

Inhoud

De leerlingen leren dat er verschillende soorten gevoelens zijn, hele fijne maar ook hele vervelende. Gevoelens geven aan hoe iemand zich op een bepaald moment voelt. In deze les komen de gevoelens blij, verdrietig, prettig, opgewonden, moe en boos aan de orde.

Doel

- De leerlingen leren dat je vaak aan iemands gezicht en lichaam kunt zien hoe hij zich voelt. Gevoelens geven aan hoe iemand zich op een bepaald moment voelt.
- De leerlingen leren de begrippen BLIJ, VERDRIETIG, PRETTIG, OPGEWONDEN, MOE en BOOS en kunnen deze gevoelens uitbeelden.

Materiaal

- Emotiekaartjes BLIJ, VERDRIETIG, PRETTIG, OPGEWONDEN, MOE en BOOS
- Kartonnen doos
- Viltstiften, verf, glitters
- Munten
- Rood en groen karton
- Lesblad 1a en 1b
- De gevoelsthermometer

De les

Introductie

U kunt de les beginnen met het voorlezen van een gedichtje over gevoelens, bijvoorbeeld *De Wees Vrolijk-Automaat*, uit: *Als je goed om je heen kijkt zie je dat alles gekleurd is*, Hans Andreus.

Aan de slag

Opdracht 1 De gevoelensautomaat

Naar aanleiding van het gedicht *De Wees Vrolijk-Automaat* maakt de klas een gevoelensautomaat.

Vorbereiding:

1. Gebruik een kartonnen doos als basis. Maak twee gaten in de doos, een zodat de leerlingen een kaartje uit de automaat kunnen trekken, en een waar een muntje in gestopt kan worden.
2. Schrijf op een A4 de zes gevoelens BLIJ, VERDRIETIG, PRETTIG, OPGEWONDEN, MOE en BOOS. Kopieer het op groen karton en knip er kaartjes van.
3. Laat vervolgens een paar leerlingen de doos versieren met kleurtjes of glitters.
4. Stop de kaartjes in de doos en deel muntjes uit in de klas. Laat een leerling een muntje in de automaat stoppen en een kaartje trekken. De leerling probeert het gevoel dat op het kaartje staat zo goed mogelijk uit te beelden, met zoveel mogelijk expressie.
5. De andere leerlingen raden welk gevoel er wordt uitgebeeld.
6. Bespreek met de klas waaraan zij konden zien om welk gevoel het ging.

Opdracht 2 Situaties roepen gevoelens op

In deze opdracht leren de leerlingen dat verschillende situaties verschillende gevoelens kunnen oproepen. Bij deze opdracht horen twee soorten kaartjes: rode kaartjes en groene kaartjes. Rode kaartjes omschrijven een situatie. Op de groene kaartjes staat een gevoel.

1. Kopieer lesblad 1a en 1b op rood karton en knip de kaartjes met situaties uit.
2. Maak voor elke leerling een setje groene kartonnetjes met de gevoelens BLIJ, VERDRIETIG, PRETTIG, OPGEWONDEN, MOE en BOOS (zie opdracht 1).
3. Lees een van de rode kaartjes voor of laat het voorlezen door het PAD-kind van de dag. Vraag wie van de leerlingen een groen kaartje heeft met een gevoel dat bij deze situatie kan horen. Laat de leerling het gevoel uitbeelden en vraag aan de andere leerlingen welk gevoel er wordt uitgebeeld.
4. Soms reageren leerlingen met verschillende gevoelens op één situatie. Bespreek daarom elke situatie na met de leerlingen.

lesblad 1a

*Je hebt een mooie vaas
laten vallen.*

Je huisdier is doodgegaan.

*Je valt en er zit een gat in
je nieuwe broek.*

*Je wordt door andere kinderen
uitgelachen.*

Je krijgt een nieuwe fiets.

*Je gaat voor het eerst naar
een nieuwe school.*

Je bent je knuffel kwijt.

*Je hebt een heel stuk tegen
de wind in gefietst.*

Je gaat verhuizen.

*Je hebt een voetbalwedstrijd
verloren.*

Les 1

Tip

- U kunt enkele voorbeelden geven van situaties in de klas waarbij er duidelijke emoties zijn, bijvoorbeeld blijdschap of verdriet. Laat de leerlingen verwoorden hoe ze zich in zo'n situatie voelen.
- Benadruk dat één situatie verschillende gevoelens kan oproepen. Wat voor de één prettig is, kan voor iemand anders verdrietig zijn.

Belangrijk

In elke PAD-les wordt een PAD-kind van de dag gekozen. Aan het eind van de les worden aan het PAD-kind complimenten gegeven. Kijk in de docentenhandleiding voor meer informatie en achtergrond over deze werkwijze.

Extra

U kunt een gevoelsthermometer maken en in de klas ophangen. De gevoelsthermometer is een instrument om de intensiteit van gevoelens te meten. De thermometer is verdeeld in twee kleuren: geel staat voor fijne gevoelens en blauw voor nare gevoelens. U kunt met de leerlingen bespreken of een gevoel fijn of naar is, maar vooral ook hoe sterk dat gevoel is (heel sterk, sterk, een beetje sterk, niet erg sterk). In van de docentenhandleiding staat meer informatie over het gebruik van de gevoelsthermometer in de klas.

lesblad 1b

<i>Je krijgt een zusje of broertje.</i>	<i>Iemand vertelt een grapje.</i>
<i>Je krijgt een zoen.</i>	<i>Je krijgt een groot cadeau.</i>
<i>Je hebt een geweldige sportprestatie geleverd.</i>	<i>Je gaat logeren.</i>
<i>Je hebt ruzie met je vriendje.</i>	<i>Je hebt de hele weg naar school gerend.</i>
<i>Je krijgt een compliment over je nieuwe schoenen.</i>	<i>Het regent en je kunt niet buiten spelen.</i>