunctionaris huiselijk geweld en kindermishandeling/intern begeleider. De aandachtfunctionaris huiselijk geweld en kindermishandeling/intern begeleider doorloopt in afstemming met de leerkracht de verdere stappen van de Meldcode.

Betrokkenheid leerlingen en ouders

Leerlingen

Op onze school stimuleren wij dat kinderen uit de bovenbouw beweeglessen ontwerpen voor de andere leerlingen. Dit wordt uitgevoerd tijdens de lessen in de gymzaal.

De bovenbouw leerlingen kunnen speelpleincoach worden om het bewegen te stimuleren. (wens)

Ouders

De inbreng van ouders is met betrekking tot voeding en beweging een belangrijke factor in het beleid. Het voedings- en bewegingsbeleid is voorgelegd aan de MR en de ouderraad is actief in het inrichten van het schoolplein om kinderen uit te dagen meer te bewegen.

Team

Zowel team als de vakleerkracht gymnastiek (tevens coach Beweegteam) werken samen in het maken van beleid rond sport en bewegen (o.a. bij sportdagen, spel les van de week)

Communicatie

Onze school vindt het belangrijk om duidelijk met ouders te communiceren over de visie, regels en richtlijnen van onze school. Daarbij is het ook van belang dat ouders weten wat er van hen verwacht wordt en wat zij van de organisatie kunnen verwachten. Wij communiceren met ouders via de schoolgids, de schoolklapper, de nieuwsbrief, (het Schooljournaal), website, flyers/posters of sociale media (Parro). Ook nieuwe ouders kunnen zich zo inlezen en hierover in gesprek gaan bij de kennismaking. Wij zoeken elk jaar naar creatieve manieren om ouders te informeren en te betrekken bij het schoolaanbod. Dit gebeurt onder andere door het organiseren van ouderavonden, creatieve middagen en verschillende sportactiviteiten (o.a. bij voetbaltoernooi, Koningsspelen, schaatsen).

Schoolomgeving

Wij vinden het belangrijk dat zowel buiten als ook binnen het schoolgebouw de kinderen kunnen bewegen en leren. De leerkrachten hebben een training bewegend leren gevolgd.

In onze school hangt binnenkort de 'suikerklontjesposter' van het Voedingsplan. De kinderen zelf een poster laten maken.

Rood er uit?



en van
t reguli
raag be



hulp van de
d leren.



Theoretische onderbouwing 1/2

Waarom besteden wij aandacht aan Voeding en Bewegen?

Aandacht voor Voeding & Bewegen op school is van belang voor onze kinderen en onze school.

Ons voeding- en bewegingsbeleid draagt bij aan gezond gedrag van kinderen. Kinderen worden door het beleid gestimuleerd om meer (samen, vanuit sociaal aspect) te bewegen en meer fruit en groente te gaan eten. Daarnaast kunnen gezondere kinderen betere resultaten halen op school; zo blijkt de kwaliteit van het dieet van kinderen (denk aan gevarieerd eten en het eten van groente en fruit) bij te dragen aan de schoolprestaties van kinderen.

De kerndoelen van het onderwijs vragen van ons als school om aandacht te besteden aan Voeding & Bewegen. **Kerndoel 34** vraagt van ons om “de leerlingen zorg te leren dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen.” In de vertaalslag van dit kerndoel naar het onderwijs kiezen we ervoor om kinderen het belang- en de inhoud van een gezond voedingspatroon en het nut van bewegen mee te geven. Daarnaast geven de kerndoelen aan dat er bewegingsonderwijs gegeven wordt, waarbij de inhoud en de frequentie van dit bewegingsonderwijs onderdeel uitmaakt van onze aanpak Voeding & Bewegen.

Vanuit de rijksoverheid wordt door het **Nationaal Preventieakkoord uit 2019** aan ons als school aandacht gevraagd voor gezonde voeding om overgewicht en andere gezondheidsproblemen te voorkomen. Wij gebruiken voor de aanpak Voeding & Bewegen de Gezonde School werkwijze, die aansluit bij het preventieakkoord. Dit betekent dat wij gezonde voeding en een actieve leefstijl promoten door middel van educatie, signalering, het betrekken van de omgeving en beleid.

Hoe zorgen wij ervoor dat wat wij doen ook echt werkt?

Om ervoor te zorgen dat de aanpak Voeding & Bewegen effectief is, is de aanpak gebaseerd op twee modellen. Deze modellen zijn onderzocht en tonen aan welke elementen belangrijk zijn om ervoor te zorgen dat onze kinderen en school gezonder worden.

De World Health Organisation (WHO) heeft een raamwerk opgesteld dat vanuit een holistische aanpak gezondheidsbevordering op school vormgeeft. Volgens dit raamwerk heeft een effectieve schoolinterventie de volgende drie elementen in zich: lessen in het curriculum, het promoten van gezondheid door ‘informele’ educatie (denk aan waarden en attitudes op school en de fysieke omgeving) en het adviseren van ouders. Een schoolinterventie over Voeding & Bewegen die werkt vanuit deze drie elementen, blijkt uit onderzoek bij te kunnen dragen aan het verminderen van het BMI, toename van het eten van groenten en fruit en een toename van fysieke activiteit en fitheid.

De Theory of Planned Behavior legt uit welke redenen er zijn voor het veranderen van gedrag. >>

Theoretische onderbouwing 2/2



Figuur 1. Theory of planned behavior (Ajzen, 1991).

Colofon en disclaimer

RDOGHM.nl - Copyright © 2022 GGD Hollands Midden

Auteur: GGD Hollands-Midden

Ontwikkeling: GGD Hollands-Midden

Ontwerp: Lexenzo

Publicatienummer: 20012

Niets van deze uitgave mag worden verveelvoudigd, door middel van druk, fotokopieën, geautomatiseerde gegevensbestanden of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

De inhoud van onze infographic is met uiterste zorgvuldigheid tot stand gebracht. GGD Hollands Midden kan echter niet aansprakelijk worden gesteld voor de juistheid, volledigheid en actualiteit van teksten van/in de infographic. GGD Hollands Midden kan in het bijzonder niet aansprakelijk worden gesteld voor eventuele schade of consequenties ontstaan door direct of indirect gebruik van de inhoud van de infographic.