

Continuurooster De Toren



Vanaf het schooljaar 2018/2019 wordt op basisschool De Toren het continuurooster ingevoerd. Dit betekent dat kinderen overblijven op school en hun boterhammen op school eten. Om 14.00 uur is de schooldag afgelopen. Hier vindt u informatie over wat werken met het continuurooster voor onze school en voor de organisatie van praktische zaken zoals, de lunch en het toezicht op de kinderen tussen de middag betekend.

Namens, Team De Toren

Waarom een Continuurooster op De Toren?

Aanleiding voor basisschool De Toren om het continuurooster in te voeren is een combinatie van factoren. Met het invoeren van het continuurooster verwachten wij op organisatorisch en pedagogische vlak tussen de middag het beter geregeld te hebben. Het een en ander wordt hieronder toegelicht.

Organisatorische argumenten: De verwachting is dat het continuurooster in de school, voor alle leerkrachten en alle kinderen meer rust en duidelijkheid geeft. Door de invoering van een continuurooster is de schooldag eerder afgelopen. Dat is gunstig voor zowel de kinderen als de leerkrachten. De kinderen hebben meer rust na schooltijd en mogelijkheden voor andere activiteiten zoals muziek en sport. De leerkracht heeft meer tijd voor lesvoorbereiding, voor overleg met ouders, collega's, externen en voor ontwikkeling. Verder heeft het continuurooster voor de kinderen een toegevoegde waarde om samen de maaltijd tussen de middag te nuttigen.

Pedagogische argumenten: Ook op het pedagogische vlak is de verwachting dat er winst te behalen valt door de invoering van het continuurooster. Door de schooldag niet te lang te onderbreken, kunnen wij de continuïteit waarborgen en de kinderen blijven in het schoolritme. Dit komt kwaliteit van het leerproces ten goede. Samen overblijven bevordert bovendien het gemeenschapsgevoel bij kinderen. Wat het eten betreft tussen de middag leren kinderen hierdoor elkaars gewoonten en gebruiken kennen. Omdat de leerkracht tussen de middag op een meer ontspannen manier met de kinderen kan communiceren, zal ook de pedagogische band tussen de leerkracht en het kind nog meer worden versterkt. De leerkrachten streven ernaar om te zorgen voor een gezellige en informele sfeer tussen de middag. Zo ontstaat er ruimte om elkaar op een andere manier te leren kennen.

De gezonde school: De Toren heeft als streven een gezonde school te zijn en dit ook te blijven. Door het werken met een continuooster, kunnen we hier nog betere invulling aan geven. Wij zorgen ervoor dat er in de pauzetijd ook echt bewogen wordt. Daarnaast hebben we door het continuooster de gymtijden kunnen verruimen. Dat betekent nog meer bewegen! En daarnaast hebben wij een voorbeeldfunctie als het gaat om eten. Want 'Zien eten, doet eten'. Door samen en met elkaar te eten werken we aan bewustwording van een gezond eetpatroon.

Nadelen We onderkennen ook de nadelen die het invoeren van het continuooster. De kinderen gaan tussen de middag niet naar huis en zijn vroeger thuis. Voor werkende ouders die hun ritme juist hebben afgestemd op traditioneel schooltijden, kan dat lastig zijn. Zij moeten straks wellicht een stukje kinderopvang kopen. Ouders die ervoor gekozen hebben thuis te zijn voor hun kinderen zullen dit contact met hun kinderen tussen de middag missen. We zullen niet voorbij gaan aan deze gevoelens en staan altijd open voor een gesprek hierover. Omgekeerd vinden sommige kinderen het prettiger om naar huis te gaan. Het continuooster is ook een extra belasting voor de schoolorganisatie; denk hierbij aan de toename van het zogenaamde 'pleinwacht lopen' voor leerkrachten en niet-leerkrachten. Tot slot, een continuooster kan in de eerste weken vermoeiend zijn voor kinderen, alhoewel de praktijk leert dat ze er gauw aan gewend zijn.

Uitwerking Continuooster

De Toren heeft een continuooster ingevoerd. Uitgangspunt hierbij is dat er gelijke begin -en eindtijden zijn voor alle kinderen. Het continuooster ziet er als volgt uit:

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
8.30-14.00	8.30-14.00	8.30-14.00	8.30-14.00	8.30-14.00

Pauzehap: fruit/drinken vóór het buitenspelen.

Buitenspelen onderbouw: 10.00 – 10.15. *

Buitenspelen bovenbouw: 10.15 – 10.30. *

Lunch: eten/drinken vóór het buitenspelen. **

Buitenspelen onderbouw: 12.15 – 12.30. *

Buitenspelen bovenbouw: 12.30-12.45. *

De kleuterbouw hanteert andere tijden mbt het buitenspelen.

* Bij droog weer, anders spelen in de groep/hal.

** Kinderen die meer tijd nodig hebben worden daartoe in de gelegenheid gesteld.



Organisatie van de lunch

Het doel van het gezamenlijk gebruiken van de lunch is dat we op een gezellige informele manier met elkaar eten. De lunch zal een moment van ontspanning en rust geven. Er wordt in de klas, onder toezicht van de leerkracht met elkaar gegeten en gedronken. Voor groep 1 t/m 8 is dit 15 minuten. In deze periode wordt er ook opgeruimd. De kinderen nemen hun eigen eten en drinken mee in een bakje en beker. En de leerkracht eet mee met de kinderen. De nadruk ligt op gezond eten. Tijdens het eten wordt gezorgd voor een informele sfeer en kan er gepraat worden met elkaar.

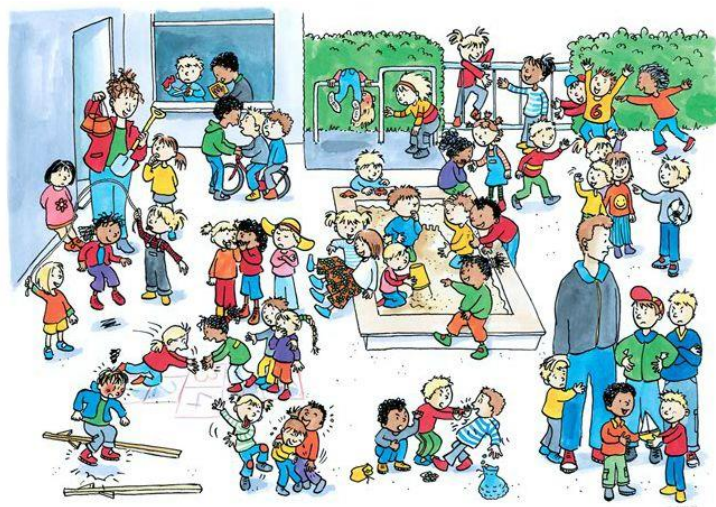
Naast het eten en drinken voor de ochtendpauze nemen de kinderen zelf hun lunchpakket en drinken mee. Er is afgesproken dat er **geen** snoep wordt toegestaan in het lunchpakket. Tussendoortjes zoals eierkoek of ontbijtkoek als extraatje worden toegestaan, maar kan uiteraard nooit dienen als voeding. Op de school is er de mogelijkheid om je lunchbakje of een beker melk o.i.d. voor de lunch in de koelkast te zetten. Aan het begin van de dag staat er per klas een bak klaar waar de kinderen zelf hun spullen voor de koelkast in kunnen zetten. De bakken worden in de koelkast gezet.

Bij het nuttigen van de lunch hoort een aantal regels of manieren die de leerkrachten en kinderen toepassen. Denk hierbij aan:

- Iedereen begint op hetzelfde moment met eten na een moment van stilte.
- Netjes eten en drinken.
- Blijven zitten onder het eten en drinken.
- Netjes opruimen als je klaar bent met eten en drinken.
- Tafels worden schoongemaakt.
- Wachten totdat iedereen klaar is met eten.
- Overgebleven eten en drinken gaat weer mee naar huis

Tijdens de pauze/het buitenspelen

Tijdens de pauze is er begeleiding van één teamlid op het plein.



Slecht weer

Ook bij enkele regendruppels gaan wij gewoon buitenspelen! Wordt er wisselvallig weer voorspeld, pas de kleding van uw kind daar dan op aan. Bij heel slecht weer komt het buitenspelen te vervallen. De kinderen blijven dan in de klas en/of het speellokaal. De leerkrachten bepalen in overleg met de pleinwacht of er buiten kan worden gespeeld.

Continuerooster: wat geef je mee naar school? Kies bewust!

Wat geef je dan mee te eten en drinken? Veel mensen denken dan aan brood, een logische keuze, maar er zijn ook andere mogelijkheden!

Alternatieven: Er zijn genoeg ideeën voor een gezond en lekker lunchbakje, met dingen die je ook vaak zelf van te voren kan maken en invriezen, zoals: - bananenbrood - notenbrood - glutenvrij desembrood of speltbrood - eimuffins of gewoon een gekookt ei - boekweitpannenkoek of wafel - avocado – (geiten)kwark - omelet met groenten - rauwkost en fruit - gedroogd fruit zoals abrikozen, rozijnen of besjes - stukje 85+ pure chocola - nootjes, zaden en pitjes (pompoen, zonnebloem) - mueslireep van zaden - ontbijtkoek met wortel en rozijnen.

Geef je brood mee, dan kan je het beste roomboter of kokosolie smeren. Je kan het bij voorbeeld beleggen met een notenpasta, appelstroop, avocado met tomaatjes of omelet. Of je maakt zelf een lekkere salade met groenten/fruit of aardappelsalade met zoete aardappel.

Qua drinken kan je denken aan water, kruiden thee, melk, appelsap aangelengd met water of een lekkere groenten/fruit smoothie.

In kader van het milieu bewustzijn, zijn er hele leuke andere alternatieven voor lunchbakjes zoals een rvs lunchbox of wasbare broodzakjes en drinkflesjes. Deze lunchbakken en flesjes zijn gemaakt van veilig roestvrij staal. Het is wat duurder dan een gemiddelde broodbak of beker, maar dan heb je wel iets dat jaren mee kan gaan en beter is voor mens en milieu.

