

Aan de ouder(s)/verzorger(s) van onze
brugklasleerlingen in Meppel (met uitzondering
van VSL)

datum
26 augustus 2025

betreft
Rots & Water training

behandeld door
Aaltsje Veenstra

kenmerk
O2526009

bijlagen
-

Geachte ouder(s)/verzorger(s),

Vanaf volgende week gaat uw kind de Rots & Water training volgen op school. Alle leerlingen in de eerste klas op Stad & Esch volgen deze training.

Competentietraining

De Rots & Water training is een sociale competentietraining en heeft als doel dat de leerlingen zich meer bewust worden van zichzelf en dat er meer samenhang ontstaat in de groep. Het Rots & Water programma richt zich op de ontwikkeling van positieve sociale competenties. Kenmerkend voor dit programma is de fysieke invalshoek, veel bewegen en ervaren wat de oefeningen met je doen of bij je losmaken. De begrippen gronden, centreren en focussen komen in de oefeningen terug. Weerbaarheid en sociale vaardigheden worden in balans gepresenteerd en getraind.

Acht bijeenkomsten

De training wordt onder schooltijd, in de sporthal gegeven door intern gecertificeerde Rots & Water trainers. De eigen mentor is ook aanwezig, om de training mee te maken en om de vertaalslag naar de dagelijkse praktijk in de klas te kunnen maken.

De training bestaat uit ongeveer acht bijeenkomsten van vijftig minuten. Leerlingen, de mentor en de trainers dragen tijdens de training makkelijk zittende kleding en doen mee op blote voeten.

Als u naar aanleiding van deze brief vragen heeft, neemt u dan gerust contact op met de mentor van uw kind.

Met vriendelijke groet,
mede namens de andere trainers,

Aaltsje Veenstra,
Rots & Water trainer.