

Les 14 |

Gevoelens laten zien: boos

Inhoud

In deze les wordt het gevoel boos herhaald. Leerlingen leren hoe je kunt laten zien dat je boos bent. Ook leren ze dat iets dat je van binnen voelt, soms aan de buitenkant te zien is.

Doel

- De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen en houdingen horen bij boos zijn.
- De leerlingen kunnen een voorbeeld geven van iets waar zij een boos gevoel van krijgen.

Materiaal

- Kleine Schildpad de schildpadpop
- Prikkelkje de egelpop
- Lesblad 14a
- Ballonnen
- Viltstiften
- Speld

Tip

U kunt de inhoud van deze les ook heel goed over meerdere lessen verdelen.

De les

Introductie

U kunt deze les beginnen met een gesprekje over een situatie in de klas, waarin twee leerlingen boos op elkaar waren. Vragen die daarbij aan de orde zouden kunnen komen, zijn:

- *Weten jullie nog wat er vanmorgen gebeurde?*
- *Wie werd er boos?*
- *Waarom werd je boos?*
- *Wat voelde je toen je boos was? Was dat een fijn gevoel?*
- *Wat deed je toen je boos was?*

Samenvattend: *Als je boos bent, voel je allerlei dingen van binnen. Soms voelt het alsof je ontploft of alsof er rook uit je oren komt. Andere mensen kunnen dat niet zien. Ze zien wel de dingen die je doet als je boos bent.*

Aan de slag

Opdracht 1 Boosheid herkennen

Deze opdracht gaat over het herkennen van situaties waarin iemand boos wordt.

1. Kleine Schildpad laat lesblad 14a zien aan de klas. Op dit lesblad staan twee plaatjes: 1. Marit trekt aan Fatima's haar 2. Nesrin scheurt de tekening van Max kapot.
2. Kleine Schildpad bespreekt de plaatjes vervolgens een voor een met de klas.

Tekening 1 Mogelijke vragen:

- *Wat gebeurt er op de tekening? (Antwoord: Marit trekt aan Fatima's haar)*
- *Hoe denk je dat Fatima zich voelt? (Antwoord: Ze is boos)*
- *Waarom is Fatima boos?*
- *Zou jij daar ook boos om worden?*

Tekening 2 Vragen die Kleine Schildpad kan stellen:

- *Wat gebeurt er op deze tekening? (Antwoord: Nesrin scheurt de tekening van Max kapot)*
- *Hoe denk je dat Max zich voelt? (Antwoord: Hij is boos)*
- *Waarom is hij boos?*
- *Zou jij daar ook boos om worden?*

lesblad 14a



Les 14

Belangrijk

- Probeer altijd eerst de boze gevoelens van een leerling te bevestigen, door bijvoorbeeld te zeggen: **Ik snap best dat je boos bent omdat Sara je pop heeft afgepakt, maar het is NIET goed om haar te slaan.**
- Probeer te reageren voordat de boosheid escaleert. **Kleuters zijn zich vaak nog niet zo bewust van hun gevoelens en hebben hulp nodig om hun eigen gevoelens te herkennen.**
- Als leerlingen boos zijn, kunt u hen vragen het kaartje te laten zoeken dat bij hun gevoel past. **Zo helpt u ze hun gevoel te onderkennen. Bovendien koelen ze zo alvast een beetje af.**

Opdracht 2 Boos doen

In deze opdracht beelden de leerlingen uit hoe iemand die boos is eruit ziet.

1. Ga met alle leerlingen staan en vraag aan het PAD-kind van de dag om voor te doen hoe je doet als je boos bent.
2. Vraag dan de leerlingen om in tweetallen tegenover elkaar te staan.
3. Eén leerling beeldt uit hoe je eruit ziet en wat je doet als je boos bent. De ander doet dat zo precies mogelijk na. Let op dat de leerlingen niet alleen hun gezicht gebruiken maar met hun hele lichaam laten zien dat ze boos zijn.
4. Laat de leerlingen na een tijdje wisselen.

Opdracht 3 Poppenspel

Deze opdracht gaat over wat je kunt doen om rustig te worden als je boos bent.

1. Pak Kleine Schildpad en Prikkelkje erbij.
2. Laat de poppen met elkaar kibbelen: ze willen allebei tegelijk met hetzelfde speelgoed spelen.
3. Als ze boos op elkaar worden, vraagt u aan de leerlingen wat ze kunnen doen om weer rustig te worden.
4. Kleine Schildpad en Prikkelkje gaan schildpadden.
5. Laat ze samen met de klas verschillende oplossingen verzinnen waardoor ze wél samen kunnen spelen.

Opdracht 4 Ballon knallen

De leerlingen tekenen een boos gezicht op een ballon en laten deze knallen.

1. Deel ballonnen uit en blaas ze op.
2. Laat de leerlingen met viltstift op hun ballon een boos gezicht tekenen.
3. Als alle leerlingen klaar zijn en elkaars ballonnen bekeken hebben, mogen ze de ballonnen laten knallen.

Opdracht 5 Versje voorlezen

In deze opdracht praat u met de leerlingen over boos zijn aan de hand van een versje. Iedereen voelt zich wel eens boos. Meestal gaat het snel weer over.

Kies een versje dat over het gevoel BOOS gaat en lees het voor. Bijvoorbeeld *Maak me niet boos, uit Kijk en beleef deel 21 – 'Boos zijn'*, van Jennine Staring, uitgeverij Kwintessens.

Opdracht 6 Boos of blij?

Deze opdracht gaat over het verschil tussen blij en boze gevoelens. Leerlingen maken steeds een keuze tussen een blij of een boos gevoel aan de hand van concrete situaties.

1. Laat de leerlingen in de kring zitten met de emotiegezichtjes BLIJ en BOOS op hun schoot.
2. Geef nu een voorbeeld van een situatie waar je blij of boos van wordt.
Bijvoorbeeld: *Karlijn is vandaag jarig*. Overdrijf daarbij de gezichtsuitdrukking op uw eigen gezicht.
3. De leerlingen moeten nu beslissen welk gevoel bij die situatie hoort: blij of boos. Vervolgens moeten ze het goede emotiekaartje omhoog houden. U kunt het beste voorbeelden gebruiken die aansluiten bij situaties in de klas. Bijvoorbeeld:
 - *Karlijn is vandaag jarig* (blij)
 - *Merel kreeg haar schoenen niet uit* (boos)
 - *Cato mocht vanmorgen naast mij zitten* (blij)
 - *Melchior liet zijn kleiwerkje stukvallen* (boos)
 - *Mehmed mocht niet als eerste op de glijbaan* (boos)
 - *Mohammed heeft nieuwe schoenen* (blij)