

## Gymafspraken midden- en bovenbouw

### Gymkleding en kleding wassen

Tijdens de gymles dragen de kinderen sportkleding: een sportbroek, sportshirt en stevige gym schoenen. Dit betekent kleding die je niet in de klas draagt. Als de gymkleding (deels) is vergeten, gymt een kind gewoon mee. Wanneer een kind herhaaldelijk sportkleding vergeet, zal er met ouders/verzorgers contact worden gezocht. In verband met hygiëne wordt er geen kleding van andere kinderen geleend.

Na iedere gymles nemen de kinderen hun gedragen gymkleding mee naar huis en worden deze thuis gewassen. De eerstvolgende gymles nemen zij weer schone kleding mee naar de gymles.

### Blessure

Is een kind geblesseerd of kan het om een andere reden echt niet aan de gymles deelnemen, dan ontvangt de leerkracht een briefje/e-mail van ouders/verzorgers of het wordt mondeling door de ouders/verzorgers bij de leerkracht gemeld. Bij twijfel kan het kind altijd proberen mee te doen aan de gymles en als het niet gaat een andere opdracht krijgen. Vaak is er altijd wel iets dat wel lukt! Bij een langdurige blessure mag een kind blijven kijken en/of helpen, om het kind betrokken te houden bij gymlessen. Met een gebroken pols, kun je bijvoorbeeld wel scheidsrechter of spelbegeleider zijn.

### Sieraden en veiligheid

Om de gymles zo veilig mogelijk te laten verlopen, worden er geen sieraden gedragen. Een armband, horloge, ketting of ring kan immers gemakkelijk ergens achter blijven haken of een ander kind verwonden met akelige gevolgen. Oorbellen (hangers en ringetjes) gaan altijd uit. Oorknopjes mogen blijven zitten. Sommige kinderen dragen armbandjes die niet af kunnen omdat ze vastgeknoopt zijn. Deze moeten toch af. Het advies aan ouders/verzorgers is om geen sieraden te laten dragen op de dagen dat er gym is. Zo kunnen ze bovendien ook niet kwijtraken. De sieraden (en eventuele andere spullen van waarde) die nog om zijn kunnen in het 'bakje' in de gymzaal worden gelegd.

### Haar en veiligheid

Lange haren worden vastgebonden met een elastiekje. Bij halflang haar wordt een deel van het haar vastgebonden of een sport haarbandje gedragen.

### Kleedkamer

De kinderen kleden zich om in de kleedkamer. Wanneer de kinderen klaar zijn, wordt er in de gang tussen de kleedkamer en gymzaaldeur gewacht. De kinderen zijn dan rustig i.v.m. geluidsoverlast voor de gymmende kinderen.

### Water drinken

Tijdens sporten kan er in een lesuur veel vocht verloren gaan. Water drinken is dan belangrijk! De kinderen in de **bovenbouw** mogen daarom in de gymles water uit een eigen bidon, flesje of air up drinken.

### Deodorant

Zeker in de **bovenbouw** is het goed om je na de gymles even op te frissen. Laat uw kind dan een deodorant in de vorm van een roller of stick gebruiken.