

# LAAT JE GEVOEL ZIEN EN DEEL DIT MET DE ANDER

WEES LIEF  
VOOR  
JEZELF

## VOORBEREIDING BENODIGDHEDEN

### Benodigheden voor de leerkracht

- Digibord materiaal Les 2
- Kopieerblad 1 door leerkracht zelf ingekleurd

### Benodigheden per leerling

- A4 papier wit
- Kleurpotloden/stiften/verf en kwasten
- Kopieerblad 2

### Leerdoelen

- De leerlingen leren over de vier basisemoties.
- De leerlingen leren over hun eigen emoties en hoe ze daar mee om kunnen gaan.
- De leerlingen leren dat kleuren, vormen en voorwerpen verschillende emoties kunnen oproepen.

Deze les draagt bij aan lief zijn voor jezelf door te ontdekken waar je blij van wordt.

De tekening die de kinderen hierbij gemaakt hebben en die duidelijk maakt waar ze blij van worden kan er bij gepakt worden op momenten dat daar behoefte aan is.

## LESVERLOOP (60 MINUTEN)

### Start van de les/introductie

Open Les 2 op het digibord. Bespreek met de klas de lesdoelen, 'Dit ga je leren'.

We gaan vandaag leren over ons gevoel. We gaan ontdekken waar we boos om worden en waar we juist heel blij van worden. En we gaan leren hoe je dit kunt laten zien en bespreken.

### Inleiding

Open het volgende scherm op het digibord met de vier basisemoties: bang, blij, boos en bedroefd.

Zoek met de klas de emoties bij de karakters. Wie is er boos? Waarom zou hij/zij boos zijn?

Wat zou er gebeurd zijn?

Voer dit gesprekje over alle basisemoties van het bord.

Vervolgens laat je een door jezelf ingekleurd figuur zien van werkblad, bijvoorbeeld een ster met verschillende kleuren. Je vertelt dat je dol bent op sterren omdat je de vorm zo mooi vindt en omdat de ster je een feestelijk gevoel geeft.



# LAAT JE GEVOEL ZIEN EN DEEL DIT MET DE ANDER

WEES LIEF  
VOOR  
JEZELF

Vervolgens start je het gesprek met de kinderen over vormen waar je blij van wordt. Voorbeeldvragen:

- Welk figuur of voorwerp vind je mooi? Waarom?
- Waar word je dan zo vrolijk van?  
En heeft die vorm een speciale kleur?
- Wat is jouw lievelingskleur? Waarom?



Vervolg het gesprek en vraag ook naar de andere gevoelens, zoals bang, boos en bedroefd.

- Van welke kleuren kun jij heel boos worden?
- Wat vind jij een kleur waar je verdrietig van kan worden?
- Wat vind je verdrietige kleuren?
- Wat vind je verdrietige vormen?

## Kern

Geef alle kinderen een vel papier met de opdracht iets te tekenen waar ze blij of gelukkig van worden.

Maak twee- of drietallen en laat de kinderen hun tekening met elkaar bespreken.

Laat daarbij de vragen zien op het digibord.

- Wat heb je getekend?
- Wat maakt jou zo blij of gelukkig in deze tekening?

Als de tweede bespreekronde klaar is volgt er een klassikaal gesprek.

Stel je bent heel bang, boos of verdrietig. Waar kun je dan aan denken om jezelf op te vrolijken?

Het doel is dat de kinderen dan naar hun tekening kunnen verwijzen. Lukt dat niet meteen, dan kun je het voorbeeld geven dat als jij je verdrietig voelt graag denkt aan de gekleurde ster en dat je dan weer vrolijk wordt! Vertel dat blij gevoelens kunnen helpen om nare gevoelens minder aanwezig te laten zijn.

Stimuleer positieve gevoelens door blij gevoelens aandacht te geven. Wat je aandacht geeft groeit.

## Differentiatie

Als kinderen zich moeilijker kunnen uiten met een tekening over blij gevoelens, kun je er ook voor kiezen ze te laten tekenen waar Snoopy blij van wordt.

## Afsluiting

De kinderen maken weer twee- of drietallen (mogen ook dezelfde zijn als bij de vorige opdracht).

Ieder kind krijgt een leeg briefje (kopieerblad). Op dat briefje maken zij de volgende zin af:

Wat jij nog niet van mij weet is dat .....

Als iedereen wat heeft opgeschreven worden de briefjes aan elkaar uitgewisseld en kort besproken.

Als de gesprekjes klaar zijn, bespreek je een aantal briefjes klassikaal.

PEANUTS®