



## SPORT & GEZONDHEID

*Bewegen is gezond! Naast het vak lichamelijke opvoeding, of beter bekend als gym, organiseren we nog veel meer sportieve actieve activiteiten.*

### SPORTDAGEN

Op het Aletta hebben we elk jaar twee sportdagen; een binnen- en een buitensportdag. Tijdens deze sportdagen spelen we als klassen wedstrijdjes tegen elkaar. Alle eerste klassen van het Aletta hebben gelijktijdig de sportdag en dat zorgt voor een leuke en sportieve sfeer. Om goed voor de dag te komen, wordt tijdens de gymlessen tijd besteed aan het oefenen voor de sportdag.



### SCHAATSMIDDAG

In februari gaan we met alle eerste en tweede klassen van de school schaatsen. Een plezierige middag met vallen, opstaan en weer doorgaan. Heb jij de schaatsen al geslepen? Zo niet: geen probleem, er kunnen ook schaatsen worden gehuurd!

### ALETTA SPORTIEF

Voor leerlingen die het leuk vinden, bieden we een extra sportuur aan. Elke week wordt er een andere sport aangeboden, van voetbal tot freerunning. Iedereen is welkom en plezier staat voorop.

## GEZONDHEIDSWEEK

Tijdens de gezondheidsweek staan we stil bij onze leef- en beweegstijl. Je leert wat gezond eten en bewegen inhoudt en je gaat hier ook mee aan de slag. Zo begin je de dag met een ontbijt in de klas. Na het ontbijt werk je aan een opdracht of challenge. Deze opdrachten en challenges verschillen per dag. Door opdrachten en challenges te doen kun je punten verdienen. Welke klas pakt de meeste punten?

