

## Van de directeur

Beste ouders/verzorgers,

We hebben drie weken onderwijs op afstand achter de rug. Een periode die voor ouders/verzorgers, leerlingen en medewerkers niet eenvoudig geweest is. Mooi is om te zien hoe iedereen ondanks de moeilijke tijden positief blijft en meewerkt. Veel docenten en leerlingen zijn al in een nieuw ritme gekomen met de ingeplande lessen.

We wachten nu op wat er na de meivakantie gaat gebeuren. We zijn aan het nadenken over hoe we om moeten gaan met toetsing, de overgang en de achterstanden bij de start van het volgend schooljaar.

Mentoren en zorgteam houden nauw contact met de leerlingen. Mocht u vragen of opmerkingen hebben, neem dan gerust contact op met de mentor of leerlingbegeleider.

### Wees alert op het gebruik van de Zoom app

Het is voorgekomen dat er misbruik gemaakt wordt van de Zoom app. Dat kan overigens ook bij andere apps. Dit gebeurt, als een leerling de inloggegevens deelt met anderen dan klasgenoten. Er kunnen dan anderen toegang hebben tot een les op afstand. Docenten zullen hier alert op zijn. Het is voor leerlingen absoluut verboden de toegangscode en wachtwoord te delen met anderen. We verzoeken ook ouders hier alert op te zijn.

### Tips van het zorgteam

Het zorgteam heeft een aantal tips verzameld voor ouders/verzorgers die u wellicht kunnen helpen bij de lastige omstandigheden. Deze staan verderop in deze nieuwsbrief.

### Afronding examens

Op 8 april is de slaag-zakregeling en de regeling rond herkansing (de resultaat verbeterende toets) van het schoolexamen bekend gemaakt voor leerlingen die het SE geheel hebben afgerond. (zie: [examenblad.nl>servicedocument VO](#)) Er zijn op dit moment in alle klassen nog leerlingen die onderdelen van het schoolexamen moeten doen. We mikken erop dat zij deze onderdelen vóór de meivakantie, die eind volgende week start, hebben afgerond.

Op 4 juni horen alle leerlingen van hun mentor of ze geslaagd zijn, of nog moeten deelnemen aan de resultaat verbeterende toets om het SE-cijfer te verbeteren. Deze toetsen zullen in juni afgenomen worden. De inhoud ervan en wijze waarop ze afgenomen worden, krijgen de betreffende examenleerlingen na de meivakantie te horen.

A. Janssen, waarnemend directeur

---

Het team van College St. Paul wenst u in deze moeilijke tijd een vrolijk en gezond Pasen!



# Tips & Tricks Thuisonderwijs



College St.Paul

*Voor ons is  
bijzonder heel gewoon*

Team college St. Paul | april 2020 | Den Haag

# Waar loopt u mogelijk tegenaan..

- Hoe zorg ik voor ritme en structuur?
- Hoe motiveer ik mijn kind voor het maken van het schoolwerk?
- Hoe blijft het gezellig?
- Hoe blijven wij mentaal gezond?



College St.Paul  
*Voor ons is  
bijzonder heel gewoon*

# Algemene tips

- Neem de tijd om te wennen aan de nieuwe situatie, verwacht niet dat alles direct goed loopt.
- Eet gezond en op regelmatige tijdstippen.
- Een gezond slaapritme is heel belangrijk.

*Vaste bedtijd, 8 uur slaap, vaste tijd opstaan, goede ventilatie in de slaapkamer.*

*Minimaal een uur voor het slapengaan geen nieuwsberichten lezen/bekijken en niet op elektronische apparaten.*

- Houd de normale patronen in stand: opstaan, aankleden, tanden poetsen, maaltijden etc.
- Zorg voor ontspanning: wandelen, muziek luisteren, bellen met vrienden.



**College St.Paul**  
*Voor ons is  
bijzonder heel gewoon*

# Ritme en structuur

- Maak samen een rooster, met elke dag dezelfde opbouw.

*Zo weet uw kind waar het aan toe is en dit geeft rust in het hoofd. Door het samen te maken is uw kind meer gemotiveerd voor school. Het kan helpen samen (ook met broertjes/zusjes) het schoolwerk te maken.*

- Wissel concentratie af met ontspanning.

*De situatie is al moeilijk te bevatten, we hoeven dan ook niet te verwachten dat uw kind zich net zoveel uur op school concentreert als gewoonlijk. Een kwartier tot een half uur werken, daarna even 5-10 minuten ontspannen.*

- Zorg voor een fijne, overzichtelijke werkplek!



**College St. Paul**  
*Voor ons is  
bijzonder heel gewoon*

# Voorbeelden: Dagschema

## DAGSCHEMA BIJ THUISISOLATIE

Tussen 8:00 - 9:00 uur	Wakker worden, opstaan, ontbijten en chillen
9:00 - 9:30 uur	Ochtendgymnastiek
9:30 - 10:00 uur	Huishoudelijke klusjes: vaatwasser uitrusten, was verzamelen, bedden opmaken, rondje speelgoed opruimen
10:00 - 10:30 uur	Koffietijd
10:30 - 12:00 uur	Schooltijd
12:00 - 13:00 uur	Pauze en lunchtijd
13:00 - 13:30 uur	Buitenspelen
13:30 - 15:00 uur	Spelen, boek lezen, luisterboek luisteren, op je kamer spelen
15:00 - 16:00 uur	Zelfstandig werken: Educatieve spelletjes op de iPad of computer
16:00 - 17:00 uur	Naar buiten: voetballen, in de tuin spelen, wandelen
17:00 - 18:00 uur	Eten voorbereiden + avondeten
18:00 - 19:00 uur	Televisie kijken, gamen, tablet tijd
19:00 - 20:00 uur	Douchen / badderen, (voor) lezen, naar bed

### Corona rooster

7:00 - 9:30 uur	ontbijt douchen/wassen, aankleden
9:30 - 10:30 uur	naar buiten bewegen sporten wandelen fietsen
10:30 - 10:45 uur	fruit + drinken
10:45 - 12:30 uur	knutselen/bakken puzzelen / tekenen Spelen / spellen / opruimen
12:30 - 13:00 uur	lunch
13:00 - 14:00 uur	naar buiten bewegen sporten, wandelen fietsen boodschappen
14:00 - 15:00 uur	knutselen/spelen / lezen spelletjes / tekenen / opruimen
15:00 - 15:30 uur	fruit + drinken



**College St. Paul**  
*Voor ons is  
 bijzonder heel gewoon*

- Effectief: Planning met pictogrammen!

Te downloaden via

<https://jufmaike.nl/dagplanning-kind-thuis/>

- Ook leuk om een planning met tekeningen samen te maken, op papier of white/schoolbord.
- Zet evt. een wekker voor de werkmomenten: wanneer deze afgaat is het tijd voor ontspanning.



College St.Paul  
*Voor ons is  
bijzonder heel gewoon*

# Tips: omgaan met uw kind

- Wees u bewust van de veranderende relatie.

*Wanneer u zich opstelt als docent, ontstaat er spanning. Probeer er een positieve samenwerking van te maken, door voornamelijk te helpen en niet te onderwijzen.*

- Praat na afloop van het werken met je kind.

*Wat heeft uw kind geleerd? Wat ging goed, wat ging minder goed? Wat was leuk, wat was niet leuk? Hoe gaat het met het rooster? Aanpassingen nodig?*

- Tips voor praten over het coronavirus met uw kind:

<https://www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Praten-met-kinderen-over-het-coronavirus>



College St.Paul  
*Voor ons is  
bijzonder heel gewoon*



# Aanbod vanuit school

- 3 lessen per dag: deze zijn verplicht!
- Weetaken
- Contact met de mentor over schoolzaken
- Instagram gymdocenten: covidlofit
- Instagram beeldende vorming: csp\_beeldendevorming

Zorgen over het welzijn of gedrag van uw kind?

*U kunt dit doorgeven aan de mentor. In overleg met u wordt mogelijk het zorgteam (leerlingbegeleiders en gedragswetenschappers) ingeschakeld.*



College St.Paul  
*Voor ons is  
bijzonder heel gewoon*

# Tips voor educatieve activiteiten

- Duolingo: leer gratis een nieuwe taal. <https://nl-nl.duolingo.com/>
- YouTube: er zijn veel kanalen waarop docenten lesgeven.  
Bijvoorbeeld: Biologie met Joost.
- Verdieping in een onderwerp/activiteit waar nooit tijd voor was!  
Kunst, cultuur, lezen, documentaires.  
Op [www.museumkids.nl](http://www.museumkids.nl) staan leuke tips.
- Online, bijvoorbeeld: [www.bijlesextra.nl](http://www.bijlesextra.nl)



College St.Paul  
*Voor ons is  
bijzonder heel gewoon*

- Spelletjes als Pim Pam Pet, Rummicub, Scrabble, kaartspelen, Triviant, Jungle Speed en ga zo maar door.. Goed voor de algemene ontwikkeling, executieve functies en gezelligheid!
- Oefenen met studievaardigheden: Breingeheimen doorwerken.  
Mindmaps, samenvattingen, zelf vragen verzinnen over de tekst, overhoorkaartjes maken.
- Een muziekinstrument bespelen, leren noten lezen, zingen. Via YouTube zijn gemakkelijk instructies te vinden.



College St.Paul  
*Voor ons is  
bijzonder heel gewoon*

# Tips voor ontspanning

- Ademhalingsoefening: <https://www.youtube.com/watch?v=7qO6Dm6p3U8>

*Probeer deze oefening een aantal keer per dag samen (met het hele gezin) te doen.*

- Mandala/kleurplaat kleuren, tekenen.
- Op vaste momenten in een rustige omgeving elke dag minimaal een half uur wandelen, hardlopen of fietsen.
- Doe één keer per dag een spel met elkaar.
- Neem de tijd voor koken en maaltijden.
- Luister muziek en dans!



College St. Paul  
*Voor ons is  
bijzonder heel gewoon*

Veel succes, sterkte en gezondheid gewenst.

Mocht u vragen hebben, neem gerust contact op met de mentor van uw kind.



**College St.Paul**  
*Voor ons is  
bijzonder heel gewoon*