

LOEK EN FLITS

GAAN NAAR SCHOOL

Een verhaal over een grote stap
en een warm begin



Je bent
mooi
zoals je
bent!

Met tips
voor ouders

Vandaag is het zover.
Loek gaat voor het eerst
naar school! 🌟💖🌟

Zijn nieuwe rugzak
staat al klaar.
Zijn schoenen heeft hij
al aan.

Loek springt een klein
rondje door de kamer.

“Ik ga naar school!”

Flits vliegt vrolijk
achter hem aan.

“Ik ga mee!”



Onderweg ziet Loek
steeds meer kinderen.

Allemaal hebben ze
een rugzak.

“Zouden zij ook
naar school gaan?”
vraagt Loek.

Flits kijkt nieuwsgierig
om zich heen.

“Volgens mij wel!”

Loek glimlacht.

De school komt
steeds dichterbij.



Daar is de klas!

Loek kijkt naar de grote deur.

Er lopen kinderen naar binnen.

Hij hoort stemmen en gelach.

Ineens voelt Loek
een kriebel in zijn buik.

“Ik vind het
een beetje spannend.”

Mama geeft hem
een knuffel.

“Dat mag.”

Loek haalt rustig adem.

Dan zet hij één stap
naar binnen.



Loek loopt de klas in.

Juf Lisa ziet hem
en lacht.

“Goedemorgen Loek!”
Fijn dat je er bent.”

Loek is gespannen,
omdat alles nieuw is.

“Goedemorgen juf!”

Flits blijft rustig
naast hem.

Loek zoekt een plekje
aan een groepstafel.



Juf Lisa laat Loek de klas zien.

“Kijk, hier kun je bouwen,”
zegt ze.

“En hier kun je lezen.”

“En daar... dat is de
knutselhoek!”

Loek kijkt met grote ogen.

Er is zoveel!

Flits kijkt rustig toe.

Loek voelt een beetje
kriebels in zijn buik.

Maar dat is oké,
zegt juf Lisa.

‘Je hoeft het niet alleen
te doen.’

Ik help je.”



De juf wijst naar een stoel
aan de groepstafel.

“Hier mag jij zitten, Loek.”

Loek kijkt naar de stoel.
Het is een beetje spannend.

Juf Lisa knikt vriendelijk.

“We gaan samen spelen,
zingen en leren.”

Flits geeft Loek
een knipoog.

“Ik ben er bij jou.”

Loek haalt diep adem.

Hij gaat zitten.

Langzaam voelt het
steeds een beetje beter.



Mama komt nog even
naar Loek toe.

“Ik ga nu naar huis,”
zegt ze.

“En straks kom ik je
weer halen.”

Loek kijkt naar mama.

Zijn buik voelt een
beetje raar.

Hij wil eigenlijk dat ze
nog even blijft.

Mama geeft hem een
dikke knuffel.

“Ik kom altijd
weer terug.”

Loek zwaait.

“Dag mama.”

En mama zwaait terug.



Loek speelt samen
met Sam.

Ze bouwen een toren.

“Kijk, zo hoog!”
zegt Sam trots.

Loek lacht.

“Dit is leuk!”

Zijn buik voelt
niet meer zo raar.

Flits kijkt blij.
Zijn lampje brandt
rustig en warm.

Loek kan dit!

Een eerste schooldag
kan best spannend zijn.

Maar het kan ook
heel fijn zijn.



De juf klapt in haar handen.

“Kom maar allemaal in de kring!”

De kinderen zoeken een stoeltje.

Loek kijkt even om zich heen.

Waar moet hij zitten?

Sam wijst naar een stoel
naast hem.

“Hier is nog plek!”

Loek gaat zitten.

Flits komt bij zijn voeten zitten.

De juf kijkt de kring rond.

“Wie weet er welk liedje
we gaan zingen?”

Een paar vingers
schieten omhoog.

Loek kent het liedje
nog niet.

Maar dat geeft niks.

Hij luistert eerst
gewoon mee.

En als het refrein nog
een keer komt...

zingt Loek heel zachtjes mee.





Dan gaat de deur
naar het plein open.

Naar buiten!

Loek rent naar zijn
vriendje.

Ze spelen met een bal.

Ze rennen.

Ze lachen.

Flits vliegt zo snel
als hij kan achter
ze aan.

“Wacht op mij!”
roept hij.



Na het buitenspelen
gaan ze weer naar binnen.

Loek kijkt naar de juf.

“Wanneer komt mama weer?”

De juf wijst naar de plaatjes.

“Eerst gaan we nog spelen.

Dan eten we samen.

En daarna komt mama
je weer halen.”

Loek kijkt naar Flits.

Dat duurt nog even.

Maar nu weet hij
wat er gaat gebeuren.

Dat voelt fijn.



Even later gaan
de kinderen eten.

Loek pakt zijn broodtrommel.
Sam zit naast hem.

“Ik heb een appel!” zegt Sam.

Loek kijkt in zijn eigen trommel.
“En ik heb aardbeien!”

Samen moeten ze lachen.

Loek kijkt even naar
de plaatjes aan de muur.

Eten. Dat klopt.
Precies zoals de juf zei.

Straks komt mama
hem weer halen.

Flits kijkt tevreden naar Loek.
Zijn lampje brandt
rustig en warm.



Dan gaat de deur open.

Loek kijkt op.

“Mama!”

Daar is ze weer!

Loek rent naar haar toe.

Mama geeft hem
een dikke knuffel.

“Hoe was het op school?”
vraagt ze.

Loek denkt even na.

“Eerst vond ik het spannend,”
zegt hij.

“Maar ik heb gespeeld met Sam.
En buiten gespeeld.
En aardbeien gegeten!”

Mama lacht.

“Wat heb jij veel gedaan!”

Loek kijkt naar Flits.

Zijn eerste schooldag zit erop.



Samen lopen ze naar huis.

“Wat vond je het allerleukste?”

vraagt mama.

Loek denkt na.

“Spelen met Sam!” zegt hij.

“En buiten spelen.”

Mama glimlacht.

“En ga je morgen weer?”

Loek kijkt nog even om
naar school.

Hij knikt.

“Ja!”

Flits loopt dicht naast hem.

Wat was er vandaag veel nieuw.

Maar morgen kent Loek
al een beetje meer.



TIPS VOOR OUDERS BIJ DE EERSTE SCHOOLDAG

Een warme start maakt het verschil.
Jij bent de veilige basis.

BENOEM GEVOELENS

Er mogen spannende kriebels zijn.
Het is oké om het spannend te vinden én om er zin in te hebben.
Zo voelt je kind zich begrepen.



RITME EN VOORSPELBAARHEID

Een vast ochtendritueel geeft rust en vertel wat er gaat gebeuren.
Bijvoorbeeld: aankleden, ontbijten, tas klaar, samen naar school.



PRAAT & LUISTER

Vraag: "Wat was het leukste vandaag?" en luister echt.
Vraag niet alleen: "Hoe was je dag?"
Stel liever korte, duidelijke vragen, zoals: "Met wie heb je gespeeld?"



LAAT LOS, MET LIEFDE

Loslaten is moeilijk, voor jou helpt je kind om vertrouwen te voelen.
Wenk gedag, geef een knuffel en zeg dat je op hem/haar vertrouwt.



HOUD HET POSITIEF & ECHT

Wees positief, maar beloof geen dingen die je niet waar kunt maken.
Eerlijkheid geeft vertrouwen.



GEEF HET TIJD

Wennen duurt vaak meerdere weken.
Elk kind doet dit in zijn of haar eigen tempo.



VERTROUW OP DE SCHOOL

Leerkrachten weten wat ze doen.
Samen zorgen jullie voor een fijne start voor jouw kind.

