



<p><b>Situering in het leerplan</b></p>	<p>1.3 Gevoelens, gedachten en de uitdrukking ervan.</p>
<p><b>Klasgesprek</b></p>	<p><u>Gevoelens</u>                  Wie was er al eens heel boos?                  Wat voel je wanneer je boos bent?                  Hoe kan je zien dat je boos bent?                  Hoe voel jij je wanneer anderen boos zijn?                  Wat kan je doen om minder boos te worden?                  ...</p>
<p><b>Doe-opdracht</b></p>	<p><u>Stoom afdaten!</u>                  De leerlingen handvaten aanbieden om hun woede te kanaliseren kan helpen in de toekomst. Laat de leerlingen een activiteit kiezen die hen helpt kalmer te worden. Wanneer ze terug rustig zijn, is het vaak gemakkelijker om te vertellen waarom ze boos werden. Tijdens de doe-opdracht kan het zinvol zijn om de leerlingen in contact te brengen met verschillende activiteiten ( luisteren naar muziek, schreeuwen in een kussen, mediteren, een rondje rennen...)</p> <p><u>Rollenspel</u>                  De leerlingen brengen een neutrale zin (Juf An woont in Gent) op een boze manier. Elk kind kan op een andere manier boos zijn. Sommigen zijn ingehouden, andere barsten werkelijk van woede. Laat de leerlingen weergeven hoe boosheid voor hen eruit ziet.</p> <p><u>Hoe zou jij je voelen?</u>                  Breng verschillende ( eenvoudige) situaties en laat de leerlingen benoemen welk gevoel dit bij hen zou opwekken. Dit kan op een actieve manier door in elke hoek van de klas een emoticon te hangen. De leerling gaan dan in de hoek staan die het meeste aansluit bij hun gevoel.</p>

## Lessuggestie gevoelens: boos

<b>Creatieve verwerking</b>	<p><u>Gevoelens thermometer</u> Leerlingen vinden het niet steeds even gemakkelijk om hun gevoelens weer te geven. Daarom kan het leuk zijn om een op maat gemaakte thermometer te maken. Dit kan met foto's van de leerlingen, prenten of picto's. Leerlingen die het moeilijk(er) hebben om gevoelens te benoemen/ uiten hebben, kunnen beginnen met de picto's van Sclera.</p> <p><u>Boosheidsmasker</u> Laat de leerlingen een masker maken dat hun woede/boosheid kan weergeven. In een later stadium kunnen de andere gevoelens ook aan bod komen en kan er een heuse tentoonstelling plaatsvinden met de maskers. Je kan gemakkelijk maskers maken met papieren bordjes.</p>
<b>Boeken</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Kikker is boos - Max Velthuis</li><li>- De kleur van emoties - Anna Llenas</li><li>- Boos! Voelen, denken en doen - Linda Klein</li></ul>

