



Belangrijke data:

9 februari	: Informatieavond voor geïnteresseerden
13 februari	: Rapporten ophalen
15/16 februari	: Rapportgesprekken
16 februari	: Afsluiten thema Opgebouwd
20 februari	: Voorjaarsvakantie
27 februari	: Start thema, Het boerenleven

Beste ouders,

Wat hebben we met elkaar een mooie opening gehad. De leerlingen hebben het schoollied ten gehore gebracht en we hebben genoten van alle aanwezigen.

Deze weken staan op school in het teken van de Citotoetsen. Altijd een spannend moment. Ik wil u dan ook vragen om geen afspraken met de tandarts etc. onder schooltijd te maken.

Op 9 februari is er weer een informatieavond voor geïnteresseerden in De Zeeraket. U bent onze beste ambassadeur, vertelt u het ook aan iedereen?

Met vriendelijke groet,
Mayke van den Berg

Thema Opgebouwd

Het thema loopt volop. In beide groepen is er een kunstenaar (expertlessen) aan het werk gegaan over constructies en stevigheid. Door het thema van verschillende kanten te bekijken, wordt het onderwijs een stuk betekenisvoller.

Avondvierdaagse

Elk jaar is er in Almere een avondvierdaagse, zo ook in Almere Poort. Vanuit de organisatie is de vraag om vanuit iedere school een afgevaardigde te laten meedoen in de organisatie. Wie zou vanuit De Zeeraket willen deelnemen? Zie bijlage

The Leader in Me

De 7 gewoontes van Covey!

Stephen Covey heeft het gedachtengoed rond de 7 gewoontes ontwikkeld. Gewoontes zijn dingen die wij herhaaldelijk doen. Het grootste deel van de tijd zijn we er ons niet van bewust dat we ze doen. We functioneren vooral "op de automatische piloot". Sommige gewoontes zijn effectief, sommige zijn ineffectief en anderen doen er niet





echt toe. Afhankelijk van wat ze zijn, zullen onze gewoontes ons maken of breken. We worden wat we herhaaldelijk doen. Een gewoonte ontstaat wanneer je kennis, vaardigheid en streven combineert. Kennis is het theoretische deel: wat moet er gedaan worden en waarom. Vaardigheden staan voor hoe iets moet worden gedaan. Streven is de motivatie, de wil om het te doen.

De eerste 3 gewoontes (1. wees proactief, 2. begin met het einde voor ogen en 3. belangrijke zaken eerst) vallen in de categorie "overwinningen op jezelf". De volgende 3 gewoontes (4. denk win win, 5. eerst begrijpen dan begrepen worden en 6. synergie) passen onder het kopje "overwinningen met de omgeving". De laatste gewoonte (7. houd de zaag scherp) gaat over het onderhouden van de eerste 6.

In deze flessenpost meer informatie over gewoonte 1:

Wees proactief:

Proactief zijn betekent dat je de verantwoordelijkheid neemt voor je eigen leven. Wij kiezen ons gedrag en zijn verantwoordelijk voor die keuze in plaats van dat ons gedrag veroorzaakt wordt door anderen of door de omstandigheden.

Proactieve mensen geven daarom niet omstandigheden, voorwaarden, opvoeding of andere mensen de schuld van hun gevoelens, gedachten of gedrag. Zij weten dat zij zelf die gevoelens, gedachten en gedragingen kiezen en dat ze dus zelf verantwoordelijk zijn.

Tussen de acties van anderen (wat die anderen doen of zeggen) en onze reactie is een opening, een vrije ruimte, een pauzeknop. Proactieve mensen gebruiken deze ruimte. Zij begrijpen dat je niet kunt bepalen wat anderen doen, dat je de omstandigheden moet nemen zoals ze zijn.

Voorbeelden van reactief taalgebruik en proactief taalgebruik:

Reactief proactief

- Ik kan niets doen -Wat zal ik nu doen
- Zo ben ik nu eenmaal -Ik kan veranderen van houding
- Hij/zij maakt me zo kwaad -Ik beheers mijn gevoelens
- Ze zullen het nooit toestaan -Misschien kan ik ze overtuigen
- Ik moet het doen -Ik kies de beste reactie
- Ik kan het niet -Ik kies / ik wil
- Als hij/het nou eens -Wat ik ga doen is ..
- Als ik maar meer tijd had -Wat ga ik doen in de beschikbare tijd

Op zondag 5 maart gaat het gebeuren en hebben we een evenement in de topsportcentrum in Almere!!

Dit is de GROOTSTE evenement in weerbaarheid van NEDERLAND!!

In 1 dag gaan een grote groep Rots en Water trainers deelnemers vanaf 8 jaar clinics verzorgen en helpen om:





- Hoe Ademkracht te gebruiken
- Leren om te Gronden / Sterk te staan
- Omgaan met Pesten / Groepsdruk
- Te leren beter te concentreren / Focussen
- Op jezelf leren vertrouwen
- Bewust zijn van je Lichaamstaal / Wat straal ik uit!
- Grenzen aanvoelen / Grenzen aangeven
- Jezelf laten horen

'Rots & Water' is een psycho -fysieke training die zich richt op de sociale weerbaarheid.

Door te oefenen met elkaar, wordt er bijvoorbeeld geleerd hoe je je grens aan kunt geven, het effect van houding en gedrag, het herkennen van en omgaan met ongewenst gedrag en groepsdruk en de basistechnieken van het zelfverdediging (indien dat laatste nodig is).

Doelstelling:

Een fysieke dag die leidt tot meer zelfbeheersing, zelfreflectie en zelfvertrouwen.

Praktische informatie

Datum 5 maart 2017

Tijden 9.30- 14.00 uur

Meenemen: Je eigen lunch, drinken wordt verzorgd

Ervaring: Conditie en sport achtergrond zijn niet belangrijk.

Kleding: Draag gemakkelijke sportkleding en blote voeten.

Trainers: inmiddels meer dan 16 Rots en water & warrior skillz trainers olv Youri Swart

Investering Gratis (Mogelijk gemaakt door sponsoring en subsidie)

Locatie Topsportcentrum Almere

Aanmelding

U kunt uw kind aanmelden door middel van het onderstaande inschrijfformulier zo volledig mogelijk in te vullen:

<http://warrioracademy.nl/unleash-the-warrior-within/>

Inmiddels hebben we reeds al meer dan 80 aanmeldingen!!!

Youri Swart en Team Warrior Academy

www.warrioracademy.nl

Wist u dat?

- Het volgende thema: het boerenleven zal zijn?
- Wij al 1 ouder hebben voor de ouderraad?
- Wij vanaf groep 4 wekelijks schaaklessen geven?
- Wij i.i.g. nog dit schooljaar 11 leerlingen verwachten?



Flessenpost



- Wij op Facebook geregeld foto's plaatsen?
- De nieuwe website bijna af is?

