

De Gezonde school

Onlangs hebben drie van onze scholen het keurmerk Gezonder School behaald. Het gaat om basisschool La Res, obs Stadsveld (met twee locaties: Stadsveld en Pathmos), en obs Harry Bannink. Welke bijzondere activiteiten ontplooiën deze scholen op het gebied van gezondheid?

Vignet

Het vignet Gezonde School is een kwaliteitskeurmerk voor scholen die werken aan het verbeteren van de gezondheid van hun leerlingen. Na het behalen van minimaal één themacertificaat mag een school zich gedurende drie jaar een Gezonde School noemen. Er zijn certificaten te behalen op de thema's bewegen en sport, welbevinden, voeding, relaties en seksualiteit, roken en alcohol, milieu en natuur, fysieke veiligheid en hygiëne, huid en gebit.

La Res : bewegen en sport

La Res heeft het themacertificaat sport en bewegen gekregen in het kader van het sportbeleid. Alle kinderen krijgen drie keer in de week sport, waarvan twee keer van de vakleerkracht. Vanaf groep 3 doet de school een talentscan. Op basis van de scan krijgen alle sportieve talenten nog één extra les, waarin ze optimaal uitgedaagd worden. Flexibele onderwijstijden maken het mogelijk om onder schooltijd op hoog niveau te sporten en extra te trainen. Hierdoor is de combinatie school en sport minder zwaar voor kinderen. Naast de uren sport onder schooltijd krijgen de leerlingen nog twee keer per week sportactiviteiten aangeboden. Deelname daaraan is vrijwillig. Ook organiseren sportverenigingen uit de buurt regelmatig clinics onder schooltijd. Dit alles doet de school in samenwerking met o.a. de Hogeschool van Arnhem-Nijmegen, Sportaal en verenigingen in de buurt.

De school is gecompimenteerd met het uitgebreide beweeg- en sportaanbod dat de school haar leerlingen op een vernieuwende wijze in samenwerking met andere partijen biedt. De school is geadviseerd mee te doen aan de verkiezing van sportiefste school van Nederland in april van dit jaar. We wachten af!



Harry Bannink en Stadsveld: voeding

Harry Bannink en Stadsveld hebben het themacertificaat Voeding uitgereikt gekregen. Binnen deze scholen wordt gewerkt met het concept Bewegwijs, in combinatie met Leefwijs. Bewegwijs heeft in het optimaal gebruiken van de schoolomgeving een nieuw schoolvak. Dit vak verbindt binnen en buiten. Leefwijs biedt een aanbod voor een gezonde leefstijl en is ontwikkeld in samenwerking met de GGD. Er is een complete methode voor alle groepen. De kinderen krijgen speciale lessen rondom gezond leven en ook ouders worden geïnformeerd over gezonde maaltijden en in het bijzonder gezonde tussendoortjes. Het betrekken van de ouders bij dit project is erg belangrijk, omdat kinderen vaak de eetgewoonten van de ouders overnemen. Ook zijn er smaaklessen. In deze lessen koken de kinderen bijvoorbeeld samen met ouders en proeven ze gezonde producten.

De beide scholen maken gebruik van Schoolfruit, een initiatief vanuit de Europese Unie. Binnen dit project is gedurende vier maanden schoolfruit beschikbaar voor de kinderen. Door een gift vanuit Rotary is het de Harry Bannink gelukt om dit uit te breiden tot een periode van twee jaar! Pathmos en Stadsveld kopen extra fruit in vanuit de subsidie Gezonde School. De kinderen zijn enthousiast, ze proeven alles en genieten ervan.

Behalve voor voeding is er ook aandacht voor drinken. Door middel van het kraanwaterproject stimuleert de GGD het drinken van water. Alle kinderen hebben een bidon gekregen. Het effect hiervan is niet alleen dat ze meer water drinken, maar ook dat pakjes en blikjes frisdrank veel minder mee naar school genomen worden.

Al deze stimulerende activiteiten hebben de scholen geleid het certificaat Gezonde voeding opgeleverd. De scholen benadrukken dat het voor het behalen van het certificaat van cruciaal belang is dat het team achter het project staat en dat de ouders betrokken zijn. Dit zijn op deze scholen dus sterke punten!

Voor het verkrijgen van het certificaat moet een plan van aanpak opgesteld worden. Daarnaast zijn er kosten aan verbonden: € 150 per school. Voor meer informatie zie: www.gezondeschool.nl .

Sandra Schukkert



Het bereiden van gezonde traktaties op obs Harry Bannink



Gezonde traktaties op obs Stadsveld