

## SPORT

De basisschool De Iris is gelegen in een prachtig stuk natuur te Ukkel. Het park Keyenbempt aan onze school is dan ook pure luxe.

Sport en beweging zorgt ervoor dat de kinderen meer energie bezitten, het verhoogt de weerstand en het kan ook helpen om stress kwijt te raken. In een maatschappij waar kinderen vaak in contact komen met televisie, computer, tablet,.. is dit enorm belangrijk! Sporten draagt ook bij tot een betere nachtrust. Kinderen die goed uitgerust naar school komen, kunnen beter concentreren.

Tijdens het sporten kan men inspelen op de noden en talenten van een kind zonder dat het zich daar altijd van bewust is.

Tijdens het sporten leren de kinderen omgaan met fair-play, samenwerking, respect, zelfvertrouwen en uitdagingen. Ze testen hun eigen grenzen af en verleggen ze.

Sporten heeft een positieve invloed op de ontwikkeling van elk kind.

Dit doen we door: 3u LO/week – jaarlijkse scholenveldloop – winter- en zomersportdag – middagsport – fietsvaardigheden – zwemmen vanaf de 3<sup>de</sup> kleuterklas – bewegingsuitdagingen in de klas als tussendoortje