



3 x Lesidee Saarisnietgek

Met onze lesideeën in combinatie met het magazine Saarisnietgek haal jij emotioneel welbevinden in de klas.



Lesidee 1

Over geluk en blijdschap / ca. 30 min.

Start klassikale vraag

Wat is geluk?

Wie kan dat in eigen woorden omschrijven zonder nog een voorbeeld te noemen?

Daarna klassikaal lezen blz. 4 in het magazine, met uitzondering van het groene stukje.

Bespreek het verschil tussen blij en gelukkig zijn (kort en lang geluk).

Individueel

Maak een lijstje van dingen waar jij blij van wordt en bespreek dat vervolgens met je schoudermaatje.

Klassikaal

Bespreek het onderwerp en maak samen een woordweb van het woord **blij**.



Lesidee 2

Over een bepaalde emotie of gevoel / ca. 35-40 min.

Hier als voorbeeld het thema Boos: er zit een bommetje in mij.

Klassikaal/ca. 5-10 min.

Hoe ziet deze emotie eruit?

Wat voel je bij jezelf als je boos bent?

Waar voel je dat?

Hoe ziet boosheid bij iemand anders eruit?

Hier kun je als leerkracht ook zelf voordoen hoe boosheid eruitziet, door verschillende uitingen.

In tweetallen bespreken / ca. 5 min.

In welke situatie ben/word jij boos?

Wanneer heb jij je boos gevoeld?

Individueel, zelfstandig werken aan opdrachten / ca. 10 min.

Als leerkracht vooraf een bepaalde tekst lezen, bijvoorbeeld introtekst op pagina 16.

Leerlingen pagina 16 en 17 en pagina 19 laten lezen. Geef duidelijk aan welke pagina's.

Opdracht pagina 23: waar of niet waar.

Begeleid de leerlingen waar nodig bij maken van de opdrachten.

Klassikaal, ter afsluiting / ca. 5-10 min.

Vraag na waar leerlingen nog vragen over hebben.

Vraag wat ze geleerd hebben van deze emotie/les.





Lesidee 3

Over veerkracht, omgaan met teleurstelling / ca. 15-20 min.

Klassikaal

Praten over teleurstelling en tegenslag. Aanleiding kan iets zijn dat een kind heeft meegemaakt.

Individueel

Laten lezen strip Matthijs, pagina 66.



Daarna klassikaal bespreken

Wat zijn situaties waarin jullie tegenslag hebben meegemaakt?

Wat voel je dan? Wat denk je dan?

Hoe ga met die tegenslag om?

Individueel

Lees de tips op pagina 68 en 69.

Klassikaal

Welke tip kun jij gebruiken? En waarom?



Stichting Saarisnietgek

mentale
gezondheid
jeugd

Hoogstraat 31, 4901 PJ Oosterhout
www.saarisnietgek.nl
info@saarisnietgek.nl

