

# Protocol continuurooster



**Schooljaar 2013-2014**



### **Inleiding:**

Naar aanleiding van een enquête, gehouden in het schooljaar 2013-2014, onder de ouders en de leerkrachten, hebben wij definitief besloten het continurooster in te gaan voeren op onze school. Om dit zo goed mogelijk te laten verlopen hebben we een protocol 'continurooster, opgesteld.

Dit protocol is in samenspraak met het team tot stand gekomen en ligt nu voor u. Eventuele op- en aanmerkingen kunt u kwijt bij de leerkracht van uw kind en/of bij de directie.

### **Gang van zaken tijdens de ochtendpauze:**

- ❖ Tijdens de ochtendpauze zullen de kinderen van groepen 3 t/m 8, tijdens het buitenspelen, het fruit eten. Voor of na de pauze krijgen de kinderen, in de klas, de gelegenheid om het drinken op te drinken. Tijdens het drinken zal er een onderwijsactiviteit plaatsvinden. De kinderen van de groepen 1-2 eten het tussendoortje binnen. Het fruit wordt 's morgens op de daarvoor bestemde plek gelegd.

### **Gang van zaken tijdens de middagpauze:**

- ❖ De kinderen eten in hun eigen lokaal.
- ❖ De groepen 1-2 eten van 12.00 tot 12.15 uur (mocht dit te kort blijken, dan wordt dit aangepast). Alle groepen (3 t/m 8) eten van 11.45-12.00 uur. Alle groepen eten onder begeleiding van de eigen leerkracht.
- ❖ Het eten/drinken voor tussen de middag wordt 's morgens op een nader te bepalen plek in de groep gezet (bijvoorbeeld opbergbox).
- ❖ Voordat er gegeten wordt pakt elk kind zijn/haar middageten.
- ❖ Voor het eten wordt een moment stilte gehouden om rust in de groep te creëren en het begin van de maaltijd aan te geven.
- ❖ Graag willen we u vragen een verantwoorde lunch mee te geven aan de kinderen.
- ❖ Tijdens het eten blijven de kinderen aan de tafel zitten.
- ❖ De kinderen eten datgene, wat ze zelf meegenomen hebben. Er wordt niet geruild of uitgedeeld.
- ❖ Na het eten wordt er weer een moment van stilte gehouden. Daarna wordt er met elkaar opgeruimd.
- ❖ De kinderen krijgen na het eten, de mogelijkheid om de tanden te poetsen.

### Overige afspraken/opmerkingen:

- ❖ Tijdens de middagpauze zal het buitenspelen worden begeleid door leerkrachten. Wanneer er een invaller voor de groep staat, en de eigen leerkracht van deze groep zou volgens het rooster surveilleren, dan wordt dit overgenomen door een andere leerkracht. Invallers zullen dus niet surveilleren (m.u.v. langere vervanging!).
- ❖ Graag willen we u vragen het eten en drinken mee te geven in een broodtrommel en een beker. Mocht u toch kiezen voor pakjes en/of andere verpakkingen, dan zullen we dit afval met de kinderen mee naar huis geven. We doen dit om de hoeveelheid afval bij ons op school te beperken.
- ❖ Bij slecht weer zullen de leerkrachten bepalen of de groepen naar buiten gaan of niet. Mocht er besloten worden dat de kinderen niet naar buiten kunnen, dan zal het slecht-weer-programma gevolgd worden. Bij slecht weer blijven de kinderen, met de leerkracht, in de eigen groep.  
Omdat beweging voor de kleuterbouw extra belangrijk is zullen zij bij slecht weer gebruik maken van de speelzaal.
- ❖ Er zullen geen koelkasten ter beschikking zijn voor het eten en drinken. Wij willen u vragen hier rekening mee te houden. Uitzonderingen kunnen besproken worden met de leerkracht. We kunnen u wel melden dat we direct na de zomervakantie contact hebben met Campina om te kijken of het mogelijk is te starten met schoolmelk. Meer informatie kun u vinden op: [www.campinaopschool.nl](http://www.campinaopschool.nl)
- ❖ De kinderen mogen school en/of het schoolterrein niet verlaten zonder toestemming. Wanneer een ouder een kind wil ophalen, moet dit gemeld worden bij de groepsleerkracht.
- ❖ Wanneer uw kind medicatie nodig heeft en dit op school ingenomen moet worden kunt u dit in overleg met de leerkracht regelen. Op de website vindt u hiervoor het protocol 'Medicijngebruik op school' en de bijbehorende formulieren. Voor informatie kunt u naast de leerkracht ook contact opnemen met de intern begeleider.

### Schooltijden:

Dag	Groep 1 t/m 4	Groep 5 t/m 8
Maandag	8.30-14.45 uur	8.30-14.45 uur
dinsdag	8.30-14.45 uur	8.30-14.45 uur
woensdag	8.30-12.15 uur	8.30-12.15 uur
donderdag	8.30-14.45 uur	8.30-14.45 uur
vrijdag	8.30-12.00 uur	8.30-14.45 uur

## **Bijlage 1**

### **Gezonde tips voor eten/drinken mee naar school**

Gaat uw kind naar de basisschool?

Dan neemt hij/zij iedere dag iets mee om in de pauze op te eten.

Wat is lekker en gezond voor op school?

#### ***Eten op school***

Als uw kind naar school gaat, dan neemt hij/zij waarschijnlijk fruit van thuis mee voor in de ochtendpauze.

En heeft de school van uw kind een continuooster? Dan neemt uw kind ook zijn lunch mee naar school.

#### ***Een tussendoortje voor in de ochtendpauze***

Geef uw kind het liefst fruit mee naar school. Dat smaakt fris en zoet, en het levert voldoende vezels en vitaminen.

Ook groente, zoals stukjes komkommer, worteltjes of snoeptomaatjes zijn een frisse en gezonde keus.

#### ***Voor tussen de middag***

Geef uw kind mee wat hij thuis ook zou eten tijdens de lunch.

Dus:

- bruin of volkorenbrood besmeerd met halvarine;
- beleg naar keuze, maar niet te vet of te zoet;
- eventueel fruit of groente.

*Let op: Vleeswaren kunnen snel bederven buiten de koelkast. Geef die liever niet mee naar school.*

#### ***Drinken mee naar school***

Geef uw kind liever geen pakje limonade of vruchtensap mee naar school. Want daar zit veel suiker (en dus veel calorieën) in. Bovendien is het nut van de vitaminen in vruchtensap gering: de vitamine C in sinaasappelsap krijgt je kind al voldoende binnen. En in appelsap en druivensap zitten geen vitaminen (behalve als die zijn toegevoegd: dat staat dan op het pakje).

Het beste kan je kind op school drinken:

- water
- vruchtenlimonadesiroop
- light drank (geen koolzuurhoudende drank en/of energiedrank)