

# Een goede start op school

## Samen werken aan een optimale ontwikkeling van uw kind

Alle kinderen zijn welkom bij ons op 't Schrijverke. We vinden het belangrijk dat ieder kind zich hier veilig, gezien en gestimuleerd voelt om te groeien. Daarin spelen wij als school een grote rol, maar u als ouder(s), verzorger(s) zeker ook. Samen zorgen we voor een goede start op school!



't Schrijverke  
Openbare basisschool

## Wat u thuis kunt doen



### Voldoende rust en slaap

Tot 9 jaar heeft uw kind minimaal 12 uur per nacht rust en slaap nodig. Daarna elk leerjaar 15 minuten minder.



### Begin de dag met een goed ontbijt

's Ochtends goed ontbijten, zorgt voor energie en betere concentratie op school.



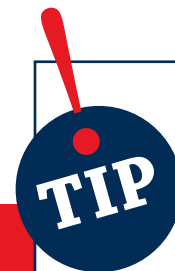
### In de ochtend vóór school geen schermtijd

Televisie kijken of op de tablet spelletjes doen, geeft veel prikkels. Als kinderen daar hun dag mee beginnen, komen ze overprikkeld op school. Dat is merkbaar in de klas en voor niemand fijn. Schermtijd voor jonge kinderen is sowieso een aandachtspunt voor thuis.



### Beweging als basis voor ontwikkeling van de hersenen

Voor een gezonde ontwikkeling van de hersenen is het belangrijk dat kinderen veel op hun buik spelen, rollen en kruipen. Deze fasen in de motorische ontwikkeling ondersteunen de rijping van de hersenen (tot 13 jaar).



### Helpen met klusjes

Laat uw kind thuis vooral mee helpen met klusjes. Knippen en het leren van de pengreep oefenen we liever op school.

### Laat uw kind elke middag minimaal een uur buiten spelen

Buitenspelen helpt uw kind om goed te slapen, energie kwijt te raken en frisse lucht binnen te krijgen.



### Zelfredzaamheid

Het is belangrijk dat u uw kind leert om zichzelf aan en uit te kleden, zichzelf te verschonen, de schoenen en jas zelf aan te trekken en op een stoel te zitten met beide benen op de grond.



### Kleding om vrij te bewegen

Laat uw kind naar school komen in kleding waarin het lekker kan spelen en bewegen - en die gerust vies mag worden.



### Drink veel water

Onze hersenen bestaan voor 90% uit water. Bij spanning en stress verliest het lichaam vocht, wat je kunt merken aan een natte rug of klamme handen. Goed drinken zorgt ervoor dat je beter kunt denken en concentreren.



### Rustig weekend

Gun uw kind minstens één dag in het weekend om lekker niets te hoeven doen. Bijvoorbeeld een pyjamadag of gewoon een fijne "keuteldag".

? WIST JE DAT



5 km  
wandelen

Basisconditie van een kleuter

10 km  
fietsen



# Samen werken aan een optimale ontwikkeling van uw kind

Op onze school werken we vanuit een duidelijke visie op de ontwikkeling van jonge kinderen. Tijdens de eerste twee jaren op school willen we een stevige basis leggen voor het onderwijs vanaf groep 3. We laten u hier graag kennismaken met de uitgangspunten van ons kleuteronderwijs.



't Schrijverke

Openbare basisschool

## Wat wij op school doen

1

### Tijd om te groeien

De kleuterperiode op de basisschool is van enorm belang voor de ontwikkeling van een kind. Hier wordt gewerkt aan de voorwaarden voor een succesrijk vervolg van de basisschool vanaf groep 3. Daarom geniet ieder kind bij ons op school minimaal twee jaar kleuteronderwijs.

2

### Bewegen is de basis

Elke schoolweek bewegen we volop: vier keer in de speelzaal en één ochtend starten we met een wandeling. Tijdens de gymlessen oefenen we bewegingen zoals rollen, kruipen en springen. Deze vormen zijn belangrijk voor de motorische ontwikkeling en leggen de basis voor vaardigheden als schrijven, rekenen en lezen in de hogere groepen.

3

### Elke dag naar buiten

We gaan iedere schooldag naar buiten – weer of geen weer. Op korte dagen zijn we zo'n 1,5 uur buiten, op lange dagen zelfs twee keer een uur. Als het kan, eten en drinken we gezellig samen in de schooltuin.

4

### Spelen is ontdekken

We spelen elke dag actief, zowel binnen als buiten. Daarbij worden kinderen soms vies, krijgen ze een schram, een buil of een blauwe plek. Dat hoort bij leren, ontdekken en groeien – we noemen het liever “eremedailles” dan ongelukjes.

5

### Zelf doen hoort erbij

Op school bevorderen wij de zelfredzaamheid van kinderen. Daarbij gaan we uit van een zeker “instapniveau”. Wij verwachten van kleuters dat zij vanaf de start op school zelf hun jas en schoenen aan kunnen doen, naar het toilet kunnen gaan en kleine werkjes als het pellen van een mandarijn, zelf kunnen uitvoeren. Dat lukt soms niet iedere dag, maar dan zijn we er samen om elkaar te helpen.

6

### Werken met twee handen

We stimuleren kinderen dagelijks om met beide handen tegelijk te werken. Dit helpt de samenwerking tussen de linker- en rechterhersenhelft te ontwikkelen – iets wat belangrijk is bij veel leer- en motorische taken.

7

### Even tot rust komen

Op lange dagen nemen we 's middags een moment van complete rust. Met ons hoofd op de armen en voeten op de grond is het minimaal vijf minuten stil. Zo verwerken we de prikkels van de ochtend en laden we weer op.

8

### Leren zonder scherm

In onze kleuterklassen werken we zonder digiborden en schermtijd. We kiezen bewust voor écht contact, spelend leren en ontdekken met hoofd, hart en handen – zonder digitale hulpmiddelen.

**Bewegen is de basis van alles wat een kind gaat leren**

In de podcast Sirene voor kinderen vertelt kinderfysiotherapeut en psychomotorisch remedial teacher Hanneke Poot-van der Windt over het belang van de sensomotorische ontwikkeling van jonge kinderen.

*Te beluisteren op Spotify*



**TIP**