

De Gezonde school

Onze school is in het bezit van het Vignet 'Gezonde School' 2013-2016.

Het is inmiddels door onderzoek voldoende duidelijk dat sport en beweging een belangrijke rol spelen in de fysieke, mentale, emotionele, sociale en creatieve ontwikkeling van kinderen. We bemerken dat, als de leerlingen op een goede wijze hun energie in de buitenlucht kwijt kunnen ze weer gemotiveerder aan de slag gaan na de pauzes.

Omdat kinderen in de basisschoolleeftijd het grootste deel van de dag op school doorbrengen, is de school, en specifiek het schoolplein, een geschikte context om de fysieke activiteit van kinderen te stimuleren. Het plein kan voor, tijdens (speelkwartier en lunchpauze) en na school gebruikt worden.

Het blijkt dat de beweegtijd op het schoolplein een positieve bijdrage levert aan het behalen van de dagelijkse bewegingsnorm. En deze bewegingsnorm is weer van belang om het als gevolg van bewegingsarmoede groter wordende probleem van overgewicht bij kinderen als een ernstig gevaar voor de toekomst tegen te gaan.



Sporten en bewegen neemt daarom op onze school een belangrijke plaats in. Juist het schoolplein is uitermate geschikt om onze leerlingen enthousiast te maken om veelzijdig te bewegen.

Ons schoolplein biedt bij uitstek unieke kansen om het sport- en beweeggedrag en daaraan inherent het leer-en sociaal gedrag van onze leerlingen positief te beïnvloeden.

Onze school werkt al jaren aan de gezondheid van haar leerlingen. Wij geven prioriteit aan het thema “sport en bewegen”.

Zo werken we planmatig aan gezondheid van de leerlingen. De GGD Haaglanden ondersteunt ons hierbij middels de landelijk aanbevolen werkwijze ‘Gezonde School’. Een onderdeel van het werken aan gezondheid op de basisschool volgens ‘Gezonde School’ is het opstellen van een activiteitenplan. Hierin hebben we vastgelegd met welke activiteiten wij invulling geven aan het thema “sport en bewegen” in de komende schooljaren.

Het plan is een evenwichtige samenstelling van activiteiten voor de hele school. De activiteiten zijn niet alleen gericht op leerlingen, maar ook op het schoolpersoneel en op de ouders/verzorgers.

Om ervoor te waken dat de activiteiten effect hebben, worden ze aangeboden op alle niveaus van gezondheidsbevordering: signaleren, door middel van het afnemen van een fittest en het periodiek gezondheidsonderzoek, educatie door het aanbod van de lessen 'Lekker fit' en voldoende bewegingsonderwijs, aandacht voor een spor

atieve schoolomgeving, waarbij we denken aan een beweegvriendelijk schoolplein, beweegtussendoortjes, een sportdag en sporttoernooien en schoolbeleid door samen te werken met een combinatie-functionaris, die sport en spel stimuleert op de school en een coördinator sportzaken op de school.

Daarnaast is er ook in de lessen aandacht voor gezonde voeding, waar we ook aandacht aan geven bij de exploitatie van onze schooltuintjes en is er wekelijks een fruitdag op de school.



INDICATOR	AANDACHTSGEBIEDEN	
Beleid		
De school heeft haar beleid ten aanzien van de Gezonde School vastgelegd in een Activiteitenplan gezonde School 'Sport en bewegen'	Dit document beschrijft alle activiteiten wat betreft de signalering, de educatie, de schoolomgeving en het schoolbeleid ten aanzien van de gezonde school	
Er wordt samengewerkt met een combinatiefunctionaris	Deze combinatiefunctionaris biedt lessen aan voor de school op het gebied van sport en bewegen.	
De school bezit een vakleerkracht bewegingsonderwijs	Er zijn meerdere leerkrachten die bewegingsonderwijs geven. Eén leerkracht is sportcoördinator van de school. De taak van de coördinator is het bewegen op school te stimuleren en alles rond het thema de gezonde school te coördineren. Zij regelt ook de opgave voor sporttoernooien op de school.	
De school heeft een vaste methode bewegingsonderwijs	De methode 'Basisdocument'. De leerlijnen worden gevolgd.	
De activiteiten rond sport en bewegen zijn opgenomen in het schoolplan en de schoolgids	Korte beschrijving en verantwoording in beide documenten	
De school is in het bezit van het Vignet de gezonde School	Om dit vignet de verkrijgen en te behouden voldoet de school aan de gestelde eisen. Elk jaar worden deze geëvalueerd. Evaluatie vindt plaats op de brede laatste teamvergadering van het jaar	
De school heeft een goed verzorgde en ruime fietsenstalling	Een goede fietsenstalling stimuleert het komen op de fiets en dus bewegen.	
Signalering		
Jaarlijks neemt de school de fittest af	Deze wordt afgenomen in groep 3 – 8 aan het begin van het cursusjaar Er hoort een shuttleruntest bij, waarvan de resultaten worden genoteerd per groep in een LVS.	
Jaarlijks wordt er een preventief gezondheidsonderzoek afgenomen	Dit gebeurt door de jeugdarts en –verpleegkundige bij leerlingen in groep 2 t/m groep 7	
Er vindt signalering plaats en eventuele doorverwijzing	Indien blijkt dat een leerling overgewicht heeft of inactief is zal de school in overleg met de ouders adviseren door te verwijzen naar de Jeugdgezondheidszorg	
Educatie		
Elke woensdag is op onze school de fruitdag	We stimuleren het meenemen van fruit op woensdag. In de onderbouw (groep 1 en 2) wordt het fruit dat de kinderen hebben meegenomen in kleine stukjes gedeeld en eetklaar gemaakt voor de leerlingen op een grote schaal. In de andere groepen eten de leerlingen hun zelf meegebracht fruit op.	
We stimuleren het meenemen van gezonde traktaties	Elk cursusjaar attenderen we via de nieuwsbrief de ouders op het meenemen van gezonde traktaties	
Elke twee maanden wordt er in de groepen en les gegeven 'Ga voor gezond' i.p.v. de biologieles.	Deze lessen zijn door de coördinator gekopieerd en in ieders bezit in de biologiemap. Er zijn 8 lessen.	
Er is structureel aandacht voor bewegen tussen de lessen door.	Afgesproken is een paar keer per dag tussendoor te bewegen in de groepen. Uit het boek 'energizers' en het folderdje 'recht je rug'.	
Elk jaar wordt er een sportdag op school georganiseerd	De sportdag vindt in de regel plaats aan het begin van het nieuwe cursusjaar	
De school neemt structureel deel aan diverse sporttoernooien	Leerlingen kunnen zich inschrijven voor het basketbaltoernooi, het voetbaltoernooi en korfbaltoernooi.	

Schoolomgeving	
Het schoolplein is gericht op spel en bewegen.	Bij de aanleg is rekening gehouden met de doelstelling om veel te kunnen bewegen: speeltoestellen, grasveld met doeltjes e.d.
Er wordt gebruik gemaakt van speelpleinkaarten	Er is een map met leuke spellen voor in de pauze. De pleinwacht stimuleert het spelen en bewegen door de map mee te nemen en de kinderen kaarten te geven met spelen erop.