

Cb De Hien

**Vertel eens wat over de school..**

Directeur Evelien Buis: "Onze school staat in het mooie dorp Dodewaard. We bieden modern christelijk onderwijs aan zo'n 130 leerlingen. We hebben als team goed naar onze school gekeken en ons afgevraagd: wat hebben onze leerlingen van ons nodig? En weet je, kinderen moeten nog hun leven lang met hun gezondheid doen. Dus er nú prioriteit aan geven, dat is belangrijk."

Bij ons op school hebben we ook relatief veel kinderen met overgewicht. Als school kunnen we bijdragen aan het aanleren van een gezonde leefstijl. Daarom zijn we aan de slag gegaan met voeding en beweging en hebben we een werkgroep Gezonde School in het leven geroepen."

Hoe werken jullie aan het thema voeding?

"We zijn eerst gestart met het project EU-schoolfruit. Daarna hebben we afgesproken dat de kinderen van maandag t/m donderdag alleen fruit-, groente- en water mogen meenemen voor de kleine pauze. En voor de vrijdag bedacht een ouderlid van de werkgroep Gezonde School de term 'Cookie Friday': kinderen mogen dan dus eventueel een liga of peperkoek meenemen. Een van de ouders heeft toen een leuke cartoon gemaakt (zie foto), en we zijn begonnen met jaarlijkse projectweek voeding. Dat is een week vol smaaklessen, met als afsluiter de Gezonde Schoollunch waar kinderen zelf de recepten en ingrediënten voor meenemen. Kinderen maken bijvoorbeeld gezonde shakes, tosti's, wraps en versierde rijstewafels."



Elk kind mag 1 ouder meenemen om te helpen met het klaarmaken. Vorig jaar gingen de kinderen eerst naar de klas, en kregen alle aanwezige ouders samen een workshop over gezonde voeding. Ook hebben we de voorstelling van professor Jakkies voor groep 1-6 gehad, dat was ontzettend geslaagd!"

Waar ben je trots op?

"Ik ben er ontzettend trots op dat we er als school alles aan doen om het beweegplezier van kinderen te vergroten. En dat begint al bij de kleuters: ook zij krijgen kwalitatief goede gymlessen en naschools beweegaanbod. Want als kinderen fit zijn, en goed in hun vel zitten, kunnen ze tot leren komen."

Wat ik ook mooi vind om te zien is dat de leerkrachten het (buiten) bewegend leren hebben omarmd. Meerdere keren per dag zie ik een klas naar buiten komen om daar bijvoorbeeld sommen te automatiseren met een bal, springtouw of estafette."

Hoe werken jullie aan het thema Beweging&Sport?

"Er is vrij weinig keuze in sportaanbod voor de kinderen in Dodewaard. En dankzij een samenwerking met de gemeente zijn we nu met de pilot 'Beweeglessen Dodewaard' gestart. De Buurtsportcoach kan hierdoor samen met 3 CIOS-studenten de gymlessen geven. We zien dat de gymlessen daarmee een enorme kwaliteitsslag hebben gemaakt en dat kinderen met nog meer plezier gymmen. Ze zijn nu een uur lang ontzettend intensief en gericht aan het bewegen. Daarnaast geeft de Buurtsportcoach op dinsdag naschools beweegaanbod. En tijdens de pauzes op woensdag en donderdag geven de CIOS-studenten verschillende pleinactiviteiten. De kinderen zijn enthousiast! En dat zien we terug in de metingen: de B-fittesten wijzen uit dat de conditie en kracht van de kinderen vooruit is gegaan dankzij deze pilot."

Wat zijn valkuilen geweest?

"Ik wil samen met mijn team te snel te veel verbeteren of veranderen. En dat kan met sommige dingen nu eenmaal niet omdat het een proces en tijd nodig heeft. En sommige tradities dienen we ook gewoon in ere te houden."

Wat hoop je over twee jaar bereikt te hebben?

"Ik hoop dat de thema's Beweging&Sport en Voeding dan helemaal ingebed en geborgd zijn. Daarnaast hoop ik dat het thema welbevinden nog beter staat! We vinden het belangrijk dat er een prettig schoolklimaat is, waarin elk kind tot zijn recht komt. Daarom starten we komend schooljaar met de Kanjertraining."