

KWINK KOELKAST POSTER

Les 16:
Ik herken mijn impulsen en denk na voor ik iets doe.

Les 17:
We kunnen voor elkaar opkomen als er gepest wordt.

Les 18:
Ik weet hoe ik de rest van het schooljaar kan bijdragen aan een fijne groep.

SAMEN BESPREKEN

Het is altijd goed om meteen te doen wat in je opkomt.

Wil je gelukkig worden? Dan moet je voor jezelf durven opkomen.

De laatste paar weken van het schooljaar zijn het leukst.

Les 19:
Ik weet wat ik heb geleerd en kan hierover vertellen.

Les 20:
Ik kan terugkijken op hoe onze groep is gegroeid en op een passende manier afscheid nemen.

DE GROTE VAKANTIEKOFFER

IK KAN... EN VANG!

Ga samen staan of zitten en gooi een zacht voorwerp heen en weer. Bij elke beurt noemt één van jullie een sociaal-emotionele vaardigheid die dit jaar gegroeid is, zoals beter omgaan met boosheid, hulp vragen of je mening durven geven. Je mag elkaar helpen door voorbeelden aan te vullen of samen een situatie te herinneren waarin dat lukte.

WAT ZOU JIJ DOEN?

Speel of bespreek kleine situaties waarin iemand wordt buitengesloten of geplaagd. Bedenk samen wat je kunt doen om iemand te helpen of op te komen voor diegene.

WAT NEEM JIJ MEE?



STOP-DENK-DOE-SPEL

Gooi met de dobbelsteen en speel meteen wat erbij hoort.

Bij **1 of 2** speel je 'te snel reageren'. Eén van jullie doet iets irritants (bijvoorbeeld onderbreken of iets afpakken) en jij reageert meteen zonder na te denken.

Bij **3 of 4** speel je 'stop en zeg wat je voelt'. Je zegt hardop wat je voelt in die situatie, zoals: 'ik word boos', 'ik vind dit niet eerlijk' of 'ik baal hiervan'. Daarna stop je echt even.

Bij **5 of 6** speel je 'slimme keuze'. Je laat zien wat een goede reactie is: rustig zeggen wat je vindt, even wachten, weglopen of hulp vragen.

Voorbeelden om te spelen:

- iemand pakt iets van je af
- iemand onderbreekt je
- Je wordt niet gekozen tijdens een spel
- iemand zegt iets onaardigs

Laat 1 ding achter.
Schrijf wat je achter wilt laten:

Dit maakt mij blij of helpt mij
ontspannen de komende periode:

Wil je meer koffers vullen?
Of heb je meer ruimte nodig?
Scan de QR-code.

