

Nieuwsbrief van o.b.s. Het Spectrum



13 januari 2017



Inhoud

Belangrijke Data

Rectificatie Data

Juf Titia 45 jaar juf!

Dansen...

Ouderavond gezonde voeding

De schoolfotograaf

Cito middentoetsen

JOGG-weetjes

Klassenpagina groep 4

	Januari 2017		
Datum	Activiteit	Groep	Opmerking
Maandag 9 januari	1 ^e schooldag in het nieuwe jaar	1-8	Leerlingen 8.25 uur op school
Maandag 23 januari	Start toetsweken	1-8	t/m 10 februari
Dinsdag 24 januari	Oud papier		18.00 uur
Dinsdag 24 januari	MR op locatie		19.30 uur
Woensdag 25 t/m Vrijdag 27 januari	Nationale Voorleesdagen	1-8	

Rectificatie Data

In de nieuwsbrief van 16 december stonden de data voor Oud Papier en MR-vergadering verkeerd vermeld. In het schema hierboven staan de juiste data: **24 januari!** Graag wijzigen in uw agenda als u hiervan notitie had gemaakt.

Juf Titia 45 jaar juf!

Juf Titia was afgelopen woensdagochtend erg verrast toen ze op school kwam. Buiten op het schoolplein stonden alle kinderen van Het Spectrum in een erehaag om juf Titia toe te zingen. Juf Titia mocht over de rode looper en kreeg van alle kinderen een roos. Hierna werd ze door haar eigen leerlingen met ouders, collega's en familie nog even in het zonnetje gezet in de grote zaal.



Dansen...

De kinderen van groep 5 zijn druk aan het oefenen voor de voorronde stijldansen in Dansschool Schadenberg op dinsdag 7 februari 2017 (9:30 uur – 11:30 uur). Ouders, familieleden, opa's en oma's, vrienden en kennissen zijn van harte welkom om te komen kijken.

Aan het einde van deze ochtend wordt bekend gemaakt welke paren door zijn naar de finale op maandag 16 maart 2017 in de Tamboer.



Ouderavond gezonde voeding

Dinsdagavond 31 januari a.s. houden we een ouderavond over gezonde voeding en beweging. Leonie Pleiter (sportfunctionaris gemeente Hoogeveen) en Yvonne Klein van de GGD zullen deze avond verzorgen. Deze avond is de aftrap voor het volgende deelcertificaat gezonde school. Zoals u weet hebben wij onlangs het certificaat 'sport en beweging' gekregen.



De ouders die deze avond komen krijgen als beloning een vrijkaartje voor het zwembad De Dolfijn (een gezinskaart voor het weekend). De avond start om 19.30 uur (inloop vanaf 19.15 uur) en eindigt rond 21.00 uur.

In verband met de organisatie weten we graag op hoeveel mensen we kunnen rekenen. We willen daarom graag dat u aangeeft of u wel of niet komt. Dat kan door deze mail te beantwoorden of je op te geven bij de leerkracht van uw zoon of dochter.



De schoolfotograaf

Voor dit schooljaar ligt het inmiddels vast, de schoolfotograaf komt op **donderdag 20 april**.

Cito middentoetsen

Vanaf 23 januari gaan de Citoweken weer van start. Deze periode zal ongeveer drie weken duren. Er is veel concentratie nodig om goed je best te kunnen doen op een Cito-toets. Voldoende slaap en een goed ontbijt is altijd belangrijk, zeker in deze periode!



JOGG weetjes

Sinds 2014 is de gemeente Hoogeveen een JOGG gemeente. JOGG is een landelijke beweging en staat voor Jongeren Op Gezond Gewicht. Met elkaar werken we aan een gezonde jeugd in een gezonde omgeving. Iedere maand schrijft JOGG Hoogeveen vijf weetjes voor de nieuwsbrief.

Veel leesplezier!

Water drinken

Wist je dat je lichaam ongeveer 1 liter vocht gebruikt tijdens de nacht door o.a. transpiratie en ademen? Daarnaast gebruikt je lichaam de voedingsstoffen van de vorige dag om zichzelf te kunnen herstellen. Je lichaam wordt daarom 's ochtends "leeg" wakker en vraagt om nieuwe energie en voedingsstoffen.

<http://farabellinga.com/ontbijt-weetjes/>

Groente eten

Groente eten is goed voor de gezondheid van je kind. Het eten van verschillende soorten groente is de beste manier om voldoende voedingsstoffen binnen te krijgen. Ook is het een goede gewoonte waar kinderen de rest van hun leven voordeel van zullen hebben!

<http://www.eetgroente.nl/home/>

Ontbijt

Wist je dat als je het ontbijt overslaat, je eetpatroon gedurende de dag verstoord kan raken waardoor je later op de ochtend kan gaan snoepen?

<http://farabellinga.com/ontbijt-weetjes/>

Gratis bewegen

Bij beweging gaat er meer bloed naar de hersenen, en dat is goed voor concentratie, het reactievermogen, het geheugen en het leer- en denkvermogen.

<https://puzzlesight.nl/tips-om-hersenen-trainen/>

Fietsstimulering

Dat fietsen niet alleen gezond is, een manier om op je bestemming te komen maar ook een manier om energie op te wekken, wist u misschien niet.

<http://www.fietskeus.nl/fiets-wiki/fiets-weetjes.php/>

Klassenpagina groep 4

Dit zijn de wensen van de leerlingen van groep 4 in het nieuwe jaar:

Yuna: Ik wens sneeuw, schaatsen en sneeuwvlokjes.

Youssef: Ik wens dat ik rijk was en 100 huizen kon kopen.

Lynn: Ik wens dat ik een hond krijg en een villa en dat ik verkering krijg met een voetballer.

Jeremy: Ik wens dat alles volgens plan gaat op mijn verjaardag.

Danisha: Ik wens sneeuw, dat we kunnen schaatsen en ik wens sneeuwvlokjes.

Mark: Ik wens dat ik rijk ben, dat ik een hamster krijg en een cavia.

Jasmijn: Ik wens dat ik een puppy heb en dat mijn kat weer kittens krijgt.

Devlin: Ik wens dat ik een originele basketballer word en dat ik een tablet krijg.

Marcello: Ik wens dat ik Jaraskie zie, dat ik een playstation 4 krijg en het spel call of duty 3.

Giovanny: Ik wens dat ik rijk word en dat ik jongetjes herder als puppy krijg.

Esma: Ik wil dat ik en mijn familie een huis krijgen, ik wens een I-pad en een playstation 4.

Djando: Ik wil graag een quad, want dat is mijn droom en dat ik een miljoen heb.

Kevin: Mijn wens is vuurwerk afsteken, gta 4 en een playstation.

Djayden: Ik wens dat ik rijk word.

Hugo: Ik wil een Wii, dat ik rijk en gezond ben en graag een telefoon.

Ismail en Hillie waren helaas ziek deze week.



Obs het Spectrum
Boekenberghstraat 12
7906 GA Hogeveen
0528-225556
[obshetspectrum@bije
-hogeveen.nl](mailto:obshetspectrum@bije
-hogeveen.nl)
www.obshetspectrum.nl