

Påskemarked

Vi nærmer os afslutningen på marts – og påskeferien starter i næste uge.

Derfor vil jeg lige minde om, at vi gør klar til påskemarked onsdag og torsdag i uge 13, hvor vi så afvikler påskemarked **fredag d. 31. marts kl. 11-13.**

Vi håber, der kommer rigtig mange af jer forældre samt andre interesserede.



3A har produceret slanger i træ som afslutning på deres projekt om krybdyr.

Vi gør klar til børnehaven

Vi er så småt ved at være klar til at kunne overgive SFO-bygningen til børnehaven.

SFO er ved at indrette sig i indskolingsfløjen. 2A skifter lokale lige op til påske. 8B er rykket til et mindre lokale.

Der er etableret en ny midlertidig sandkasse i legepladsen til indskolingen.



Skærmtid påvirker humør, indlæring og opmærksomhed

Vi er omgivet af skærme i en stor del af vores tid.

Den tendens har fået forskere til at undersøge, hvordan det påvirker børns udvikling – f.eks. i forbindelse med børns koncentrationsevne og opmærksomhed.

Denne forskning gør det mere tydeligt, at der er en sammenhæng, og det kan give mening at begrænse børns skærmtid.

Senest har Syddansk Universitet og Region Syddanmark undersøgt, hvordan det påvirker

børn med ADHD, hvis man halverer deres skærmtid.

Resultatet viser, at børn, som tidligere kunne opleves som trætte, ugidelige og irritable, kan ændre adfærd, hvis de får halverede deres skærmtid.

Det gør dem roligere og mindre konfliktsøgende.

Det er viden, som det kan være nyttigt at have med, når man hjemme drøfter skærmtid.

Sundhedsstyrelsen har flg. anbefalinger i forhold til skærmb brug (her i en lidt lettere omskrevet udgave):

- Børn bør ikke bruge skærm op til sovetid, da det udsætter sovetidspunktet.
- Undgå mobiler og tablets i barnets soverum i løbet af natten, da skærmmaktivitet forstyrrer søvnen og forringer søvnkvaliteten.
- Skab variation mellem barnets skærmmaktivitet og andre aktiviteter i løbet af dagen – herunder fysisk aktivitet.
- Interesser dig for dit barns digitale liv og vær opmærksom på barnets eventuelle bekymringer for at stå uden for fællesskabet eller for at gå glip af noget online.
- Lav aftaler om skærmbforbrug i hjemmet for både børn og voksne.
- Som forælder bør man være opmærksom på, hvor ofte man selv bruger skærmen, da det kan påvirke forældre-barn relationen negativt, hvis man bruger skærmen, når børnene er der.



Fra kalenderen

11. april
Skolestarterne har deres officielle "første skoledag".

12. april 16.15.
6. årgang – forældremøde om Bornholmerturen.

24. – 28. april
6. årgang er på Bornholm.

24. april
Børnehavens børn får deres daglige gang på skolen.

Jeg håber, I alle får en dejlig påske.

Med venlig hilsen

Tonny Akselsen

Sdr. Omme Skole

