

Continuurooster
Basisschool Dr. Landman
Helvoirt
Leidraad voor ouders



Werkgroep Andere Tijden en Managementteam
Juni 2016

Inhoudsopgave

1. Continurooster
 - 1.1 Lesrooster
 - 1.2 Visie op het continurooster

2. Uitwerking continurooster
 - 2.1 Visie op de lunch
 - 2.2 Afspraken tijdens de lunch
 - 2.3 Pauzetijden
 - 2.4 Pauzetijden voor het personeel
 - 2.5 Pleindienst
 - 2.6 Drinken gekoeld bewaren
 - 2.7 Slecht weer programma

3. Overig
 - 3.1 Buiten Schoolse Opvang
 - 3.2 Medicatie
 - 3.3 Geïndiceerde leerlingen
 - 3.4 Schoolmelk

4. Evaluatie

Bijlage 1 Gezond eten: richtlijnen van het voedingscentrum.

1. Continurooster

Het team van basisschool Dr. Landman gaat met ingang van 5 september 2016 het continurooster invoeren. Dit betekent dat alle kinderen de lunch op school nuttigen. De middagpauze zal dan worden verkort naar drie kwartier.

1.1 Lesrooster

Het lesrooster ziet er als volgt uit:

Maandag, dinsdag en donderdag van 8.30 tot 14.45 uur. Alle kinderen blijven over.

Tenzij anders is aangegeven en aangevraagd bij de directie middels een formulier.

Dit formulier kunt u opvragen bij de directie.

De lunchpauze is 45 minuten tussen 11.30-13.00 uur.

Woensdag en vrijdag zijn de schooltijden van 8.30 tot 12.30 uur.

Vanaf 8.15 uur is het inlooptijd. De kinderen komen naar binnen. Ze kunnen met elkaar overleggen, lezen of een werkje afmaken. Bij de zoemer om 8.30 uur begint de lesdag.

1.2 Visie op het continurooster

Door het continurooster kunnen wij als team een doorgaande lijn creëren in de schooldag van onze kinderen. Vanaf het moment dat ze op school komen tot aan dat zij de school verlaten om kwart voor drie gelden dezelfde eenduidige regels.

Kinderen en leerkrachten zijn op de hoogte van deze regels en dat biedt structuur, duidelijkheid en rust. We verwachten dat dit het welbevinden van de kinderen ten goede komt en dit stimulerend werkt voor de ontwikkeling van de kinderen.

Tevens willen we als school onze verantwoordelijkheid nemen in het aanzetten tot gezond gedrag. In dit geval gezond eet- en beweeggedrag.

We starten in schooljaar 2016-2017 met een project gezonde voeding.

Via de nieuwsbrief en in gesprekken met de kinderen maken we afspraken over een gezonde lunch. Het is voor iedereen duidelijk wat er wel en wat er niet in een lunchpakketje hoort.

Buiten spelen zal onderdeel uit maken van de pauze. De kinderen kunnen bewegen en samen spelen.

2. Uitwerking Continurooster

2.1 Visie op de lunch

Tussen 11.45 uur en 12.30 uur lunchen de groepen 4 tot en met 8 in de klas onder toezicht van de eigen leerkracht.

De kinderen in groep 1-2, 2-3 en 3 starten om 12.00 uur met de lunch. De leerkrachten van deze groepen zorgen ervoor dat er tijdens de uitloop van de lunchtijd een taalactiviteit wordt gedaan om tegemoet te komen aan de onderwijstijd.

De kinderen nemen hun eigen eten en drinken mee van thuis. We willen graag dat dit een gezonde maaltijd is. Er mag geen snoep meegenomen worden.

Tijdens het eten wordt gezorgd voor een gezellige, informele sfeer.

Er zijn in het klassenrooster van de kinderen vaste taken voor het klaarzetten en opruimen van de spullen. Zo leren de kinderen dat zij met elkaar verantwoordelijk zijn. Natuurlijk kan er tijdens het eten rustig gepraat worden en is er aandacht voor verhalen van kinderen.

Rust en gezelligheid tijdens de lunch hebben een groot effect op een positief groepsklimaat. Het is niet de bedoeling dat de lunch snel wordt gegeten om vervolgens zo gauw mogelijk naar buiten te gaan. De kinderen starten de maaltijd samen en wachten tot iedereen is uitgegeten. De leerkracht heeft voldoende pedagogische bagage om dit goed te begeleiden.

2.2 Afspraken tijdens de lunch

Bij het nuttigen van de lunch horen een aantal regels of manieren die de leerkrachten en kinderen consequent toepassen.

Hieronder staat beschreven welk protocol wij volgen om tot een gezellige en gestructureerde lunchpauze voor ieder kind te komen.

- De leerkracht stimuleert het eten in wisselende groepjes. Zo zitten de kinderen steeds bij anderen en oefenen hun sociale vaardigheden.
- Geen schoolspullen (schriften/ boeken) op tafel.
- Tassen staan op de grond, eten en drinken op tafel op een placemat.
- Een gezonde lunch is: brood (met bij voorkeur gezond beleg), melk of vruchtensap, fruit.
- Netjes eten en drinken.
- Geen eten onderling ruilen.
- Blijven zitten onder het eten en drinken.
- Rustig praten tijdens het eten en drinken.
- Wachten totdat iedereen klaar is met eten.
- Netjes opruimen als je klaar bent met eten en drinken.

- Overgebleven eten en drinken niet weggooien en deze weer mee naar huis nemen.
- In de groepen hebben steeds twee kinderen de taak de placemats schoon te maken en op te ruimen. Daarnaast zijn er kinderen uit de bovenbouw die meehelpen om alles klaar te zetten in de groepen 1-2-3-4. De leerkracht maakt hiervoor een schema.

2.3 Pauzetijden

We onderscheiden twee pauzes op een dag. De kleine (fruit)pauze van 15 minuten in de ochtend en de (lunch)pauze in de middag.

Kleine ochtendpauze: 15 minuten

Alle kinderen spelen buiten. De kinderen van groep 1-2 en 3 op de binnen patio van de kleuters en op de speelplaats voor de school. De groepen 4 tot en met 8 spelen op de speelplaats voor de school. De kinderen hebben hun meegebrachte fruit en drinken van te voren op gegeten in de klas. Op alle speelplaatsen zijn surveillanten aanwezig.

Middagpauze: 45 minuten

Deze pauze bestaat uit 15 minuten eten en 30 minuten spelen

Alle kinderen spelen buiten. De kinderen van groep 1-2 en 3 op de speelplaats van de kleuters en op de speelplaats voor de school. De groepen 4 tot en met 8 spelen op de speelplaats voor de school. Op alle speelplaatsen zijn surveillanten aanwezig.

Het buiten spelen van de groepen 1 t/m 8 zullen in verschillende shifts plaatsvinden, omdat niet alle groepen tegelijk op het plein kunnen zijn.

Op de speelplaats voor de school mogen de kinderen skateboarden, met een klein stepje rijden, spelletjes spelen en voetballen.

Groepen	Ochtendpauze	Middagpauze	Middagpauze
1-2abc	10.00 – 10.15	11.30 – 12.00	12.00 – 12.15
2-3		Buitenspelen	(12.20)
3			Lunch
4ab	10.15 – 10.30	11.45 – 12.00	12.00 – 12.30
5		Lunch	Buitenspelen
5-6			
6			
7ab	10.30 – 10.45	12.15 – 12.30	12.30 – 13.00
8ab		Lunch	Buitenspelen

We hebben dit rooster zo opgesteld dat we werken in 3 shifts. Dit doen we omdat op deze manier de groepen qua aantallen goed verdeeld zijn over de pleinen. De

groepen 12abc, 2/3 en 3 werken in een roulatie systeem. De kleutergroepen spelen of op de binnenspeelplaats of op het grote plein. Elke kleutergroep speelt 1 of meerdere keren per week op het grote plein samen met de leerlingen van groep 2/3 en 3. Op deze wijze treffen de leerlingen elkaar regelmatig op de vrije momenten.

2.4 Pauzetijden voor personeel

In de CAO-Primair-Onderwijs staat dat de werknemer recht heeft op een pauze van minimaal 30 minuten tussen 10.00 en 14.00 uur. Deze pauze mag ook gesplitst worden in twee keer 15 minuten.

Het streven is om iedere leerkracht zoveel mogelijk 30 minuten aaneengesloten pauze te geven. Het zal voor alle personeelsleden ook een aantal keer per week voorkomen dat hij/zij tussen de middag 15 minuten pleindienst heeft en dus de pauze gesplitst is in 2x een kwartier.

2.5 Pleindienst

Tijdens het spelen is er op iedere speelplaats toezicht. De groepen 1 t/m 3 gebruiken twee speelplaatsen. Op elke speelplaats is er een surveillant. En bij de groepen 4 t/m 8 zijn er twee surveillanten op de speelplaats.

Daarnaast worden de surveillanten eventueel ondersteunt door een hulpkracht of stagiaire.

2.6 Koelen

In het kader van hygiëne en versheid kunnen de kinderen hun lunchtrommel en drinkbekers in een thermobox plaatsen.

2.7 Slecht weer programma

Bij slecht weer blijven de kinderen binnen. Er wordt door de leerkrachten van tevoren afgesproken wat de opties voor de kinderen zijn. De leerkracht stuurt dit aan voordat hij/zij aan de eigen pauze begint:

- In één lokaal draait een schooltv-uitzending op het digibord.
- In één lokaal is ruimte voor gezelschapspelletjes.
- In één lokaal kunnen kinderen vrij knutselen.
- In de hal/ leeg lokaal is een rustruimte ingericht, waar kinderen rustig kunnen lezen.

De leerkrachten die pleindienst hebben, lopen heen en weer tussen de groepen die pauze hebben. Indien wenselijk springt een extra leerkracht bij.

We leren de kinderen dat we aan het eind van de pauze met slecht weer alles met elkaar opruimen.

3. Overig

3.1 Buiten Schoolse Opvang

Omdat bij het continurooster de schooltijd eerder eindigt dan in het huidige rooster, namelijk om 14.45 uur, is het nodig om de tijd van de BSO te verlengen voor ouders die daar gebruik van willen maken. Kinderdagverblijf De Kindertuin en Mini&Maxi zijn op de hoogte van onze plannen en kunnen u hiervoor een aanbod doen. Het is belangrijk dat u contact met hen opneemt, zodat de naschoolse opvang voor uw kind goed geregeld is met ingang van het continurooster op 5 september 2016.

3.2 Medicatie bij kinderen(protocol)

Er zijn kinderen die tussen de middag medicijnen nodig hebben. Wanneer dit het geval is, worden hierover afspraken gemaakt tussen de ouders van het kind en de desbetreffende leerkracht. Per kind wordt onder meer besproken en vastgelegd in een protocol, wie waarvoor bevoegd en verantwoordelijk is.

3.3 Geïndiceerde leerlingen

Ook bij ons op school zijn leerlingen die vanwege een gevoeligheid of beperking (bv. ADD, ADHD, autisme) meer rust nodig hebben tussen de middag. In overleg met de ouders en de intern begeleider wordt besproken wat hun het meeste rust geeft.

4. Evaluatie

De werkgroep Andere Tijden blijft in het schooljaar 2016-2017 het proces en eventuele veranderingen volgen en begeleiden.

Er zijn daarom drie evaluatiemomenten gepland, met leerlingen, ouders en leerkrachten.

- Na vijf weken vindt het eerste ijkmoment plaats: ouders, leerkrachten en leerlingen geven opmerkingen aan.
- In oktober wordt het continurooster in de MR geëvalueerd.
- In december bespreekt het ouderpanel het continurooster.
- Eindevaluatie in april 2017.

Bijlage 1 Gezond eten: richtlijnen

Wij willen goed onderwijs geven aan onze kinderen. Daar hoort gezond en milieubewust leven bij. We voelen ons medeverantwoordelijk voor de gezondheid van de kinderen. We zijn daarom enthousiast dat het continurooster ons een kans geeft om gezonder en beter met eten om te gaan op school.

De basis van eetgedrag wordt op jonge leeftijd gelegd en door deze opvoeding hopen we dat kinderen later vanuit zichzelf de motivatie hebben om voor gezonde voeding te kiezen. Met uw medewerking zorgen we voor kinderen die gezond eten en drinken tijdens de ochtendpauze en de lunch.

Trakteren doen we zo gezond mogelijk. Er is ruimte om individuele afspraken te maken bij een allergie, dieet of een bepaalde (geloofs)overtuiging. We nemen graag een schooldag door met u.

Eten in de ochtendpauze

De kinderen eten elke dag een gezonde pauzehap. We vragen u om gezond eten mee te geven, zoals groente en fruit.

Geschikt voor de kleine pauze vinden wij bijvoorbeeld:

- Fruit, zoals appel, peer, banaan, kiwi, druiven, meloen, pruim en mandarijn.
- Groente, zoals worteltjes, komkommer, paprika, snoeptomaatjes en radijsjes.

Eten tijdens het overblijven

De kinderen eten dagelijks een gezonde lunch. We vragen u gezond belegde boterhammen mee te geven in de broodtrommel. Lekker voor erbij is groente of fruit. Koek, snoep of chips zijn niet toegestaan. Deze zullen in het trommeltje blijven en weer mee naar huis gaan.

Drinken

Kinderen drinken tijdens de ochtendpauze en de lunch gezonde dranken, zoals water, halfvolle melk, vruchtensap.

Traktaties

We willen gezonde traktaties stimuleren. In een klas zitten al gauw 25 kinderen. Dat zijn een behoorlijk aantal traktaties gedurende het schooljaar (ongeveer om de week). Wij vragen u daarom om de traktaties wel feestelijk, maar ook klein te houden en niet te calorierijk te maken.

Geschikt voor traktaties vinden wij bijvoorbeeld:

- 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, peperkoek, mini eierkoek.
- Vrolijke traktaties vindt u op www.voedingscentrum.nl/trakteren en www.gezondtrakteren.nl

We willen gezond eten op school voor iedereen makkelijk maken, om zo bij te dragen aan een goede ontwikkeling van de kinderen. We realiseren ons dat dit alleen lukt als u, als ouder, hierbij meehelpt. Twijfelt u over een keuze? Praat er met elkaar over en met ons. Door dagelijks, ook op school, gezond te eten en drinken wordt dit een gewoonte! Een gewoonte die ook ten goede komt aan de leerprestaties van de kinderen