

**In deze nieuwsbrief:**

- Gezonde school
- Kookworkshops Partou
- Schoolontbijt
- Techniektorens

**Gezonde school**

Dit schooljaar zijn wij aan de slag gegaan met de Gezonde School-aanpak. Wij hebben ingezet op het thema sport en bewegen, daarnaast besteden we ook aandacht aan het thema voeding. We worden begeleid door een Gezonde Schooladviseur.

Het thema sport en bewegen heeft de volgende doelen:

- Plezier in bewegen: Leerlingen ontwikkelen plezier in bewegen, doordat zij motorisch vaardig worden en daardoor succeservaringen opdoen. En wie op jonge leeftijd plezier ervaart in sporten en bewegen, ontwikkelt dikwijls een actieve leefstijl op latere leeftijd.
- Beter prestaties: Door voldoende beweging scoren leerlingen beter op executieve functies en hebben ze een beter werkgeheugen. Daarnaast ontwikkelen ze een gezondere leefstijl. En leerlingen met een gezonde leefstijl presteren beter op school.
- Gezondheid: Bij kinderen verkleint voldoende bewegen de kans op depressieve symptomen, heeft het gunstige effecten op de botkwaliteit en verbetert de insuline gevoeligheid.
- Mentaal welbevinden: Samen sporten en bewegen heeft een sterk verband met mentaal welbevinden. Door in de klas en daarbuiten te bewegen, hebben leerlingen meer plezier. Daarnaast draagt het bij aan de ontwikkeling van sociaal-emotionele vaardigheden, zoals samenwerken en met winst en verlies omgaan.



Met Partou zijn wij in gesprek gegaan over het aanbod van workshops binnen dit thema en hebben we afgesproken een pilot te gaan draaien waarbij Partou één keer in de week workshops komt verzorgen binnen een afgesproken thema.

Afgelopen periode zijn we deze pilot gestart met de workshops binnen het thema 'wereldrestaurant' en 'fit-challenge'.

Na de kerstvakantie zullen we verder ingaan op het sporten en bewegen.

**Kookworkshops Partou**

Zoals u hierboven heeft kunnen lezen heeft Partou een workshop met het thema 'wereldrestaurant' gegeven. Binnen dit thema zijn de kinderen aan de slag gegaan met het leren bereiden en proeven van verschillende gerechten.

Zo hebben ze bruschetta en een fruittoetje gemaakt. Maar hebben ze ook geleerd hoe je sushi moet maken en natuurlijk werd dit ook gezellig met elkaar opgegeten. De kinderen hebben in deze periode veel nieuwe dingen kunnen proeven en wat zijn we trots dat kinderen dit ook durven!



### Schoolontbijt

Op woensdag 8 november hebben wij meegedaan aan het nationaal schoolontbijt. Kinderen kregen de kans om anders te ontbijten dan ze wellicht gewend zijn. Er stonden misschien wel andere producten op tafel dan thuis en tegelijkertijd leren kinderen van klasgenoten (zien eten doet eten).

Deze ontbijtochtend draaide volledig om een gezond en compleet ontbijt, waarbij meerdere gezonde productgroepen werden aangeboden: groente, fruit, volkoren, zuivel etc.

Dit maakte het Nationaal Schoolontbijt dus tot een complete ervaring: leren over een gezond ontbijt én het ook ervaren.



### Techniekmiddagen

Tussen de kerst- en voorjaarsvakantie zullen wij elke vrijdagmiddag tijd besteden aan techniek.

Hiervoor zullen we onder andere gebruik maken van lessen uit de 'techniektorens'.

De Techniek Torens bieden een laagdrempelig en kerndoelendekkend totaalconcept voor Wetenschap & Techniek in het basisonderwijs. Leerlingen werken zelfstandig samen in kleine groepjes. Ze leren Onderzoekend & Ontwerpend Leren (OOL) en gaan driedimensionaal aan de slag. Alle materialen, leskisten en lesbrieven zijn kant-en-klaar aanwezig in de Techniek Torens. Leerlingen kunnen direct aan de slag. Samenwerkend leren met de Techniek Torens is goed voor de contextrijke ontwikkeling van de basisvaardigheden Taal en Rekenen en voor de Sociaal-emotionele ontwikkeling, zelfregulerend Leren en de ontwikkeling van technisch talent en creativiteit.

