



## Week van de Lentekriebels

maart 2023, UITGAVE 1

## MAART

20 t/m 24 maart is het de week van de lentekriebels. Het thema voor de Week van de Lentekriebels 2023 is: 'Wat vind ik fijn?'.

Onderwerpen die hierbij aan bod komen zijn:

\* **Leren kennen van je lichaam:** Hoe ziet mijn lijf er uit? Wat zijn de overeenkomsten en verschillen met anderen? Welke veranderingen vinden er plaats in de puberteit?

\* **Positief zelfbeeld & zelfbewustzijn:** Hoe kijk ik naar mijn lijf? Wat voelt fijn en wat niet? Waar en wanneer wil ik aangeraakt worden? En wat wil ik niet? Voel ik mij oké over mijn lijf?

\* **Praten over wensen & grenzen:** Hoe laat ik het weten als ik iets fijn vind en hoe laat ik het weten als ik iets niet fijn vind? En hoe weet ik dat van een ander?

Meer informatie over de lentekriebels in alle groepen lees je in het weekbericht van de leerkracht(en).

- ❖ **Woensdag 5 april: Paasviering**
- ❖ **Donderdag 6 april: Margedag**  
*Alle kinderen zijn de hele dag vrij.*
- ❖ **Vrijdag 7 april: Goede Vrijdag**
- ❖ **Maandag 10 april: Tweede Paasdag**
- ❖ **Vrijdag 21 april: Koningspelen en marge-middag**
- ❖ **24 april t/m 5 mei: Meivakantie**



## KUNSTLESSEN OP DE WEGWIJZER

Wat goed om te zien dat zoveel kinderen genieten van de kunstlessen. Het is een moment op de dag waar ze dingen kunnen uitproberen, ontdekken en maken op hun eigen unieke manier. We zien vindingrijkheid, toewijding, betrokkenheid en samenwerking, wat leidt tot persoonlijke creaties waar de kinderen trots op zijn. In elke les besteden we aandacht aan het kijken naar kunst, het verkennen van materialen en technieken en bovenal het stimuleren van de creatieve processen van kinderen.

De afgelopen weken stonden de kunstlessen in de bovenbouw in het teken van druktechnieken. De kinderen hebben hun werkstukken geïnspireerd op de kleurrijke landschappen van de kunstenaars van De Ploeg. Eerst maakten de kinderen een tekening die ze in delen hebben uitgesneden. Met deze losse delen maakten ze vervolgens een sjabloondruk en een monoprnt.

In de middenbouw stond beweging in de beeldende kunst centraal, naar aanleiding van de kunstenaars Alexander Calder en Jean Tinguely. De kinderen hebben hun eigen mobile en een bewegende machine gemaakt. Hierbij hebben ze volop geëxperimenteerd met diverse materialen en technieken om te ontdekken hoe ze hun object echt kunnen laten bewegen.

In de kleutergroepen werd ook gewerkt rond het thema beweging. De kinderen gingen dansen en maakten sporen van hun bewegingen op een reuzengroot tekenpapier. Daarna volgden ze alle gekleurde sporen en maakten hier weer nieuwe bewegingen bij. Ze ervaarden het plezier van tekenen waarbij het hele lichaam in actie is.

Tiktok, Facebook, Instagram, Pinterest, Snapchat, WhatsApp en nog zoveel andere apps... kinderen groeien tegenwoordig op met dagelijks gebruik van beeldschermen. Volwassenen en kinderen zijn thuis, op school, in de trein of op straat met social media bezig. Maar hoe leer je je kind bewust met social media omgaan? Hoe bescherm je de privacy van je kind? Hieronder een aantal TIPS:

## Tip 1: Geef het goede voorbeeld!

- Als ouder ben je een groot voorbeeld voor je kind. Geef het goede voorbeeld als het om social media gaat. Ga zelf ook bewust(er) om met wat je doet, wat je op social media plaatst en hoelang je er gebruik van maakt.

## Tip 2: Toon interesse

- Toon interesse in de online activiteiten van je kind. Vraag regelmatig naar zijn of haar belevenissen op social media. Waren er leuke berichten? Kwam er nog iets bijzonders voorbij? Maak er geen kruisverhoor van, maar zorg voor een open sfeer waarin je kind graag dingen met je deelt.

## Tip 3: Begin vroeg met voorlichting

- Bespreek met je kind welke rol de telefoon speelt. Wat wil hij of zij ermee gaan doen? Wat lijkt hem of haar het leukst? Welke apps wil hij of zij graag installeren en waarom? Probeer een beeld te krijgen van de verwachtingen en plannen, zodat je je kind kunt begeleiden. Bespreek ook met je kind of het zijn accounts op social media wil instellen op 'privé' of 'openbaar' en wat daar de gevolgen van zijn.

## Tip 4: Maak duidelijke afspraken

- Bedenk goed wanneer en op welke tijden je kind social media mag gebruiken. Maak duidelijke afspraken over de schermtijd en leg uit waarom je deze regels belangrijk vindt.

## Tip 5: 20-20-2-regel

- Oogartsen bedachten de [20-20-2-regel](#) om oogproblemen te voorkomen. Hun advies is: neem na **20 minuten** dichtbij kijken op een beeldscherm een pauze van **20 seconden** om in de verte te kijken. En zorg daarnaast dat je minstens **2 uur per dag** buiten bent, bijvoorbeeld om te spelen, in de pauze of door te wandelen/fietsen van en naar school of werk. Zo krijgen de ogen voldoende daglicht.

## Meer informatie

[www.mediawijsheid.nl](http://www.mediawijsheid.nl)

[www.mediawijzer.net](http://www.mediawijzer.net)

[www.hoezomediawijs.nl](http://www.hoezomediawijs.nl)

[www.opvoeden.nl](http://www.opvoeden.nl) > zoek op 'mediagebruik'

## Contact

Heb je vragen of wil je meer informatie?

Neem gerust contact op met de Jeugdgezondheidszorg (JGZ) van GGD Groningen.

Dat kan via:

- de JGZ-verpleegkundige van het consultatiebureau of de school van je kind. Zie contactgegevens hieronder.
- onze Telefonische Advisering, bel 050 367 49 91 of stuur een bericht via WhatsApp 06 52 57 92 53. Bereikbaar: maandag t/m vrijdag, 8.00 – 17.00 uur.

Anita Soldaat

06-31631949

[anita.soldaat@ggd.groningen.nl](mailto:anita.soldaat@ggd.groningen.nl)