



Patrijsstraat 2
4043MR Opheusden
Tel: 0488-441451
Email: info@paletopheusden.nl
www.paletopheusden.nl

SCHOOLJAAR 2016-2017

Iedereen is weer gezond en wel terug op school. Het nieuwe schooljaar gaat de tweede week alweer in. Namens het team wensen wij alle leerlingen een fijn en leerzaam schooljaar toe.

VIGNET GEZONDE SCHOOL

Onze school heeft het vignet Gezonde School behaald! Daar zijn wij heel erg blij mee. Het vignet Gezonde School is een erkenning voor scholen die structureel werken aan het verbeteren van de gezondheid van hun leerlingen en medewerkers. En dat doen wij!

Zo zorgen we voor actieve en gezonde leerlingen, een veilige schoolomgeving, een fris klimaat én hebben we aandacht voor de persoonlijke en sociale ontwikkeling van de leerlingen. Dit vinden wij belangrijk, omdat het allemaal bijdraagt aan een gezondere leefstijl, betere schoolprestaties en minder schooluitval.

Onze school heeft bovendien speciale aandacht voor het themacertificaat Voeding, bewegen en sport, welbevinden en sociale veiligheid. Op onze gevel hangt binnenkort het Vignet 'Gezonde School' en 'B-fit' school.

Eind september zal dit feestelijk worden onthuld.

Het vignet Gezonde School is een initiatief van diverse landelijke gezondheidsorganisaties. Wilt u meer weten over het vignet Gezonde School? Kijk dan op www.gezondeschool.nl.

GEVONDEN.

In de bieb op school en in een doos bij juf Lenny op de kast liggen nog gevonden voorwerpen (jassen, dassen, handschoenen, tassen....)
Nog iets kwijt? Vraag er even naar, anders gaat het naar het goede doel.

Penseelstreekje

Informatiebulletin van o.b.s. Het Palet

Opheusden,

Nummer 1 29 aug schooljaar 2016-2017

TIPS VOOR EEN GEZONDE PAUZEHAP

Net als iedere ouder wilt ook u natuurlijk dat uw kind uitgroeit tot een gezonde volwassene die lekker in z'n vel zit. Een gezonde leefstijl is daarvoor de beste basis. Maar hoe kunt u uw kind gezonde eet- en beweggewoontes aanleren? Door de enorme hoeveelheid informatie van alle kanten en de overvloed aan keuzes, is soms door de bomen het bos niet meer te zien. Vaak worden er meer vragen opgeroepen dan er antwoorden worden gegeven. Wat kun je je kind bijvoorbeeld het beste meegeven voor in de pauze? Het Voedingscentrum geeft het volgende advies:

De ochtendpauze op school is hét moment om even iets te eten en te drinken. Dat is belangrijk om het vol te kunnen houden tot de lunch. Maar een pauzehap is niet bedoeld als een hele maaltijd. Geef daarom iets mee dat niet te groot is en niet te veel calorieën levert.

Geschikte pauzehappen zijn bijvoorbeeld:

- (volkoren) biscuit, zoals Evergreen of Sultana;
- fruit, zoals een mandarijn, banaan of appel;
- rijst-, meergranen- of popcornwafel;
- ontbijtkoek;
- krentenbol;
- een eierkoek;
- een boterham met halvarine en appelstroop, vruchtenhagel of jam, worst en kaas.

GYMLESSEN

De gymlessen worden gegeven op de maandagen en donderdagen in de Biezenwei.

Gymkleding bestaat uit.

- Broekje/ shirt
- Dunne legging/shirt
- Gympakje
- Gymschoenen met witte/lichte zool.
- Sportschoenen

De kleuters gymmen in de gymzaal bij ons op school.

BFIT-TEST

Zoals u wellicht weet door eerdere berichtgeving neemt obs Het Palet deel aan het programma B-Fit. Dit programma heeft als doel kinderen er bewust van te maken dat fit zijn niet alleen goed is, maar dat het vooral ook leuk is om ermee bezig te zijn. Het programma bestaat uit diverse onderdelen zoals een lespakket over gezonde voeding en bewegen, beweegoefeningen tijdens de les en elk half jaar een B-Fittest. Tijdens de test is onder andere het evenwicht, de sprongkracht, de snelheid en het uithoudingsvermogen van uw kind gemeten.

BODY MASS INDEX

Daarnaast wordt met de B-Fittest ook de lengte en het gewicht van uw kind gemeten. Hieruit wordt de Body Mass Index (BMI) berekend. De BMI is een index die de verhouding tussen lengte en gewicht bij een persoon weergeeft. De BMI is gelijk aan het gewicht van de persoon (in kilogram) gedeeld door het kwadraat van de lengte (in meter). Deze formule wordt wereldwijd gebruikt door gezondheidsprofessionals (trainers, doktoren, diëtisten) om iemands lichaamsgewicht te beoordelen

B-FIT DIPLOMA

Na elke B-Fittest krijgen de deelnemende kinderen een B-Fit diploma. Op dat diploma staat hoe uw kind op de geteste onderdelen heeft gescoord. Deze test is bedoeld om de leerlingen zelf te laten ervaren wat zij kunnen en wat fit zijn betekent. Zo kunnen zij, als een score tegenvalt, bij de volgende B-Fittest kijken of er verbetering is opgetreden. Op de achterzijde van het diploma staan de normeringen per leeftijdscategorie en jongen/ meisje genoteerd. U kunt aflezen of de score van uw kind valt onder 'zeer goed', 'goed' of 'kan beter'. De test wordt op donderdag **1 september** uitgevoerd.

OUDERKALENDER/ACTIVITEITEN

De "papieren" ouderkalender/informatiekalender 2016-2017 zijn meegegeven aan de oudste leerling van het gezin. Op deze kalender staan zoveel mogelijk activiteiten, schoolkampen, toernooien enz vast. Het kan helaas wel eens gebeuren dat een datum toch moet veranderen. Een activiteit wegens bepaalde omstandigheden niet kan doorgaan.



Geef hem een handig plekje.

SCHOOLFOTOGRAAF

Op **donderdag 15 september** komt de schoolfotograaf ...Posty foto ..

De fotograaf gebruikt een witte achtergrond. Spierwitte of hele zwarte kleding is niet heel erg geschikt. Liefst fleurig.

U kunt alvast een kijkje nemen op



<http://www.postyfoto.nl/>

Broertjes en zusjes, die nog niet op school zitten, kunnen op de foto vanaf 8.20 uur. Wilt u op tijd komen? Bedankt.

SNAPPET 3.0

In groep 7 en 8 zijn wij dit schooljaar gestart met de 10 inch tablet. De tablet is groter en heeft een toetsenbord met muis. De leerlingen gaan gebruik maken van een eigen email adres gekoppeld aan office 365. Zij kunnen op school en thuis werken met office 365.

Met de groepen 4 t/m 8 zijn wij overgestapt naar snappet 3.0. De leerlingen worden nog meer gevolgd en krijgen precies hetgeen wat zij nodig hebben op eigen niveau om meer leerdoelen te bereiken.

RODE KOELTASJE..

Het nieuwe schooljaar is weer begonnen. Tot onze verbazing zagen we dat veel kinderen hun lunch en tussendoortje niet in de rode koeltasjes hadden maar in een eigen tas. Dit is niet de bedoeling. Het beleid van onze school is dat de kinderen hun lunch en tussendoortje meenemen naar school in het rode koeltasje. Dit zorgt voor eenheid en aan de kapstokken is het een netter gezicht. Bij navragen aan de kinderen kregen we als antwoord: het is stuk of kwijt. Wanneer er een tasje stuk is kunnen de kinderen het tasje aan de leerkracht laten zien en krijgen deze 1x van een

school een nieuw tasje. Bij het kwijtraken van het tasje zal er een nieuwe op school gekocht moeten worden. De kosten zijn E3,00. Dus vragen wij vriendelijk aan u of u er voor wilt zorgen dat uw kind weer het rode koeltasje mee naar school neemt.

REKENTUIN EN TAALZEE

Rekentuin bevat spellen om rekenvaardigheden te oefenen, maar ook spellen voor aanverwante vaardigheden zoals ruimtelijk geheugen en logisch redeneren. De opgaven binnen Rekentuin variëren van heel makkelijk tot heel moeilijk.

Flitsen, dictee, zins ontleden, woordenschat, werkwoorden, spelling of lezen, alles komt aan bod binnen Taalzee. Wij hebben voor onze leerlingen van groep 3 t/m 8 een licentie aangeschaft. Hiermee kunnen ze op school aan het werk, maar ook thuis. Het programma is webbased. Wel is er een gebruikersnaam en wachtwoord nodig. Misschien weet uw kind deze al uit het hoofd..... zo niet, vraag het aan de leerkracht van uw kind.

<https://app.taalzee.nl/users/login>

<https://app.rekentuin.nl/users/login/1>

De app is ook verkrijgbaar in de app market voor op de tablet/telefoon.

LUIZENCONTROLE

De eerste luizencontrole is alweer gedaan door 3 “kriebelouders” Na de vakantie zijn er helaas luizen en neten gevonden. Wij vragen u om uw kind regelmatig thuis te controleren en eventueel te behandelen. De ouders van deze leerlingen hebben een bericht ontvangen.

Fijn dat wij deze “kriebelouders” hebben om te controleren. Zij zoeken dringend versterking. De controle in de groepen staat gepland op de woensdagen na een vakantie. U kunt zich aanmelden per mail info@paletopheusden.nl Uiteraard kan het ook bij de leerkracht van uw kind. Net zoals vorig schooljaar streven wij ernaar dat onze school geen last heeft van deze lastige kriebelbeestjes.

INFORMATIEAVOND

Donderdag 8 september a.s. is er een informatieavond voor alle ouders en/of verzorgers van onze school. U bent samen met uw kind(eren) van harte welkom tussen 18.30 en 19.30 uur. Dit schooljaar willen wij de informatieavond weer net zo als vorig schooljaar organiseren. U komt samen met uw kind(eren) naar school om het reilen en zeilen in de groep te bekijken. Uw kind zal zelf vertellen wat ze op school allemaal doen en laat aan de hand van methoden en andere materialen

(o.a. de tablets en ontwikkelingsmateriaal) zien hoe ze in de groep werken. De leerkracht is in de klas aanwezig om eventuele vragen te beantwoorden. Neem ook gerust een kijkje in de

hulp/plusklas bij juf Els. Uw kind heeft een belangrijke taak om u wegwijs te maken in de school. Daarom hebben wij een vrije inloop tussen 18.30 en 19.30 uur. U komt toch ook?

SCHOOLKORFBAL

Ook dit jaar doen onze leerlingen weer mee het schoolkorfbaltoernooi in Zetten. Voor deze sportieve gaan de leerlingen in de gymles natuurlijk goed oefenen. Voor de middag hebben we uw hulp nodig!! De leerlingen moeten naar Zetten worden gebracht en ook weer opgehaald. Ook hebben we een aantal ouders nodig die een team kunnen begeleiden (van groep 4, 5 en 6 zijn dit groepjes van 5 of 6 leerlingen, zij spelen in een team van 4). Groep 7 en 8 spelen met 4 jongens en 4 meisjes in een team. EN.....supporters zien we ook graag langs de lijn! Binnenkort krijgt uw kind een brief mee met verdere informatie.

SCHOOLPLEIN.

De school is weer gestart, net als andere jaren. En net als andere jaren ziet het schoolplein er nog net zo uit als.....ja....al best lang eigenlijk! Daar gaat dit jaar hopen wij het een en ander aan veranderen, met hulp van leerlingen, een oudergroep en de Gelderse Sportfederatie. De 1e vergaderingen zijn geweest en er moet nu een plan worden geschreven. De leerlingen hebben al aan mogen geven wat ze zelf graag zouden willen, en daar gaan we nu mee verder. Ook u als ouder kunt laten weten wat u voor dit “gezonde plein” belangrijk vindt. Wee horen graag tips uit de buurt. Via het Penseeltje houden we u op de hoogte.

FRUITDAGEN

De fruitdagen zijn op woensdag en donderdag. Ideeën voor verjaardagen op school en thuis zijn te vinden op:

<http://www.gezondtrakteren.nl/>

Agenda

September

01-09 fittest

08-09 informatieavond

12-09 Penseelstreekje nr 2

15-02 Fotograaf

Onze Jarigen...

Gefeliciteerd!!

AUGUSTUS

31-08 Grad Swinkels

SEPTEMBER

04-09 Clarissa Kallwitz

04-09 Liam Raaphorst

05-09 Eline Leeuw

10-09 Max Walasiak