

De Kwink-hoek

Sociaal-emotioneel leren in de onderbouw



Zo zijn onze manieren!

Vriendschap

Kiezen

Ontspannen

Hoe voel ik mij vandaag?

KWINK
VOOR SOCIAAL-EMOTIONEEL LEREN

Colofon

De Kwink-hoek
Sociaal-emotioneel leren in de onderbouw

Ideeën en teksten
Nienke van den Berg, Gerard van Midden en Wouter Siebers

Eindredactie
Mariska Bijvank

Vormgeving
Studio Michelangela

Uitgever
Kwintessens
Postbus 1492
3800 BL Amersfoort

033-460 19 40
info@kwinkopschool.nl
www.kwinkopschool.nl

Inhoud



Wat is een Kwink-hoek?	4
Observeren in de Kwink-hoek / in de kring	6
Thema 1: Zo zijn onze manieren!	7
Thema 2: Vriendschap	10
Thema 3: Kiezen	13
Thema 4: Ontspannen	16
Thema 5: Hoe voel ik mij vandaag?	19
Relatie met andere vakken	22
Ouderbetrokkenheid	23
Bijlagen	24

Wat is een Kwink-hoek?

We kennen de bouwhoek, de huishoek, de letterhoek, de muziekhoek... Nieuw is de Kwink-hoek, die specifiek dan de andere hoeken gericht is op het sociaal-emotioneel leren van kinderen. En die spelenderwijs aansluit op de online lessen van Kwink.

SEL-competenties

In de Kwink-hoek oefenen kinderen op een speelse manier de SEL-competenties: Besef van jezelf, Besef van de ander, Zelfmanagement, Relaties hanteren en Keuzes maken. Omdat dit niet in een strikte lessituatie gebeurt, leren ze toepassen (transitie) wat ze in de gewone Kwink-les hebben geleerd. In de Kwink-hoek brengen de kinderen ook in beeld en spel gebeurtenissen en eigen ervaringen onder woorden waardoor ze meer grip krijgen op de wereld om hen heen.

Executieve functies

In de Kwink-hoek trainen kinderen ook spelenderwijs executieve functies. Dat zijn al die regelfuncties van de hersenen die essentieel zijn voor het realiseren van doelgericht en aangepast gedrag, zoals:

- plannen en organiseren;
- flexibiliteit;
- werkgeheugen;
- onderdrukken van negatief impulsgedrag;
- emotieregulatie.

De psychologen Don Norman en Tim Shallice hebben vijf soorten situaties geschetst waarin gewone routinematige activatie van gedrag niet voldoende is, en executieve functies vereist zijn om tot een optimale prestatie te komen. Dit zijn:

- Situaties waarbij planning en besluitvorming vereist is.
- Situaties waarbij bijsturing en foutencorrectie van gedrag nodig is (en ermee leren omgaan).
- Nieuwe vormen van gedrag of nieuwe opeenvolgingen van handelingen.
- Gevaarlijke of technisch moeilijke situaties.
- Situaties waarbij ingeroest gedrag of gewoontes moeten worden doorbroken (flexibiliteit).

De genoemde situaties komen allemaal regelmatig voor. Ook in het onderwijs in groep 1 en 2.

Voorbeelden

- Een jong kind kan al een korte tijd wachten zonder de orde te verstoren.
- Kleuters kunnen speelgoed delen. Ze kunnen, na wat aansporing, speelgoed op de juiste plaats terugleggen.
- Een jong kind kan aanwijzingen van een of twee stappen onthouden en opvolgen.
- Bij bewegingsspelletjes kunnen kinderen op hun beurt wachten, afspraken onthouden en rekening houden met anderen.

(Bron: slo.nl)



Tips voor vijf thema's

In de Kwink-hoek gaan kinderen op een meer thematische manier aan de slag met diverse SEL-onderwerpen. In dit katern geven we suggesties voor deze vijf thema's:

1. Zo zijn onze manieren!

(Besef van jezelf / Besef van de ander)

2. Vriendschap

(Relaties hanteren)

3. Kiezen

(Keuzes maken)

4. Ontspannen

(Besef van jezelf / Zelfmanagement)

5. Hoe voel ik mij vandaag?

(Besef van jezelf)

Bij de begeleiding van het spelen in de Kwink-hoek heeft de leraar verschillende rollen. De leraar is:

- observator;
- bemiddelaar, waarbij zij interactie uitlokt tussen kinderen;
- speelmaatje, waarbij zij meespeelt vanuit een gelijkwaardige rol. Vanuit deze rol kan de leraar iets toevoegen.
- toneelmeester, verantwoordelijk voor het inzetten van krachtige en uitnodigende materialen die zorgen voor een rijke leeromgeving. In die rol stimuleert de leerkracht kinderen ook om de hoek zelf in te richten.

Concrete suggesties

We geven je per thema vijf concrete suggesties, rond deze vier werkvormen:

1. spel (2x)
2. maken
3. uitspelen
4. kijken/luisteren/lezen

Het zijn basisideeën waar je zelf makkelijk en snel op kunt variëren. Het is uiteraard belangrijk dat de suggesties aansluiten bij wat je leerlingen nodig hebben.

Additionele Kwink-materialen

Versterk de inhoud van de Kwink-hoek met de volgende, specifieke Kwink-materialen:

Kwink-TV

Op www.kwinkopschool.nl vind je diverse Kwink-animaties onder de kop 'Kwink-TV'. Die kunnen kinderen zelfstandig bekijken.

Kwink-memoryspel

Bestel het Kwink-memoryspel over het herkennen en verkennen van emoties. Kijk op www.kwintessens.nl/kwink-memoryspel

Kwink-handpoppen

Bestel de unieke handpoppen. Deze vier Kwink-dieren stimuleren de kinderen tot creatief spel. Ook ideaal voor de gewone Kwink-lessen. Meer weten? Kijk op www.kwintessens.nl/kwink-handpoppen

Boekenserie: Hoe doe je dat?

Verken met kleuters alledaagse situaties en gedragsverwachtingen op een aansprekende en creatieve manier. De Kwink-dieren laten zien hoe je dat doet. Thema's: omgaan met elkaar, vriendjes maken, kennismaken met emoties. Meer weten? Kijk op www.kwintessens.nl



Observeren in de Kwink-hoek

Het waarborgen van de sociaal-emotionele ontwikkeling van een kind is een van de kerntaken van een school. We onderscheiden vijf competenties:

- besef van jezelf;
- zelfmanagement;
- besef van de ander;
- relaties hanteren;
- keuzes maken.

Kinderen ontwikkelen zich altijd, op ieder moment van de dag. Soms is het goed het leren wat explicieter te maken zodat een leraar gericht kan observeren. Dit geeft informatie over wat een kind al kan en wat het kind nodig heeft om zich verder te ontwikkelen.

Na elke Kwink-les is er daarom ruimte voor transitie: het geleerde vertalen naar de dagelijkse onderwijspraktijk. Zonder krachtige transitie verliezen SEL-lessen aan waarde.

De introductie van de Kwink-hoek geeft je de mogelijkheid de transitie te versterken en te verankeren binnen het onderwijs.

Hoe benut je de Kwink-hoek optimaal? Vooral door te kijken. In de Kwink-hoek worden opdrachten uitgezet die kinderen uitdagen tot bepaalde dilemma's of bepaald gedrag.

In de Kwink-hoek kun je goed kijken op welke manier kinderen reageren, welke vaardigheden ze goed beheersen en wat ze nog lastig vinden. Je school werkt waarschijnlijk met een



observatie-instrument om de ontwikkeling van (het jonge) kind in volgen. We adviseren dit instrument juist ook te gebruiken op momenten dat kinderen in de Kwink-hoek aan het werk zijn.

In de kring

De kinderen vertellen de groep over hun ervaringen in de Kwink-hoek. Stel duidelijke SEL-vragen: Hoe voelde je je erbij? Hoe voelden de andere kinderen zich, denk je? Hoe heb je samengewerkt? Wat heb je gedaan als het even misging? Hoe ging je om met een teleurstelling? Wat vond je het leukste en waarom? Welke keuzes heb je gemaakt en hoe was dat? Herhaal de belangrijkste leerpunten zodat je die tijdens andere situaties in de klas, op het plein, in de gangen, in de gymzaal (transitie) gedurende de dag in herinnering kunt roepen.



Thema 1: Zo zijn onze manieren!

Verantwoording

Een groep waarin gezamenlijk afspraken gemaakt en nageleefd worden heeft een grote mate van veiligheid. Kinderen hebben behoefte aan structuur en duidelijkheid. Het is belangrijk dat ze de gelegenheid krijgen te reflecteren op gedrag en leren dat ze fouten mogen maken. Ze leren dat het eigen gedrag (Besef van jezelf) gevolgen heeft voor de ander (Besef van de ander). Juist bij de start van het schooljaar of na de kerstvakantie kan het van waarde zijn om deze hoek in te richten.

Inrichting van de Kwink-hoek

Maak in de hoek verschillende klassenregels en routines zichtbaar op kaarten en/of foto's. Geef de kinderen de mogelijkheid om hier zelf ook tekeningen van te maken. Leg twee petten en wat beloningskaartjes neer (voor de complimentendienst, zie concrete suggesties).

Gebruik eventueel ook onderstaande suggesties (en leg daarvoor de materialen klaar in de Kwink-hoek) om kinderen te laten ervaren dat ze met elkaar een veilige groep vormen. In die veilige groep gaat het erom dat je elkaar kent en met elkaar afspraken maakt en naleeft. Daar helpen deze suggesties bij:

- maak een fotowand van de kinderen uit de groep (of losse kaarten met foto's);
- knutsel samen één grote boom waarvan de bladeren gevormd worden door een geschildeerde of omgetrokken hand van elk kind. Het beeld erbij is: we zorgen met elkaar voor die boom, zo kan hij groeien;
- laat een groot schilderij ontstaan waarop van elk kind een vingerafdruk in verf staat. Teken of schilder aan elke vingerafdruk een touwtje, zodat het ballonnen worden die met elkaar nieuwe groepsavonturen gaan beleven.

Kleed de Kwink-hoek verder aan met de resultaten van deze activiteiten.

Concrete suggesties

Spel 1

Complimentendienst

Hang in de hoek twee petten op en zet een pot met kaartjes of beloningsfiches neer. Kinderen spelen de *complimentendienst*. De complimentendienst gaat als echte detectives op zoek naar alles wat goed gaat in de klas. Wie is er lekker aan het spelen? Wie gaat helemaal zelf naar de wc? Wie helpt een ander goed? Laat kinderen dit benoemen en bekrachtigen door een kaartje uit te delen en te vertellen wat ze goed vinden gaan.





Maken

Complimentenkaartje

Maak een complimentenkaartje. Teken wat de ander goed heeft gedaan en geef dit kaartje aan de ander. Het wordt nog persoonlijker als de kinderen een complimentenkaartje hebben met daarop hun foto of een tekening van zichzelf. Als je liever geen complimentenkaartjes laat maken, kun je de kinderen ook aanleren om eerst van hun hand een open kommetje te maken (waarin fictief het compliment zit). Ze overhandigen het compliment aan het ontvangende kind dat ook een kommetje heeft gemaakt van zijn handen. Gekregen? Dan houden ze het compliment tegen hun hart en is het op een mooie plek opgeborgen.

Spel 2

Dat-mag-niet-monster

Ergens in de klas zit een monster verstopt. Het Dat-mag-niet-monster. Het monster doet steeds dingen die niet mogen. Aan de kinderen de taak om aan het monster uit te leggen wat de afspraken in hun groep zijn. Laat ze de hoek zo inrichten dat ze het monster goed kunnen uitleggen hoe het hoort. Als de hoek helemaal af is kan het monster (pluche beast) door de leerkracht aan de leerlingen worden gegeven of de leerkracht hanteert zelf het pluche monster en stelt kinderen gerichte vragen.



Uitspelen

Zwinzent gaat spelen

Zorg voor een mand met verschillende verkleedkleden. Kinderen kiezen kleding die ze leuk vinden. Eén leerling is Zwinzent. Zwinzent speelt met de andere kinderen, maar luistert telkens niet goed naar het voorstel dat ze doen. Zwinzent heeft geen zin om mee te doen met de groep en doet steeds precies het tegenovergestelde van wat de groep bedenkt. Wat kan de groep doen om toch samen verder te spelen of de situatie zonder ruzie op te lossen?



Tip

Gebruik hiervoor de handpop van Zwinzent (zie: www.kwintessens.nl/kwink-handpoppen).



Kijken/luisteren/lezen

Leg prentenboeken over regels en gedrag neer in de hoek of betrek er de leeshoek bij. Laat die boeken aan elkaar voorlezen of erover vertellen.

Kijktip: Huisje boompje beestje – Zo zijn onze manieren!
<https://schooltv.nl/video/huisje-boompje-beestje-zo-zijn-onze-manieren/>

Leestips: Regels, regels en nog eens regels
 - Berdie Bartels
 Regels zijn regels - Cassie Mayer
 Regels en afspraken - Jennine Staring
 De lekker lange agent - Tjibbe Veldkamp
 De stations-muis - 'Meg McLaren
 Babs is de baas! - Corinne Averiss
 Kreukel - Loes Riphagen
 Kaatje zegt NEE! - Liesbet Slegers
 Grote brutale Hippo - Stuart Trotter
 Eigenwijze Tobias - Ruud Bruijn
 Prinses Arabella en Omi - Mylo Freeman.

Spreek een of meer boeken in als luisterboek en laat de kinderen ernaar luisteren. Download en print passende digitale Kwinkprentenboeken.

Thema 2: Vriendschap

Verantwoording

Mensen die echte vrienden om zich heen hebben, zijn gelukkiger en zelfverzekerder. Daarom is 'vriendschap' een belangrijk thema.

Kinderen van 4 tot 7 jaar hebben vaak een duidelijke voorkeur voor wie ze aardig vinden. Dat is gebaseerd op activiteiten die ze beiden leuk vinden. Kinderen leren spullen te delen en oefenen in het leggen van sociale contacten. Ze willen gehoord en gezien worden door oudere leeftijdsgenootjes. Vriendschappen kunnen nog weleens wisselen. Dat gebeurt vaak na een ruzie. Het nuttige van die ruzietjes is dat kinderen dan ook weer leren hoe ze die (zelf) moeten oplossen. Leer kinderen aan welke 'taal' ze kunnen gebruiken voor het oplossen van ruzies. Bijvoorbeeld deze zinnen:

- Daan, jij hebt mijn lego afgepakt, omdat... (andere kind maakt deze zin af vanaf het woord 'omdat').
- Zullen we samen...? (voorstel laten doen) Dan word ik weer blij (of andere emotie).

Inrichting van de Kwink-hoek

Richt de Kwink-hoek in, samen met de kinderen, passend bij het thema 'vriendschap'. Denk aan: lekkere zitkussens, huiselijke (vertrouwde) spullen, gezelschapsspelletjes, posters over vriendschap

(kopieën uit prentenboeken bijvoorbeeld),

vrienden- en/of hartjesslingers,

verjaardagskalender met

daarop alle vriendenna-

men, 'tegeltjes' met de

door kinderen afge-

maakte zin: 'Vriend-

schap is...', prenten-

boeken over

vriendschap, wel-

kombordjes en

spullen die kinde-

ren zelf van huis

mogen meenemen.

Kortom: inrichten alsof

je je beste vriend ont-

vangt!



Concrete suggesties

Spel 1

Vriendenwinkel

Hang in de vriendenwinkel woorden en plaatjes die bij de volgende woorden passen: kleur, spiegel, spel, muziek, dier, eten en kleding. Elk kind kiest één woord of plaatje uit en maakt daar een tekening over zijn/haar vriend op een stevige strook papier. Daarna kiezen ze een tweede woord of plaatje uit enz.

Kleur = zijn lievelingskleur, spiegel = leukste karaktertrek enz. Plak elke strook papier op een (bouw) blok. Zet de blokken in 'de winkel'. Kinderen gaan nu 'blokken' kopen. Laat met telkens twee blokken tot vrij spel komen. Natuurlijk kan dit ook met meer dan twee kinderen.



Spel 2

Slaapfeestje

Kinderen mogen bij elkaar 'slapen'. Hoe richten ze de slaaphoek in voor hun vriendje? Laat de slaapplek zo vertrouwd mogelijk maken voor het vriendje. Dat betekent dat de kinderen eerst goed met elkaar gaan overleggen. Wat mag er niet ontbreken? Welk verhaaltje vertellen (of lezen ze voor) ze elkaar vóór het slapen gaan? Wat gebeurt er bij het wakker worden? Wat ontbijten ze? Enz.



Maken

Vriendjes maken

Vrienden kennen elkaar. Maak een portret van een vriendje. Teken of schilder elkaar heel precies na. Plak er brede zonnestralen omheen. Teken of schrijf daarop wat het vriendje goed kan. En ook wat het leuk vindt van het vriendje.

Bouw een vriendenhuis

Twee kinderen bouwen een vriendenhuis. Dat kan van kosteloos materiaal en/of met blokken/lego. Ze overleggen hoe dat huis eruit moet zien, wat er in komt enz. Ze houden rekening met elkaars wensen.

Uitspelen

Leg deze afbeeldingen neer (zie bijlage 1):

- 1 Gretta zoekt tevergeefs een vriend in de winkel.
- 2 Gretta vraagt het aan Kwispel. Hij vraagt: Wat voor vriend zoek je?
- 3 Soorten vrienden: grappig, slim, sportief.
- 4 Gretta weet het niet. Kwispel krijgt een idee...

Hoe loopt dit verhaal af? Kinderen spelen dit in de hoek na en verzinnen een afloop. Ze voeren het daarna ook nog een keer in de kring voor de hele groep uit.

1



2



3



4





Kijken/luisteren/lezen

Leg prentenboeken over 'vriendschap' neer in de hoek of betrek er de leeshoek bij. Laat die boeken aan elkaar voorlezen of erover vertellen.

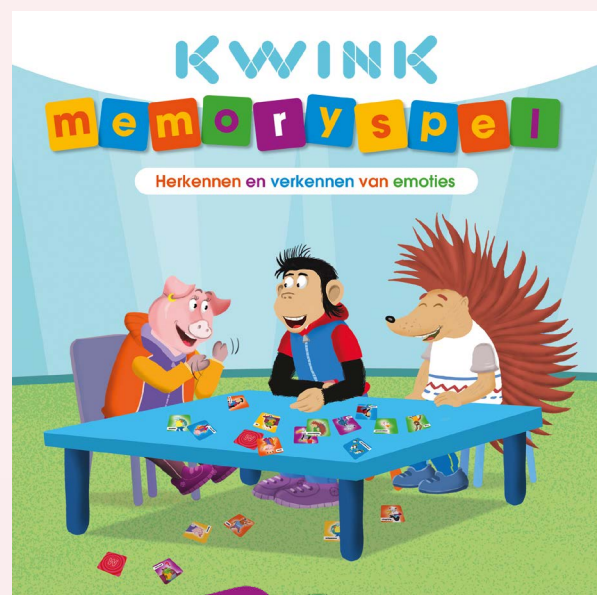
Tips: Kikker & vriendjes - Max Velthuis
 Vriendjes en Wil je mijn vriendje zijn? - Eric Carle
 Jij ook van mij - Vivian den Hollander
 Elmer en zijn vriendjes - David McKee
 Vriendjes - Mies van Hout
 Vos en Haas - Sylvia Vanden Heede
 Boer Boris en de olifant - Ted van Lieshout.

Spreek een of meer boeken in als luisterboek en laat de kinderen ernaar luisteren. Download en print passende digitale Kwink-prentenboeken.

Kwink-memoryspel

Leg deze kaartjes op z'n kop in de hoek: zenuwachtig, bang, geschrokken, buitengesloten, verdrietig en boos. Kind 1 pakt blind een kaartje en geeft dat aan kind 2. Kind 2 laat zien hoe het dier op het kaartje zich voelt. Kind 1 kijkt goed en probeert kind 2 te helpen.

Bestel het Kwink-memoryspel op www.kwintessens.nl. Bestelnummer: 0922.



Thema 3: Kiezen

Verantwoording

In de Kwink-hoek spelen de kinderen samen. Dat spel verloopt het beste als kinderen leren om rekening te houden met elkaar. Zeker als het gaat om het thema 'kiezen'.

Veel van de keuzes die kinderen de hele dag door maken zijn onbewust. Soms is het nodig om bewust te kiezen. Vaak weet je pas achteraf of je de goede keuze hebt gemaakt. Daarom is het belangrijk dat kinderen leren van hun keuzes. Kinderen die kunnen terugkijken op eerder gemaakte keuzes en daarvan ook leren, zijn beter in staat om in de toekomst weloverwogen keuzes te maken. Zij zijn in staat problemen op te lossen op een manier die recht doet aan alle betrokkenen. Kiezen heeft dus alles te maken met jezelf én anderen.

Het is belangrijk om kinderen al vroeg eigen keuzes te leren maken. Zo vergroten ze hun zelfvertrouwen, hun zelfoplossend vermogen, stimuleren ze hun verantwoordelijkheidsgevoel en creativiteit. Eigen verantwoordelijkheid betekent: eigen regie. En dat is een van de allerbelangrijkste basisbehoeften van een mens. Eigen regie houdt ook in dat kinderen oorzaak en gevolg van keuzes leren; en ervaren ze dat ze bij een keuze rekening moeten houden met anderen. En natuurlijk moeten kinderen in alle veiligheid foute keuzes mogen maken! Of anders gezegd: fouten maken moet en van proberen kun je leren.

Inrichting van de Kwink-hoek

Besprek met de kinderen hoe een hoek over 'kiezen' eruit kan zien. Laat zoveel mogelijk ideeën van de kinderen door hen zelf uitvoeren. Hang 'menuborden' in de hoek op waar activiteiten op staan waar kinderen uit kunnen kiezen (of gebruik het kiesbord). Leg een lege koffer neer. Die mag een kind vullen met tien dingen die het mee wil nemen op reis. Wat kiest het kind? Laat de keuzes tekenen of vul de koffer met echte voorwerpen. Leg spullen neer waarmee de kinderen een kleu-

renwinkel kunnen inrichten. Groen bij groen, rood bij rood enz. Andere kinderen mogen een of meer kleuren komen 'kopen'. Variaties: a) een letterbibliotheek. Welke letters kies je? Welke woorden ga je daarvan maken? b) een restaurant. Wat staat er op de menukaart? Wat doe je als een kind iets kiest wat niet op de kaart staat? Zet ook de mand met verkleedkleden neer.

Een stapel Allerhandes (voor de menukaart) en reiscatalogi (voor je favoriete vakantieplek) stimuleren ook om kiesactiviteiten mee te doen.

Spel 1

Leg twee verschillende speelvoorwerpen bij elkaar. Bijvoorbeeld: een puzzel en lego. Twee kinderen gaan nu samen kiezen waarmee ze gaan spelen. Observeer het overleg. Wat spreken ze samen af? Hoe komen ze tot een keuze waar ze beiden blij mee zijn? En daarna? Lekker samen spelen!

Tip

Doe de twee voorwerpen in één bak. Zorg voor een aantal verschillende bakken.



Spel 2

Leg acht verschillende afbeeldingen van dagelijkse keuzemomenten in de Kwink-hoek. Zie bijlage 2. Er horen er telkens twee bij elkaar. Laat die in duo's eerst bij elkaar zoeken. Daarna maken de kinderen om de beurt een keuze. Voorbeeld: als kind A de appel kiest, moet kind B de banaan nemen. Daarna mag kind B als eerste kiezen. Klaar? Dan hebben ze elk vier kaartjes. Daarmee verzinnen ze een verhaaltje dat ze later voor de groep mogen uitspelen.

Tip

Geef kinderen lege kaartjes en laat ze daarop keuzes tekenen die ze elke dag wel een keer maken. Laat andere kinderen raden om welke keuze het gaat.

**Maken*****Samen een kijkdoos maken***

Leg materiaal neer om een kijkdoos te kunnen maken. Twee kinderen werken samen aan één kijkdoos. Het thema is: een spannende, leuke plek. Welke plek kiezen de kinderen samen? Een spookhuis? Een circus? Een boom in het bos?

Aankleed-kind

Teken op een rol behang de omtrek van een kind (oudere kinderen kunnen dit natuurlijk zelf). Te groot? Laat dan een verkleinde omtrek op stevig A3-papier tekenen. Laat dit 'kind' aankleden met kosteloos materiaal. Laat eerst kiezen voor welke gelegenheid de kleding is: een feestje, sporten, buiten spelen, slapen, zwemmen enz. Hang de resultaten aan hangertjes zoals in een garderobekast. Vraag of andere kinderen daar ook mee mogen spelen de komende tijd.

Uitspelen

Zorg voor verschillende verkleedkleden in een mand. De kinderen kiezen kleding die ze leuk vinden. Let op: zeg erbij dat ze, wie dat wil, die kleding de hele ochtend of middag moeten aanhouden.

De 'verkleedkinderen' verzinnen met elkaar een toneelstukje waarbij de gekozen kleding een rol speelt. Bespreek tot slot hoe de kledingkeuze bevalen is. Wie had er spijt van de keuze en waarom? Hoe beviel de kleding tijdens het buitenspelen? Wat is belangrijk voordat je een keuze maakt?



Kijken/luisteren/lezen

Leg prentenboeken over 'kiezen' neer of betrek de leeshoek erbij. Laat die boeken aan elkaar voorlezen of erover vertellen.

- Tips:**
- De koningin die niet kon kiezen - Annemarie van Haeringen
 - Deze ridder zegt nee - Lucy Rowland
 - Het grote boek van Kikker en Varkentje - Max Velthuis
 - Het blauwe paard - Eric Carle
 - Nieuwe schoenen! - Leilani Sparrow
 - Een echt egeltjesfeest - Sam Loman
 - Mijn kip - Frow Steeman
 - Kleine man gaat fietsen - Feikje Boertjes
 - Finn kookt zelf - Birte Müller
 - Ik wil een huisdier - Emma Dodd.

Spreek een of meer boeken in als luisterboek en laat de kinderen ernaar luisteren. Download en print passende digitale Kwinkprentenboeken.



Thema 4: Ontspannen

Verantwoording

Kinderen kunnen, net als volwassenen, drukte en stress ervaren. Ook al zijn ze zich daar misschien minder van bewust. Toch kan die drukte ervoor zorgen dat ze meer afgeleid en minder taakgericht zijn. Het kan ook zijn dat de gedachte aan alles wat er nog moet gebeuren een spanning veroorzaakt die kan leiden tot piekeren, faalangst, verdriet en boosheid. Kinderen die signalen van drukte herkennen en in staat zijn zichzelf rustig te krijgen, kunnen zich beter concentreren en meer ruimte voelen om te leren en ontdekken. Bij dit thema spelen de SEL-competenties Besef van jezelf en Zelfmanagement dus een belangrijke rol.

Als je ontspant, is een deel van het zenuwstelsel actief dat ervoor zorgt dat je lichaam herstelt en je weer energie krijgt. Stresshormonen nemen af en je kunt ook weer beter nadenken. Voor kinderen die stress ervaren, is ontspanning dus ontzettend belangrijk.

Ontspannen kan op verschillende manieren: even tekenen, naar rustige muziek luisteren, vrij bewegen, ontspanningsoefeningen, op een kussen in de leeshoek gaan zitten, even rondwalen door de klas, bij de leerkracht 'hangen', elkaar masseren enz. Door te ontspannen krijgt je lichaam de kans zich te herstellen. Ontspanning zorgt er ook voor dat je rustig en kalm kunt blijven in situaties die hierom vragen.

Inrichting van de Kwink-hoek

Houd een gesprek over de vraag: 'Waar word jij rustig (ontspannen) van?' Welke dingen die genoemd zijn kunnen een plek krijgen in de Kwink-hoek over 'ontspanning'? Richt de hoek op basis van de inbreng van kinderen zo gevarieerd mogelijk in. Denk aan de volgende mogelijkheden: een 'hemeltje' door een klamboe in de hoek op te hangen, waardoor de ruimte intiemer wordt; kleurplaten, met de mogelijkheid om tijdens het inkleuren rustige, instrumentale muziek te luisteren; een droomplek met zachte kussens met uitzicht op een sterrenhemel die de kinderen zelf kunnen

maken*; een bak met uitdagende materialen erin waarmee kinderen lekker kunnen bewegen; een luisterplek om naar ingesproken prentenboeken te luisteren; een bak met kosteloos materiaal om vrij mee te kunnen knutselen; bellenblazen.

* Leer kinderen de volgende oefening aan die ze ook zelfstandig kunnen doen in de Kwink-hoek: Ga op een matje liggen. Handen op je buik. Ogen dicht. Luister naar geluiden in de omgeving. Voel je handen op en neer gaan. Doe je ogen weer langzaam open.

Leer kinderen eventueel deze mantra die ze voor zichzelf opzeggen voordat ze aan een nieuwe opdracht beginnen: *'Ik ben lief. Ik ben knap. Ik mag er zijn zoals ik ben. Ik kan het!'*

Leer de kinderen het opzegversje 'Adem in, adem uit' aan. Hang de tekst, mooi ingelijst, in de Kwink-hoek. Bij dit opzegversje kunnen de kinderen de ingekleurde tekeningen van bijlage 3 (de 'rustvis' ophangen. Elke keer als ze zich druk voelen, zoeken ze hun 'rustvis' op en kunnen ze daarbij het versje opzeggen.

Opzegversje

Adem in, adem uit

*Druk, druk, druk.
Maar dat is zo weg.
Blijf rustig staan.
Hoor je wat ik zeg?*

*Je bent hier.
Nu is nu.
Adem in. Adem uit.
Adem in. Adem uit.
Adem in. Adem uit.
Kom tot rust.*

Concrete suggesties**Spel 1*****Wat hoor jij?***

Twee kinderen luisteren een tijdje in stilte naar de geluiden in de groep. Klaar? Dan noemen ze om de beurt een geluid. Kind 1 zegt eerst: 'Ik ben heel stil en hoor...' (geluid noemen); kind 2 herhaalt de zin en noemt dan eerst het geluid van kind 1 en daarna het eigen geluid. Enz. Daarna tekenen of schilderen de kinderen een voorstelling die past bij het geluid waarvan ze ontspannen.

Wat zie jij?

Hetzelfde als het spel hierboven, maar dan met kijken.

Spel 2

Kinderen maken voor elkaar een 'ontspan-plan' in de Kwink-hoek. Laat ze ontdekken hoe ze van elkaar weten wat ze fijn vinden om te doen om te ontspannen. Daarna gaan ze met de verschillende spullen in de hoek dit ontspan-plan uitspelen. Hoe verloopt het spel? Is het voor iedereen even ontspannend?

**Maken*****Ontspanningsdoos of ontspan-soep***

De kinderen maken van kosteloos materiaal (water, stoffes, vilt, wol enz.) een ontspanningsdoos. Laat de buitenkant versieren met kleuren en materialen waar ze rustig van worden. Laat ook de binnenkant aankleden. Als de kinderen zich gestrest, druk, boos of anderszins uit balans voelen, kunnen ze dat gevoel op een kaartje tekenen/schrijven/verwerken en in de ontspanningsdoos doen. Dan is die gedachte symbolisch uit hun hoofd.

Alternatief: Maak een pan ontspan-soep. De kinderen knippen uit tijdschriften plaatjes waarvan ze zich vrolijk en ontspannen gaan voelen. Die plakken ze in een grote pan met twee oren eraan. Zo kunnen ze de pan met ontspan-soep overal mee naartoe nemen. Zijn ze gestrest? Neem dan een 'hapje' ontspan-soep.

Mijn rust-knuffel

Vraag de kinderen een oude sok mee te nemen om hiervan hun eigen rust-knuffel te maken. Laat de sok vullen met zacht vulmateriaal en bind of naai deze dicht. Gebruik bijvoorbeeld knopen om er ogen op te maken; teken met watervaste stiften een mond.

Wie er behoefte aan heeft om rustig te worden, mag zijn of haar rust-knuffel pakken en hier even mee gaan knuffelen om rustig te worden. Je kan de rust-knuffel ook aanbieden aan een kind dat je (te) druk vindt.



Kijken/luisteren/lezen

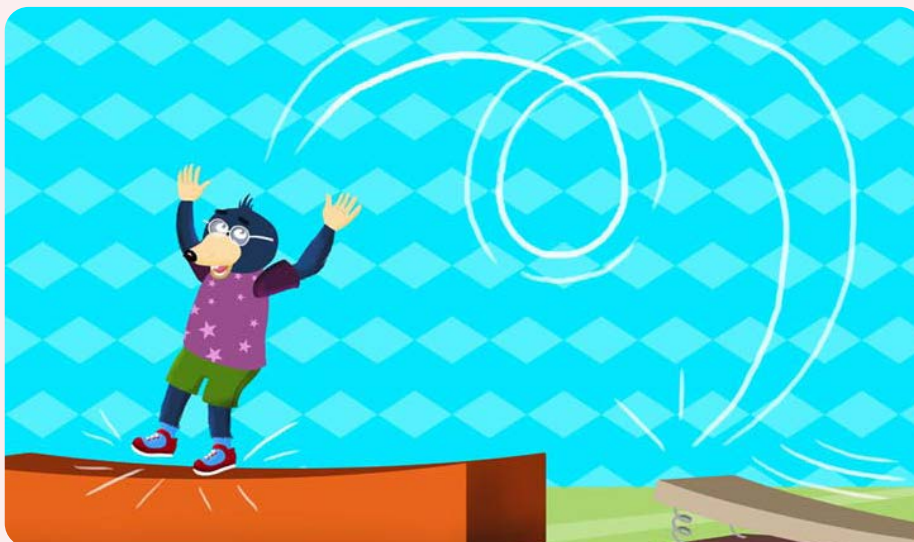
Leg prentenboeken over 'kiezen' neer of betrek de leeshoek erbij. Laat die boeken aan elkaar voorlezen of erover vertellen.

Tips: Buurman Brombeer - Ciara Flood
Ik eet je niet op - Adam Lehrhaupt
Floeffiewoeffie - Simon Puttock
Rustig aan met Rupsje Nooitgenoeg - Eric Carle
Verel van bijna alles - Stefan Boonen / Stress! - Lydia Monks
Altijd tijger - Marijke ten Cate
Het boekenfeest - Rian Visser
Pats boem knal - Dawn Apperley.

Uitspelen

Leg afbeeldingen van een aantal emoties in de Kwink-hoek (zie bijlage 4). Een kind mag een afbeelding kiezen. Het laat nu, samen met andere kinderen, in spel zien hoe het weer rustig wordt als het dit gevoel heeft. Help ze op weg door eerst met hen te bespreken waar die emotie door komt, wat je er dan bij voelt, wie er eventueel bij betrokken zijn enz.

Spreek een of meer boeken in als luisterboek en laat de kinderen ernaar luisteren.
Download en print passende digitale Kwink-prentenboeken.



Thema 5: Hoe voel ik mij vandaag?

Verantwoording

Jonge kinderen leven dichtbij hun gevoel. Sterker nog: kleuters reageren over het algemeen primair op situaties. Ze laten hun emoties daarbij de vrije loop. Als ze iets niet leuk vinden zijn ze vaak boos of verdrietig. Net een spelletje gewonnen? Dan huppelen ze van blijdschap door de gang. Het aanwezig zijn van emoties betekent niet dat leerlingen eigen emoties goed kunnen interpreteren. 'Ik ben bang, omdat... Hoe zie ik eruit als ik blij ben? Waaraan kunnen andere kinderen zien dat ik verdrietig ben? Waarom voel ik mij zoals ik mij voel?' Die laatste vraag staat centraal in de Kwink-hoek: Hoe voel ik mij vandaag?

De hoek daagt uit tot het samen bestuderen van eigen gevoelens en emoties. Het gaat om een voorzichtige verkenning van basisemoties en het verruimen van de woordenschat. Hoe meer woorden leerlingen kennen om emoties uit te drukken hoe beter ze hun gedrag onder woorden kunnen brengen en dus kunnen reguleren.

Inrichting van de Kwink-hoek

De Kwink-hoek is een spiegelparadijs. Overal hangen spiegeltjes op ooghoogte. Dat is voor alle kinderen anders, hang de spiegeltjes daarom op verschillende hoogtes. Als er eventueel vervormde of lachspiegels aanwezig zijn in de school is dat een aanrader. Ook de emotiewoorden met daarbij een tekening van Ep zijn aanwezig. Probeer hiermee te variëren zodat er elke dag, of om de paar dagen, andere kaarten hangen. Deze kaarten worden ook gebruikt in de spellen die hieronder beschreven staan. Maak tot slot een mand met bonte verkleedkleden. Kinderen geven niet alleen met hun gezicht uitdrukking aan gevoel maar met het hele lijf. De verkleedkleden helpen om de gemoedstoestand kracht bij te zetten.

Concrete suggesties

Spel 1

Spiegeltje spiegeltje

Leg meerdere onbreekbare spiegels in de hoek. Kinderen zullen vanuit zichzelf spel ontwikkelen met de spiegeltjes. Geef de opdracht om in tweetallen in de spiegel te kijken (beide kinderen hebben een eigen spiegeltje) en aan elkaar te laten vertellen wat ze zien. Ze beschrijven zichzelf. Dit kun je eerst laten doen zonder dat de kinderen geluid maken en daarna nog een keer met geluid.

Geef de vervolgoopdracht om verschillende gezichten (emoties) die in de hoek hangen na te doen. Kinderen proberen bijvoorbeeld de emotie boos zo goed mogelijk na te spelen. Eerst kijken ze hoe dat eruitziet in een spiegeltje. Daarna kijken ze naar elkaar.

Voor oudere kinderen is het mogelijk om een emotie in gedachten te nemen en deze uit te beelden. Vervolgens proberen andere kinderen de juiste emotie te raden.



Spel 2

Emotiethermometer

Hang in de hoek een emotiethermometer op. Deze maak je eenvoudig door een kartonnen strook verticaal op te hangen. Onderaan hangt een bedroefde smiley, in het midden een neutrale smiley en bovenaan een blij smiley. Zet naast de strook een mandje met wasknijpers die je persoonlijk maakt door op elke knijper een foto van een kind (of een eigen sticker met naam) te plakken. De kinderen plaatsen de wasknijper nadat je hebt uitgelegd hoe een emotiethermometer werkt. Laat de kinderen verwoorden hoe ze zich voelen en waardoor dat komt. Als kinderen dat lastig vinden kunnen de attributen uit de hoek helpen. Laat ze bijvoorbeeld een spiegelkje pakken en naar zichzelf kijken of nodig kinderen uit naar de kaarten met Ep te kijken. Hoe voelen zij zich? Deze werkvorm moet, zeker bij kleuters, veelal begeleid worden om het waarde te laten hebben. Doe dit daarom niet alleen in de Kwink-hoek maar ook na buitenspel of andere momenten. Kinderen kunnen hun knijper ook ieder moment op de thermometer zetten om aan jou te laten zien hoe ze zich voelen. Ideaal voor kinderen die het lastig vinden om over hun emoties te praten.



Maken

Natekenen

Maak in de hoek een bord waarop (het liefst) aan beide kanten een groot vel papier hangt. Kinderen gaan elkaar natekenen. Laat ze eerst tegenover elkaar staan en elkaar goed bekijken. Wat zien ze? Vervolgens gaan ze elkaar tekenen en letten daarbij op hoe de ander zich voelt. Ziet iemand er vrolijk uit dan moet dat ook terug te zien zijn op de tekening.



Uitspelen

De verkleedmand

Verkleeden is voor jonge kinderen een goede manier om zich te uiten. Het helpt hen zich te verplaatsen in een ander en het vergroot gevoelens en emoties uit. Maak een mooie mand met verkleedkleden. Voeg bewust zeer vrolijke en uitbundige kleding toe, naast wat donkere en sobere kleding. Laat kinderen zo vrij mogelijk tijdens het spel en observeer hoe ze hiermee omgaan.

Begeleide spelsuggestie

Laat de kinderen allemaal een emotiekaart kiezen die in de hoek hangt. Zorg ervoor dat er emoties hangen als vrolijk en blij maar ook verdrietig of eenzaam. Laat kinderen kleding zoeken die ze vinden passen bij de betreffende emotie. Laat ze volledig vrij in hun keuze. Probeer als iedereen is verkleed spel op gang te brengen.



Als de groep beschikt over een tablet is het de moeite waard de fotocamera en/of lachspiegelfunctie te openen (iPad: photo booth). Geef kinderen de opdracht een aantal foto's van zichzelf te maken met verschillende gezichtsuitdrukkingen. Kan de groep raden wat er wordt uitgebeeld?



Kijken/luisteren/lezen

Elk prentenboek leent zich voor een gesprek over gevoelens. Hoe voelt de hoofdpersoon zich? Wanneer veranderde zijn gevoel? Hoe kwam dat? Er zijn ook veel prentenboeken te vinden die specifiek over het thema gevoel gaan.

Tips:

- Raar - Mark Janssen (dit prentenboek sluit perfect aan omdat het boek gaat over dieren die in de spiegel kijken)
- Vandaag voel ik me. Een ABC van gevoelens - Madalena Moniz
- Het vrolijke voorleesboek van Kikker - Max Velthuijs
- Stop, hou op - Guusje Nederhorst
- Nooit denk ik aan niets - Hans en Monique Hagen.

Relatie met andere vakken

De Kwink-hoek staat niet op zichzelf. Het is een krachtig middel om de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen te bevorderen. Het wordt nog krachtiger op het moment dat je in staat bent het geleerde te koppelen aan andere vakken en te laten terugkomen op andere momenten.

We splitsen dit in drie mogelijke manieren om verbinding te zoeken met andere vakgebieden:

- **Koppeling met andere vakgebieden**

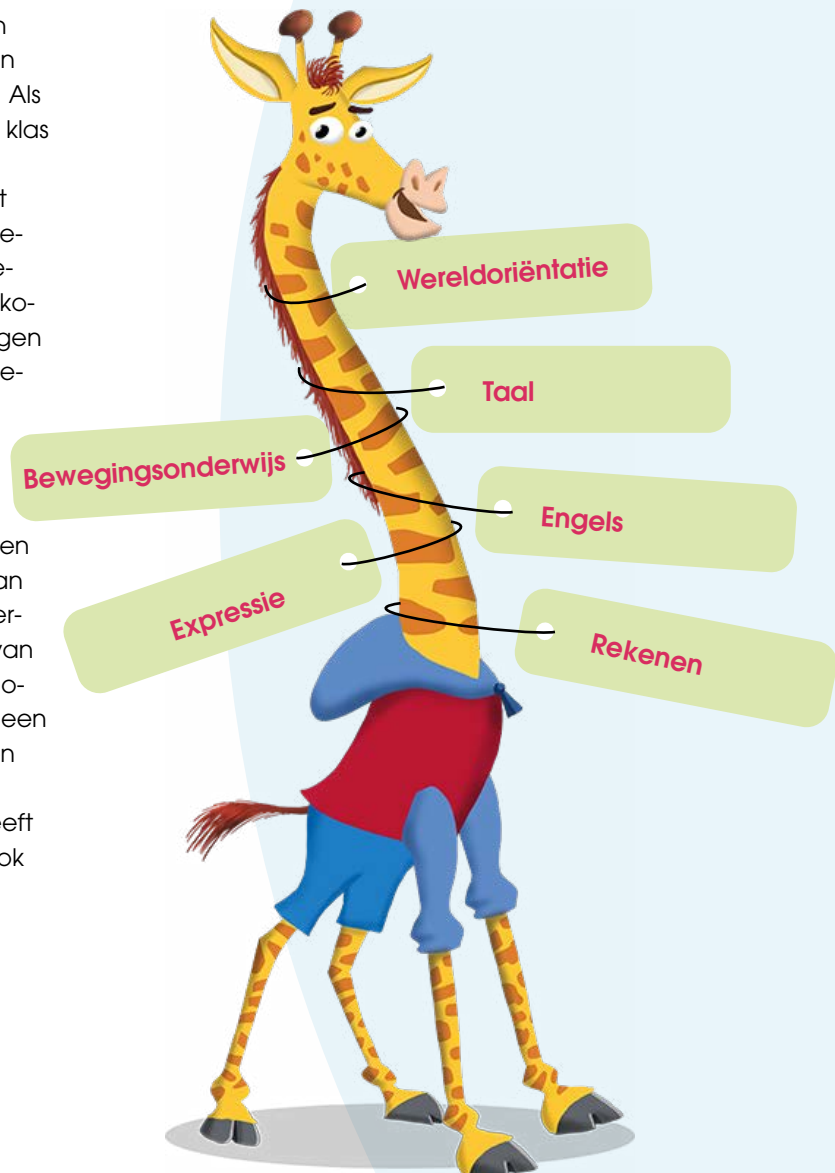
Vooraf expressieve vakken lenen zich voor een koppeling met de Kwink-hoek. Denk hierbij aan tekenen, handvaardigheid, drama en muziek. Als kinderen die week de hoek vriendschap in de klas hebben is een snelle koppeling (klei je beste vriend, welk muziekje maak jij op dit instrument voor een vriend, teken je vriend) eenvoudig gemaakt. Eenvoud is de kracht. Juist door de thematiek in een ander vakgebied te laten terugkomen zijn kinderen in staat meerdere verbindingen te leggen, aangeleerde begrippen beter te begrijpen en daardoor competenties beter in te zetten en dus toe te passen.

- **Transitie**

Transitie is het geleerde laten terugkomen in een natuurlijke situatie. Zonder transitie is een les van weinig waarde. Dat geldt dus ook voor het werken in een Kwink-hoek. Neem het voorbeeld van de hoek 'Hoe voel ik mij vandaag?' Op het moment dat de klas in de gymzaal is en er wordt een kind heel boos, is het belangrijk om te verwijzen naar de Kwink-hoek. Kunnen we het aan hem zien? Wat kunnen we voor hem doen? Wie heeft in de Kwink-hoek ontdekt dat hij dat gevoel ook weleens heeft?

- **Kijken/luisteren/lezen**

Bij elk thema staan beschrijvingen met betrekking tot kijken, luisteren en lezen. Deze suggesties zijn ideaal om verspreid over de week in te zetten. Hierdoor komt de thematiek terug zonder dat kinderen dat direct doorhebben. Maak het daarom regelmatig weer expliciet. Als je bij het thema kiest het boek 'De koningin kon niet kiezen' voorleest, maak dan de koppeling naar de Kwink-hoek. Hoe was dat voor jullie toen je moest kiezen tussen de puzzel en lego? Lijkt dat op de keuze van de koningin?



Ouderbetrokkenheid

Ouderbetrokkenheid is belangrijk en cruciaal: een essentiële schakel in het leerproces van kinderen, zeker als het gaat om de ontwikkeling van het jonge kind. Jonge kinderen geven thuis nog weinig terug over dat wat ze op school meemaken. Of ze geven juist informatie die niet helemaal correct is omdat hun fantasie zo groot is.

Het is daarom belangrijk om enige lijn te bewaken in de communicatie en samenwerking met ouders. Hieronder gaan we in het bijzonder in op de sociaal-emotionele ontwikkeling.

Daarvoor biedt de methode Kwink een aantal mogelijkheden:

- **De ouderbrief:** Informatie over de komende vijf lessen
- **De koelkastposter:** Een poster met verschillende spelvormen en de lesinhoud van de komende vijf lessen. Kinderen en ouders kunnen hier thuis samen mee aan de slag
- **De ouderbrochure:** Hierin leggen de makers van Kwink uit waarom sociaal-emotioneel leren belangrijk is en op welke manier Kwink hieraan werkt

Naast deze gebruikelijke mogelijkheden binnen Kwink is het goed om naar aanleiding van het werken in hoeken specifiek met ouders over deze inhoud te communiceren. Als ouders weten waar hun kinderen op school mee bezig zijn, kunnen ze dit thuis kracht bij zetten. De verschillen hierin zijn groot maar niet geschoten is altijd mis. Van sommige ouders weet je misschien dat communicatie via tekst niet werkt, wellicht is het mogelijk om deze ouders eens kort bij te praten. Daarbij is het belangrijk dat je ouders de 'taal van de school' leert. Geef bijvoorbeeld aan op welke manier



kinderen met elkaar een ruzie oplossen. Dan kunnen ouders dat op dezelfde manier thuis doen. Je kunt dit combineren met het algemene informatiemoment voor de ouders van de kinderen uit je groep aan het begin van het schooljaar.

Tips

Tips voor communicatie en samenwerking:

- Communiceer over de Kwink-hoek waarin gewerkt wordt.
- Leg ouders uit waarom die belangrijk is.
- Beschrijf enkele spellen zodat ouders deze thuis wellicht nog eens kunnen herhalen.
- Maak foto's zodat ouders een beeld hebben hoe de Kwink-hoek eruitziet.
- Als het kan (AVG) maak dan ook foto's en/of filmpjes terwijl de kinderen in de hoek spelen.
- Nodig ouders uit om de hoek bij binnenkomst te bekijken.
- Pas de Kwink-hoek in in een groter geheel. Je hebt waarschijnlijk jaardoelen voor ogen: waar wil je de kinderen mee in aanraking laten komen? Waarom zet je dit nu in?

Thema vriendschap – uitspelen



1



2

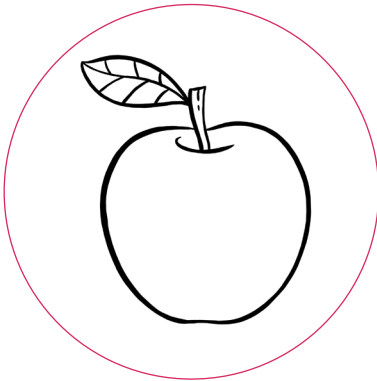


3

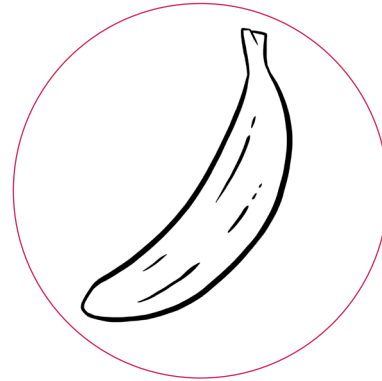


4

Keuzemogelijkheden



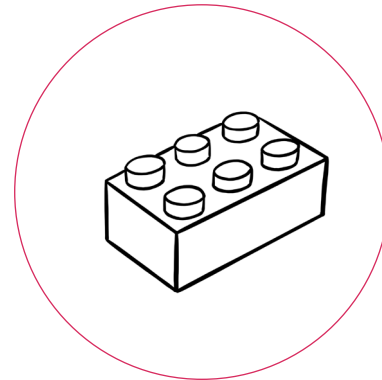
appel



banaan



voetbal



lego



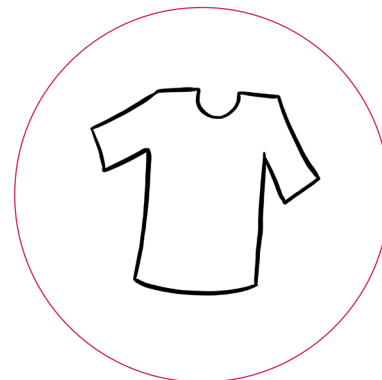
televisie



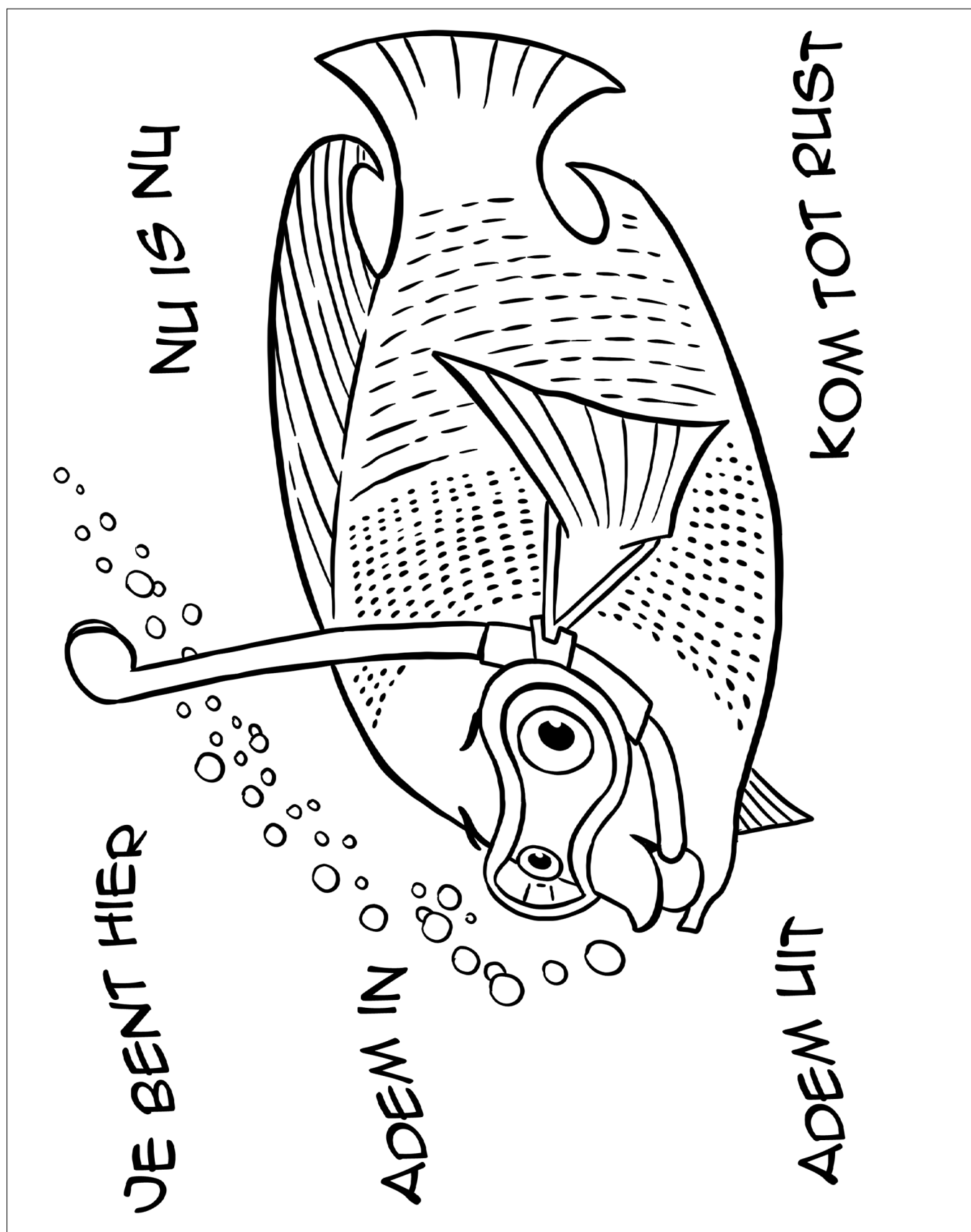
laptop



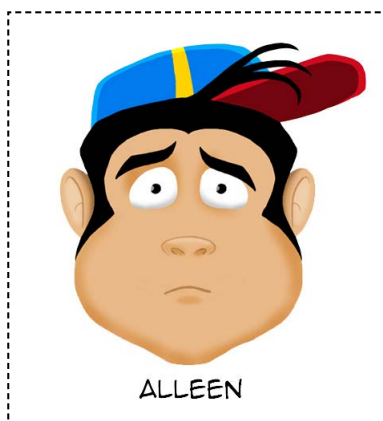
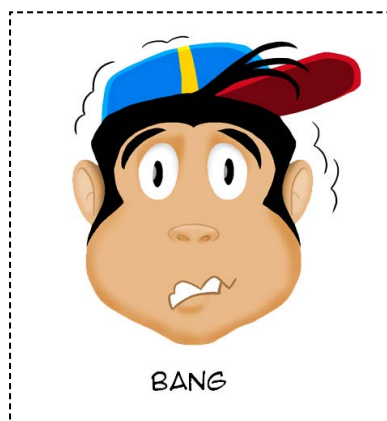
trui



shirt



Thema ontspannen – uitbeelden



Nog geen
Kwink-abonnement?
Probeer Kwink gratis uit.
Vraag een proefabonnement
aan. Dan kan de hele school
een aantal weken gratis met
Kwink aan de slag.

Ga naar:
www.kwinkopschool.nl

Tot ziens!


kwintessens

Berkenweg 11
3818 LA Amersfoort


VOOR SOCIAAL-EMOTIONEEL LEREN

www.kwinkopschool.nl