

3 en 4 febr. kinderen vrij, studiedagen

10 febr. 10 min. gesprekken

17 febr. t/m 23 febr. voorjaarsvakantie



Ynformaasje 6 16-1-2020

CITO's, (toetsen) zijn er om de stand van zaken helder te krijgen.

Wij geven de kinderen door goed hun best te doen, dan is het altijd goed genoeg!



### Buitenspelen

Het is volgens de kalender winter, maar daar is helaas niets van te merken. We moeten het doen met een verlengde herfst. **Dat betekent dat het regelmatig regent en het op het plein soms modderig is en er regenplassen liggen. Dat is voor de kinderen absoluut geen punt, want ze genieten van het buitenspelen en van het klieren en experimenteren met modder en water. In het enthousiasme van het spel, levert dat bij een aantal kinderen regelmatig vieze kleren en natte schoenen op.** We kunnen er natuurlijk voor kiezen om niet buiten te spelen als er plassen liggen, maar dan doen we de kinderen te kort!



### De Ark, een fijne school:

Waar we (buiten) spelen heel belangrijk vinden



### Waarom is buitenspelen eigenlijk zo belangrijk?

Kinderen spelen buiten vooral met andere kinderen. Ze maken vrienden, hebben ruzie en lossen dit weer op en leren voor zichzelf op te komen. Kinderen spelen samen en verzinnen dingen om buiten te doen. Ze leren rekening te houden met elkaar.

Buiten is het nooit saai! Er is van alles te doen en ontdekken. Kinderen blijven uitdagingen zoeken en brengen zich hierdoor soms voor hun gevoel in "gevaarlijke" situaties. Die gevaren zetten kinderen aan om te zoeken hoe ze de situatie weer onder controle kunnen krijgen. Door deze risico's aan te gaan, leren kinderen steeds beter in te schatten en ontdekken wat zij in bepaalde situaties kunnen doen. Kinderen die buiten spelen worden uitgedaagd tot uitproberen en creatieve alternatieven zoeken en leren van mislukkingen zijn belangrijke processen die kinderen tijdens het buitenspelen doormaken.

Spelen doe je omdat je het leuk vindt, niet omdat het moet. Tijdens het buiten spelen hebben kinderen alle ruimte om verschillende dingen uit te proberen en te ontdekken wat voor talenten ze in huis hebben en wat ze graag doen. Het ene kind houdt erg van klimmen en klauteren, een ander van bouwen, genieten van het spelen met zand en water.

Tijdens het buitenspel (in de frisse lucht) is er ruimte voor spelletjes zoals verstoppertje, tikkertje of kringspelletjes. Dit zijn spelletjes waar de kinderen veel plezier beleven. **Wij zijn gezegend met een plein waar dit allemaal kan!** Buiten spelen zorgt als vanzelf voor beweging. En we weten het allemaal: bewegen is erg gezond!

In het voorjaar (met beter weer) introduceren we (om de kinderen te inspireren) nieuwe speelmaterialen die we (OR en team) hebben aangeschaft van het sponsorgeld.

## Stakingen

Wij staken op 30 en 31 januari **niet**. Wij maken ons (net als de rest van Nederland) grote zorgen om het leraren tekort in het onderwijs. Toch staken we niet omdat we de rust willen bewaken in De Ark. We hebben studiedagen en het kan in de toekomst ook wel eens voorkomen dat we geen vervanging hebben bij ziekte. Wij willen niet meer onrust creëren dan dat er nu noodgedwongen al is. Wel onderstrepen wij de doelen van de stakingen.



**Tip: Rust en regelmaat, op tijd naar bed**

Het belang van goede slaap wordt door veel mensen onderschat. Genoeg goede slaap houdt de hersenen gezond en zorgt voor herstel van het lichaam. Op korte termijn zorgt goed slapen voor een beter geheugen en meer concentratie. Op lange termijn kan goed slapen het risico op hersenaandoeningen zoals depressie, beroerte en dementie verkleinen. Een goede nachtrust begint vaak al overdag.

- Zorg voor een rustige en donkere slaapkamer.
- Laat beeldschermen, zoals tablet, telefoon en televisie, weg uit de slaapkamer.
- Doe ten minste een uur voor het slapengaan alleen ontspannende activiteiten, zoals bijvoorbeeld lezen.
- Neem geen zware maaltijden in de uren voor het slapen gaan.
- Sport regelmatig, maar niet later dan drie uur voor het slapen gaan.



## Fruit en smoothies

Deze weken krijgen de kinderen op woensdag tot en met vrijdag steeds allerlei soorten fruit aangeboden.

We proeven, leren de namen van het fruit en genieten van dit mooie aanbod. Tijdens een gezellig samen-zijn wordt het fruit klaar gemaakt door verschillende ouders. Ook worden er deze week smoothies gemaakt...  
Heerlijk en gezond!



## De cultuurklas (op woensdag)

van meester Gerben is een groot succes. De kinderen gingen ondermeer op excursie naar studio BME Witmarsum. Daar leerden ze liedjes met tekst maken en opnemen.



Vriendelijke groet,  
Greet Stulp

