



VBS DON BOSCO A - B

Tulpenstraat 16 9100 Sint-Niklaas

Hertien 106 9100 Sint-Niklaas

www.donboscoschool.be

tel A 03 776 55 88

directeur-stefan@donboscoschool.be

tel B 03 777 71 11

directeur-marc@donboscoschool.be

GEZONDHEIDSBELEID

Kinderen brengen een groot deel van hun tijd op school door. Ze beïnvloeden elkaar, ook op vlak van vrijetijdsbesteding, voeding, enz. Daarom heeft de school een belangrijke rol in het promoten van een gezonde levensstijl.

In het licht hiervan heeft onze school een gezondheidsbeleid uitgezet waarin zowel de fysieke als sociaal-emotionele ontwikkeling van onze kinderen opgenomen werd. Een gezondheidsbeleid op school houdt rekening met de actuele ontwikkelingen en is dus bijgevolg onderhevig aan wijzigingen en ook nooit af.

Het voeren van een actief gezondheidsbeleid houdt ook in dat er ook samenwerkingsverbanden zijn met externe partners. Zo werken we actief samen met CLB, Moev, Sinbad, Bodymap,...

Het thema gezondheid in al zijn facetten is op vele manieren aanwezig op onze school:

- in de lessen wereldoriëntatie (bv. thema rond gezonde voeding, thema rond veilig internet, veilig verkeer,...),
- in de lessen lichamelijke opvoeding, bij naschoolse sportactiviteiten, via Bodymap,...
- in projecten rond sociale vaardigheden (Liftproject, de Gouden Weken...),
- in het project : "internationaal middagmaal"
- in [onze schoolreglement](#) (gezonde voeding, rookverbod,...)
- in onze kindcontacten
- in onze MOS-werking
- in de inrichting van de school (graskoer, avontuurlijke speelplaats, tuin wijksschool,...)



VBS DON BOSCO A - B

Tulpenstraat 16 9100 Sint-Niklaas

Hertien 106 9100 Sint-Niklaas

www.donboscoschool.be

tel A 03 776 55 88

directeur-stefan@donboscoschool.be

tel B 03 777 71 11

directeur-marc@donboscoschool.be

- via vastgelegde medisch onderzoeken (CLB)
- ...

Op een aantal aspecten van ons gezondheidsbeleid wordt hieronder dieper ingegaan.

1. SPORT OP SCHOOL

Bewegen is belangrijk voor ons. Reeds van in de kleuterklas worden turnlessen voorzien door een geschoold lesgever.

Turnlessen

Er zijn wekelijks twee lestijden lichamelijke opvoeding, ingeroosterd in het lessenrooster. Deze worden –al naargelang de omstandigheden- gegeven door een turnleerkracht, maar mogelijk ook door de eigen klasleerkracht en/of ambulante leerkracht bij afwezigheid van de turnleerkracht.

Zwemlessen

Voor alle leerlingen van onze lagere school zijn er zwemlessen. Voor de kleuters zijn er geen zwemlessen, behalve dan voor kleuters van de wijkschool die vanaf nieuwjaar tweewekelijks een les watergewenning krijgen.

De kinderen zwemmen zo veel mogelijk in niveaus: daartoe is een zwemmuts van een bepaalde kleur vereist.

We zwemmen in blokken van ongeveer zes weken. Voor het zesde leerjaar zijn de zwemlessen gratis.



VBS DON BOSCO A - B

Tulpenstraat 16 9100 Sint-Niklaas

Hertien 106 9100 Sint-Niklaas

www.donboscoschool.be

tel A 03 776 55 88

directeur-stefan@donboscoschool.be

tel B 03 777 71 11

directeur-marc@donboscoschool.be

Moev –activiteiten tijdens de lesuren

Zowel in de kleuterklassen als in de lagere school neemt onze school deel aan heel wat Moev-activiteiten tijdens de lesuren:

- Meester op de fiets 3^e lj
- Meester op de fiets 4^e lj
- Kronkeldiedoe 1^e en 2^e lj
- Alles met de bal 4^e lj
- BAM dag 3^e lj
- Rollebolle 2^e en 3^e kleuterklas
- American Games 5^e lj
- Oriëntatielopen 6^e lj

Sport op woensdagnamiddag i.s.m. Moev

Geregeld worden er wandelingen, veldlopen, voetbaltornooien, trefbalwedstrijden en andere sportgebeurtenissen ingericht op woensdagnamiddag. Meestal in samenwerking met het Moov. Wij doen mee met de veldloopdag, Ringstick, karate-initiatie, gymnastiekland, unihockey, minibasket, badminton dubbel, Tussen vier vuren, atletiek, dans en kidstennis.

De kinderen die hieraan wensen deel te nemen, krijgen hiervoor een uitnodiging. Deze activiteiten worden begeleid door vrijwillige leerkrachten.

Schoolsportdagen

Een keer per jaar wordt een schoolsportdag ingericht. Tijdens zo'n schoolsportdag kunnen de leerlingen gedurende een ganse dag aan sport doen. Daarnaast gaan we ook schaatsen vanaf het derde leerjaar.

Bodymap

De leeftijd van 0 tot 8 jaar is een heel belangrijke ontwikkelingsperiode. Het is van groot belang dat we onze kinderen tijdens deze periode een heel rijke stimulerende omgeving aanbieden. Via Bodymap proberen we de psychomotorische ontwikkeling van onze kinderen te stimuleren, te verbeteren indien nodig. Dit via dagelijkse oefeningen of specifieke oefeningen daar waar nodig.

Bewegingstussendoortjes

Kinderen zitten erg veel stil in de klas. Beweging is echter zeer belangrijk door middel van bewegen leg je verbanden tussen je linker- en de rechterhersenhelft en daarnaast onthoud je leerstof langer als je tijdens het leren beweegt. Het bevordert ook de concentratie van leerlingen. Vandaar dat heel wat leerkrachten bewegingstussendoortjes inlassen.



VBS DON BOSCO A - B

Tulpenstraat 16 9100 Sint-Niklaas

Hertien 106 9100 Sint-Niklaas

www.donboscoschool.be

tel A 03 776 55 88

directeur-stefan@donboscoschool.be

tel B 03 777 71 11

directeur-marc@donboscoschool.be

Speelgoedkast + -koffers

Op de speelplaats hebben we een speelgoedkast met materiaal dat kan gebruikt worden tijdens de speeltijden. Voor de kinderen die op de graskoer spelen, hebben we speelgoedkoffers.

2. GEZONDE VOEDING OP SCHOOL

In onze school vinden we het belangrijk om op een verstandige manier om te gaan met voeding . Daarom werden volgende afspraken gemaakt:

- Wij drinken enkel water. Dit kan van thuis meegebracht worden in een herbruikbaar flesje of een drinkbus en/ of gratis verkregen worden op school (leidingwater).
- We gaan ook voor een snoepvrije school waar aandacht is voor gezonde tussendoortjes. Voorzie daarom minstens eenmaal fruit per dag voor je kind in een herbruikbaar en afwasbaar doosje. Enkel droge koeken zijn toegestaan als tussendoortje. Snoep en kauwgom zijn niet toegestaan.
- Op de wijkschool organiseren we maandelijks een fruitsladag en eenmaal per jaar een internationale maaltijd.
- Ons warm middagmaal is evenwichtig en gezond samengesteld.
- Tijdens verschillende activiteiten/thema's op klasniveau (lessen wereldoriëntatie en huishoudelijke activiteiten) wordt er aandacht besteed aan gezonde voeding.
- Fruitknuffels in de eetzaal herinneren de kinderen aan het belang van gezonde voeding.

3 SOCIAAL-EMOTIONELE GEZONDHEID

Een gezonde geest in een gezond lichaam. Als school willen we een positief schoolklimaat creëren waar iedereen kansen krijgt om zich optimaal te ontplooiën tot een gelukkig individu met een evenwichtige persoonlijkheid en een positief zelfbeeld. Hieronder vind je een korte opsomming van een aantal initiatieven op onze school in het kader van sociaal-emotionele gezondheid.

Groene juf

Soms maken kinderen op school, thuis, in de familie, in de jeugdbeweging, sportclub,... dingen mee die zij moeilijk kunnen plaatsen. Soms willen zij daar op school over vertellen. Zij kunnen uiteraard altijd bij hun eigen leerkracht terecht. Ook bij de groene juf kunnen zij met hun zorgen terecht. Ze weten dat hun verhaal er veilig is. Zij luistert vooral en helpen zoeken naar een oplossing of naar een manier om met de (nieuwe) situatie om te gaan. Enkele voorbeelden van dingen waar kinderen mee bezig kunnen zijn: ziekte of over-



VBS DON BOSCO A - B

Tulpenstraat 16 9100 Sint-Niklaas

Hertjen 106 9100 Sint-Niklaas

www.donboscoschool.be

tel A 03 776 55 88

directeur-stefan@donboscoschool.be

tel B 03 777 71 11

directeur-marc@donboscoschool.be

lijden van een dierbare, ruzie in het gezin of de familie, pesten, conflictsituaties tussen ('puberende') kinderen en ouders, ruzie met klasgenoten die als het ware onoplosbaar lijkt, echtscheiding, problemen met de eigen plaats in de klasgroep, ... Kinderen kunnen de groene juf gewoon aanspreken op de speelplaats of ze kunnen een briefje in de brievenbus aan de directie. Ook ouders kunnen aangeven dat hun kind zich niet lekker voelt.

Rustige Ruimte

In het Fluisterbos op de hoofdschool kunnen kinderen terecht die last hebben met de drukke en minder gestructureerde omgeving die de speelplaats soms is. Zij kunnen daar in alle rust spelen.

Speelplaats

Onze speelplaats op de hoofdschool is ingericht in drie zones: een rustige zone, een voetbalzone en een derde zone waarin alles kan gespeeld worden, behalve voetballen.

Kindcontacten

Kindcontacten zijn een heel waardevolle manier om de betrokkenheid, motivatie en welbevinden van het kind te vergroten. Kinderen kunnen vaak heel goed aangeven wat zij als prettig ervaren en waar ze juist behoefte aan hebben. Er zijn ook talloze momenten waarop we met kinderen in gesprek kunnen gaan. Kort of lang. Klein of groot. Bovendien gaat het hierbij niet enkel om gesprekken met kinderen waar je 'zorgen' of vragen over hebt, maar met alle kinderen.

Minstens eenmaal per jaar staan er kindcontacten gepland. De focus hiervan kan zowel op schoolniveau als op klasniveau bepaald worden. Relevante info stroomt door naar het leerlingvolgsysteem.

Persoonlijk ontwikkelingsrapport - zelfevaluatie

Vijf keer per jaar krijgt een leerling van de lagere school een persoonlijk ontwikkelingsrapport mee. De klasleerkracht observeert zijn/haar leerlingen in zijn/haar relatie met zichzelf, anderen en klasleerkracht. Ook de werkhouding en de vaardigheid tot samenwerken worden beoordeeld. Ouders en leerlingen kunnen via dit rapport ook mooi hun evolutie zien.

Daarnaast is er na elk puntenrapport een zelfevaluatie voorzien voor zowel ouders als kinderen. Hoofddoel hiervan is vnl. dat de ouders met hun kinderen in gesprek gaan.



VBS DON BOSCO A - B

Tulpenstraat 16 9100 Sint-Niklaas

Hertien 106 9100 Sint-Niklaas

www.donboscoschool.be

tel A 03 776 55 88

directeur-stefan@donboscoschool.be

tel B 03 777 71 11

directeur-marc@donboscoschool.be

Voorleesmomenten

In de kleuterschool wordt er elke week voorgelezen in de derde kleuterklas tijdens de middag. Ook dit moment van leesbevordering is een rustmoment voor de kinderen die dat wensen.

Fluo toezichters

Onze leerkrachten dragen een fluo hesje tijdens hun toezicht. Hierdoor zijn ze voor alle kinderen meteen herkenbaar. Dit geeft hen vertrouwen en rust: ze weten waar de personen zijn waar ze terecht kunnen bij een probleem.

Goedmaakhoek en -banken

We leren de kinderen hoe ze een conflict zelf kunnen oplossen. Om een ruzie uit te praten is er een goedmaakhoek en zijn er verschillende goedmaakbankjes voorzien.

4 MILIEUZORG OP SCHOOL

Onze school is een MOS-school. Dat wil zeggen dat we werken aan Milieuzorg Op School. We hebben een eigen mascotte, Tuur Natuur die de kinderen aanspoort om zorg te dragen voor milieu en klimaat.

We werken heel actief aan een afvalbeleid waar we de milieuvriendelijkheid voorop stellen. We besteden ook aandacht aan het milieu door inzameling van lege batterijen en inktpatronen.

We zetten hier onze MOS-schoolafspraken even op een rijtje. We gebruiken daarvoor de ladder van Lansink, een ladder die leert hoe we moeten omgaan met afval.

AFVAL VOORKOMEN: Mijn boterhammen zitten in een brooddoos. In mijn brooddoos zit geen zilverpapier of plastic folie.
Ik breng mijn koekjes mee in een koekendoos en mijn fruit in een fruitdoosje. In mijn koekendoos zitten geen papiertjes.
Ik kan in de klas mijn drinkbus of flesje bijvullen met leidingwater.

HERGEBRUIKEN:

Ik breng zelf een herbruikbare drinkfles of drinkbus mee.
Als ik een plastic flesje meebreng naar school, neem ik het lege flesje terug mee naar huis om opnieuw op te vullen. Ik breng geen blikjes of brikjes mee.

SORTEREN EN RECYCLEREN:

Op onze school wordt het afval gesorteerd. We hebben aparte vuilbakjes voor PMD, papier en karton, GFT en restafval. Met de afvalmonstertjes Pascal Restafval, Johnney PMD, Bobon Karton en Amedee GFT maken we de kinderen duidelijk waar wat hoort.



VBS DON BOSCO A - B

Tulpenstraat 16 9100 Sint-Niklaas

Hertjen 106 9100 Sint-Niklaas

www.donboscoschool.be

tel A 03 776 55 88
directeur-stefan@donboscoschool.be

tel B 03 777 71 11
directeur-marc@donboscoschool.be

Ons GFT-afval komt in onze eigen compostbakken terecht of in de groene bak van Miwa.

Schoolstraat:

Het stuk Tulpenstraat tussen de Goudenregenlaan en de Gladiolenstraat is verkeersvrij tijdens het brengen en afhalen van de kinderen. Hiermee promoten we duurzame verplaatsingen van en naar school en creëren we vlak voor de school een veilige ruimte.