

Thema 4

Ik vertrouw op mij!



BESTE OUDERS EN VERZORGERS

Dit is het ouderblad bij het leefstijlwerkboek voor groep 3. Leefstijl is een programma dat kinderen in het basis- en voortgezet onderwijs helpt sociaal emotionele vaardigheden te ontwikkelen.

De leefstijllessen zijn erop gericht om kinderen vaardigheden te leren die in de samenleving onmisbaar zijn. Denk bijvoorbeeld aan samen spelen, samenwerken, praten en luisteren, rekening houden met elkaar, gevoelens uiten, omgaan met verschillen, conflicten oplossen, opkomen voor jezelf en doordachte beslissingen nemen.

Het leefstijlprogramma is opgebouwd uit de volgende zes thema's.

- **Thema 1** De groep? Dat zijn wij!
- **Thema 2** Praten en luisteren
- **Thema 3** Ken je dat gevoel?
- **Thema 4** Ik vertrouw op mij!
- **Thema 5** Allemaal anders, iedereen gelijk
- **Thema 6** Lekker gezond

Ieder thema bestaat uit vier lessen. Alle groepen werken tegelijkertijd aan hetzelfde thema, waarbij in ieder leerjaar uiteraard andere accenten worden gelegd. Geen enkele leefstijlles is hetzelfde. Kinderen doen samen spelletjes, luisteren naar verhalen, spelen toneel, bespreken onderwerpen in groepjes of met de hele klas, en maken opdrachten in een werkboek. Op dit ouderblad staan thuisopdrachten die u samen met uw kind kunt maken of waar u samen over kunt praten.

OVERZICHT VAN DE LESSEN

Ik vertrouw op mij!

Dit thema gaat over zelfvertrouwen. Kinderen ontwikkelen zelfvertrouwen als ze een realistisch zelfbeeld hebben. Dus als ze weten wat ze kunnen en willen, maar tegelijkertijd ook beseffen wat ze (nog) niet kunnen. Daarnaast durven kinderen meer op zichzelf te vertrouwen als ze geleerd hebben verantwoordelijkheid te nemen. Kinderen vinden het fijn om te laten zien dat ze het zélf kunnen. Ten slotte zijn liefde, aandacht en waardering van mensen uit de directe omgeving onontbeerlijk voor de ontwikkeling van een gezond gevoel van eigenwaarde.

Les 1 - Kijk eens wat ik kan!

Kinderen kunnen al heel veel. Maar realiseren ze zich dat ook? En zijn ze er trots op? Daar besteden we in deze les aandacht aan. Ook geven kinderen complimenten aan elkaar en aan de groep.

Les 2 - Mensen wensen

Een les over wensen. Kinderen vertellen elkaar welke wensen ze hebben. Ze bedenken samen wat ze

kunnen doen om hun eigen wensen én die van anderen uit te laten komen. Ook lezen ze een gedicht over Hannah, die van tovenaars Merlijn iemand anders mag worden omdat ze ontevreden is over zichzelf. Als Hannah beseft dat ze toch liever zichzelf is, kan ze gelukkig nog teruggetoverd worden.

Les 3 - Een aardigheidje

Een les over aardig doen: wanneer ben je aardig voor anderen en wanneer zijn anderen aardig voor jou? Is het altijd voor iedereen duidelijk wat aardig is en wat niet? Kinderen verzinnen iets aardigs om te doen voor anderen en doen dat dan ook.

Les 4 - Familiebanden

Familie is voor iedereen belangrijk. Het bepaalt voor een belangrijk deel wie je bent. In deze les ontdekken kinderen dat ieder gezin en iedere familie anders is. Ze wisselen onderling uit welke familieleden thuis dingen voor hen doen. En ze bedenken hoe ze die blij kunnen maken.

Les 1

Zonnestraaltjes

Als de zon schijnt krijg je het lekker warm. Vaak word je daar blij van.
Als iemand iets aardigs tegen je zegt, krijg je ook een warm en blij gevoel.
Als je aardig doet tegen een ander ben je dus een soort zonnestraaltje.
Op school heb je zonnestraaltjes gemaakt. Vraag nu je vader, je moeder
of iemand anders thuis om voor jou zonnestraaltjes te maken.



Ik vind je

Je kunt goed

Mooi aan jou vind ik

Les 2

Zoveel mensen, zoveel wensen

Iedereen heeft wensen. Soms komen ze uit, soms ook niet. Op school heb je wensen getekend. Wensen die zijn uitgekomen en wensen die je nog hebt. Wat wensen ze thuis voor jou?

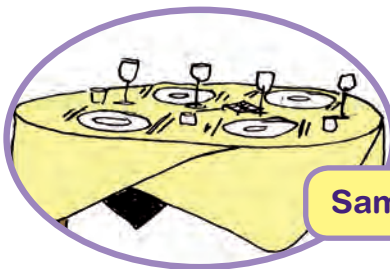
.....
.....
.....
.....



Les 4

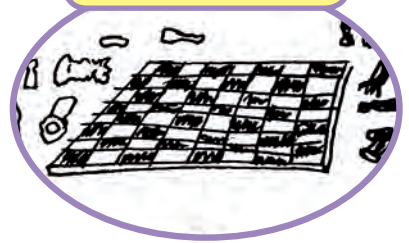
Wie doet wat?

In je werkboek heb je opgeschreven wie deze dingen voor jou doet. Kijk met iemand thuis naar de plaatjes. Wie deed deze dingen vroeger voor hen?

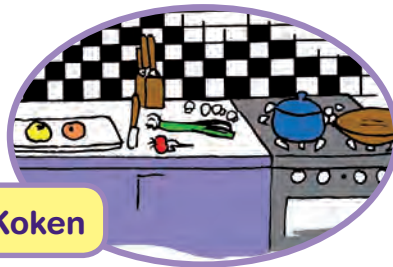


Samen eten

Spelletjes doen



Geld verdienen



Koken

Schoonmaken



Verhalen vertellen
of voorlezen

Wassen



Samen praten en
naar mij luisteren





BOEKENTIP

DE STIP

Door Peter Reynolds. Uitgeverij Lemniscaat.

Wat doe je met een kind dat zegt dat het niet kan tekenen? Juf weet wel raad met de onwillige Floor. Ze laat haar een stip zetten op een leeg vel papier en vraagt haar die te ondertekenen met haar naam. De volgende dag vindt Floor haar stip aan de muur in een gouden krullenlijst. Ze weet niet wat ze ziet! Maar, denkt ze, die stip kan beter.

Een prentenboek over het ontdekken van je eigen talenten, over het ontwikkelen van zelfvertrouwen en hoe kinderen elkaar daarin kunnen stimuleren.

