

## Beleid Bisschop Ernstschool

### Gezonde School: Sport en Bewegen

#### Visie en missie

Op onze school zijn wij begaan met de toekomst van de leerlingen en willen daarom graag meewerken aan het beleid van de *Nederlandse overheid* om leerlingen op school een kans te bieden, voldoende te sporten en te bewegen omwille van een goede en gezonde ontwikkeling van de leerlingen.

Met sport en bewegen stimuleren wij zoveel mogelijke een actieve leefstijl voor de leerlingen.

Tijdens de lessen die op school gegeven worden, is er balans tussen bewegen, plezier en het ontwikkelen van het leervermogen.

Wij proberen zoveel mogelijk een beweegvriendelijke sport- en bewegingomgeving te creëren daar waar mogelijk is.

Hierbij denken wij ook aan tussen- en naschoolse sport- en bewegingsactiviteiten in samenwerking met de buitenschoolse beweeg- en sportaanbieders.

Op dit moment zijn we daar toekomstbestendig mee bezig (zie alle onderstaande activiteiten, die doen wel en blijven we doen)

Overzicht van sport- en bewegingsactiviteiten per groep: het zijn niet alleen buitenactiviteiten, maar er is ook bewegen in de klas. Gemiddeld wordt er 30 minuten per dag dmv coöperatief leren en alle extra beweegactiviteiten in de klas bewogen. Deze activiteiten zijn opgenomen in de dag/ weekplanning.

Groep 0-1A	<ul style="list-style-type: none"> <li>● elke dag bewegen de kleuters tijdens het buiten spelen(2x een ruim half uur)</li> <li>● 1x in de week gymles</li> <li>● tussendoor bewegen de kinderen regelmatig: denk aan een dansje, bewegingsspelletje, energizer, coöperatieve werkvormen, enz.</li> </ul>
Groep 1B	<ul style="list-style-type: none"> <li>● elke dag bewegen de kleuters tijdens het buiten spelen(2x een ruim half uur)</li> <li>● 1x in de week gymles</li> <li>● tussendoor bewegen de kinderen regelmatig: denk aan een dansje, bewegingsspelletje, energizer, coöperatieve werkvormen, enz.</li> </ul>

*“Een grote school, die intimiteit uitstraalt”*



Groep 2A	<ul style="list-style-type: none"> <li>● elke dag bewegen de kleuters tijdens het buiten spelen 2x 45 minuten</li> <li>● 1x in de week gymles</li> <li>● tussendoor bewegen de kinderen regelmatig: denk aan een dansje, bewegingsspelletje, energizer, coöperatieve werkvormen, enz.</li> </ul>
Groep 2B	<ul style="list-style-type: none"> <li>● elke dag bewegen de kleuters tijdens het buiten spelen 2x 45 minuten.</li> <li>● 1x in de week gymles</li> <li>● tussendoor bewegen de kinderen regelmatig: denk aan een dansje, bewegingsspelletje, energizer, coöperatieve werkvormen, enz.</li> </ul>
Groep 3A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- op maandag hebben we <math>\frac{3}{4}</math> kwartier gym.</li> <li>- op donderdag hebben we <math>\frac{3}{4}</math> kwartier zwemmen.</li> <li>- elke dag spelen we minstens 15 minuten buiten.</li> <li>- elke dag hebben we minstens 1 coöperatieve activiteit waarin kinderen moeten rondlopen.</li> <li>- letter flitsen doen we in combinatie met bewegen.</li> <li>- tijdens de rekenspelletjes (minstens 3x per week) bewegen de kinderen ook.</li> <li>- verschillende tussendoor activiteiten waarin we bewegen zoals: standbeeldenmuseum, meedansen met just dance, ren je rot, buitenlessen enz.</li> </ul>
Groep 3B	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zie groep 3a</li> </ul>
Groep 4A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- op donderdag 45 minuten gym</li> <li>- op vrijdag 45 minuten zwemmen</li> <li>- elke dag 15 minuten buiten spelen</li> <li>- elke dag 30 minuten spelen voor kinderen die overblijven.</li> <li>- dagelijks dansje / bewegen ahv “just dance” of “team talento” (bijv. yoga, warming up, drummen op tafel)</li> <li>- de kinderen hebben voor veel vakken een andere plaats en</li> </ul>



	wandelen tussendoor naar hun andere plekje
Groep 4B	Op donderdag hebben wij 45 minuten gym Op vrijdag 45 minuten zwemmen elke dag 15 minuten buiten spelen elke dag 30 minuten spelen voor kinderen die overblijven. elke dag een Coöp vorm waarbij bewogen wordt Tussendoortje met dansen o.i.d .
Groep 5A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Op woensdag hebben wij 45 minuten gym</li> <li>- Op vrijdag hebben wij 45 minuten gym</li> <li>- Elke dag spelen de kinderen in de ochtend pauze 15 minuten buiten</li> <li>- Veel kinderen spelen tussen de middag ook buiten, wanneer zij overblijven</li> <li>- Iedere dag 1 of meer coöperatieve werkvormen</li> <li>- Tussendoortjes als: dansen, tafeljoggen, energizer</li> </ul>
Groep 5B	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Op donderdag en vrijdag hebben wij 45 minuten gym.</li> <li>- Elke dag spelen de kinderen in de ochtend pauze +/- 15 minuten buiten.</li> <li>- Tussen de middag spelen de kinderen (die overblijven) ook nog buiten tijdens de overblijf.</li> <li>- Iedere dag minstens 1 coöperatieve werkvorm, waarbij gelopen/ bewogen wordt.</li> <li>- Een aantal keren in de week een tussendoortjes als; dans, energizer, bewegingsspelletje.</li> </ul>
Groep 6A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- elke dag 15 minuten buitenspelen</li> <li>- woensdagmorgen 3 kwartier gymles</li> <li>- vrijdagmorgen 3 kwartier gymles</li> <li>- iedere dag een coöperatieve werkvorm waarbij de kinderen rondlopen</li> <li>- een aantal keren in de week een tussendoortje als: dansen of energizer</li> </ul>



Groep 6B	- zie groep 6A
Groep 7A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- elke dag 15 minuten buitenspelen</li> <li>- twee keer per week 45 min gym</li> <li>- iedere dag een coöperatieve werkvorm waarbij de kinderen rondlopen</li> <li>- een aantal keren in de week een tussendoortje als: dansen of energizer</li> </ul>
Groep 7B	<ul style="list-style-type: none"> <li>- elke dag 15 minuten buitenspelen</li> <li>- twee keer per week 45 min gym</li> <li>- iedere dag een coöperatieve werkvorm waarbij de kinderen rondlopen</li> <li>- een aantal keren in de week een tussendoortje als: dansen of energizer</li> </ul>
Groep 8A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- elke dag 15 minuten buitenspelen</li> <li>- dinsdagmiddag 3 kwartier gymles</li> <li>- donderdagmiddag 3 kwartier gymles</li> <li>- enkele keren per week een coöperatieve werkvorm waarbij de kinderen rondlopen</li> </ul>
Groep 8B	<ul style="list-style-type: none"> <li>- elke dag 15 minuten buitenspelen</li> <li>- dinsdagmiddag 3 kwartier gymles</li> <li>- donderdagmiddag 3 kwartier gymles</li> <li>- enkele keren per week een coöperatieve werkvorm waarbij de kinderen rondlopen</li> </ul>

**Het schoolplein:**

Het schoolplein is vernieuwd en nodigt uit tot nog meer bewegen: Voor de oudste leerlingen zijn de doelpalen, voetbal-ruimte en pingpongtafel, alle andere onderdelen zijn voor de jongere leerlingen.

Ons plein bevat:

***“Een grote school, die intimiteit uitstraalt”***



- een verkeersplein
- duikelrek
- klimrek
- balans-balken
- tafeltennistafel
- klimwand
- grote mand-schommel
- grote zandbak
- boomstammen
- doelpalen en voetbal-speelruimte

**In samenwerking met SMWO** kunnen de kinderen op donderdagmiddag deelnemen aan de pleintjesactiviteiten op het schoolplein.

Daarnaast doen we vaak mee aan schoolvoetbal- schoolkorfbaltoernooien en een schaaktoernooi.

Studenten van het CIOS organiseren nog een speciale sportdag voor de groepen 7 en 8.

Ook met de koningspelen doen we mee en vaak wordt er meegedaan met sponsortochten waarbij een afstand gelopen of gefietst gaat worden voor een goed doel.

Tijdens het schoolkamp van groep 8 zijn ook veel sport- en beweegmomenten. De leerlingen fietsen, zwemmen, voetballen, krijgen een speurtocht en spelen bij Het Klokhuis.

Verder promoten wij bij ouder(s) / verzorger(s), voor zover mogelijk, het lopend of fietsend naar school komen in plaats van met de auto gebracht worden.

Ook geven wij vaak informatie over gratis proeflessen bij sportclubs door aan de ouder(s)/ verzorger(s).

Bisschop Ernstschool  
gezondheidscoördinator  
(Karin van Exel)

