

31 maart
t/m 4 april
2025

Kwink &...

de Week van
de Lentekriebels

Ik en
de ander



31 maart
t/m 4 april
2025

De Week van de Lentekriebels Ik en de ander

De Week van de Lentekriebels bestaat in 2025 twintig jaar! We gaan dit keer met een eigen thema aan de slag: 'Ik en de ander'. Dit thema sluit ook goed aan bij de SEL-competenties waarop Kwink gebaseerd is.

Elke dag van de week belichten we een ander aspect van het thema 'Ik en de ander'. Dat doen we met korte lesactiviteiten voor onder-, midden- en bovenbouw. Alle activiteiten dragen bij aan een gezonde basishouding als het gaat om relaties. In dit katern gaat het niet over seksuele, maar over relationele vorming.



COLOFON

Een aantal keer per jaar verschijnt *Kwink &...* Deze uitgaven worden samengesteld door de makers van Kwink, vooral aansluitend bij bekende themaweken in het basisonderwijs, zoals de Week Tegen Pesten (september), de Week van de Mediawijsheid (november) en de Week van de Lentekriebels (maart). Dan wordt de algemene doelstelling van de themawEEK verbonden met specifieke SEL-doelstellingen. Altijd inhoudelijk onderbouwd en met concrete lessen of activiteiten voor de leerkracht.

Ideeën en teksten: Gerard van Midden en Wouter Siebers

Illustraties: Adriaan Bijloo

Eindredactie: Brenda de Wilde

Vormgeving: Studio Michelangela, Utrecht

Fotografie: Dreamstime (p. 7, 11, 17, 18 en poster BB) IStock (p. 1, 15)



We werken het thema 'Ik en de ander' per dag uit met de volgende deelaccenten en doelstellingen:

Dagen van de week	Onderbouw	Middenbouw	Bovenbouw
Maandag 31 maart Jezelf zijn en jezelf leren kennen	Ik ontdek wie ik ben en wat mij gelukkig maakt.	Ik onderzoek wat mij speciaal maakt en durf dat te laten zien.	Ik onderzoek wat mij speciaal maakt en durf dat te laten zien.
Dinsdag 1 april Vriendschap	Ik begrijp wat een vriend is.	Ik leer hoe ik een fijne vriend kan zijn.	Ik snap dat vriendschap van twee kanten komt.
Woensdag 2 april Grenzen	Ik leer wat het betekent als iemand stop zegt, en dat mijn lichaam van mij is.	Ik begrijp wat mijn grenzen zijn en hoe ik die kan aangeven.	Ik leer grenzen bij mezelf en anderen te herkennen en te respecteren.
Donderdag 3 april Iedereen is anders (diversiteit)	Ik zie dat mensen verschillend zijn.	Ik ontdek dat mensen op hun eigen manier denken.	Ik leer dat verschillen tussen mensen waardevol zijn.
Vrijdag 4 april Reflectie op de week	Ik kan vertellen wat ik heb geleerd.	Ik kan uitleggen wat ik heb geleerd en hoe ik dit kan gebruiken.	Ik kan uitleggen wat ik heb geleerd en hoe ik dit kan gebruiken.

Drie posters

Bij dit katern horen drie posters, voor elke bouw een. Op de posters staan de doelstellingen per bouw. Je gebruikt de poster door telkens als je een bepaalde activiteit met de kinderen gedaan hebt, een doelstelling af te vinken. Zo maak je inzichtelijk dat de doelstelling behaald is.

Relatie met sociaal-emotioneel leren

Kwink ondersteunt de Week van de Lentekriebels graag, omdat wij als makers een belangrijke aansluiting met sociaal-emotioneel leren (SEL) zien. SEL staat aan de basis van een veilige school en gezonde groei van iedere leerling. Die gezonde groei heeft alles te maken met relationele vorming, een belangrijke basis van de methode Kwink.

Een goede week gewenst!

Ik en de ander - onderbouw

Maandag
31 maart

Deelaccent: Jezelf zijn en jezelf leren kennen
Doelstelling: Ik ontdek wie ik ben en wat mij gelukkig maakt

Activiteit 1: Dit ben ik!

De kinderen zitten in de kring. Lees nu de volgende zinnen voor. Elke keer als de kinderen denken: Dit ben ik, gaan ze staan.

Let op: Het gaat bij deze activiteit *niet* om hoe kinderen eruitzien, maar om wie ze zijn.

- Ik help graag andere kinderen.
- Ik word gauw boos.
- Ik zeg niet zoveel in de kring.
- Ik praat graag.
- Ik huil nooit.
- Iedereen in deze groep is mijn vriendje.
- Ik houd van rommel om me heen.
- Ik speel liever buiten dan binnen.
- Ik ben bang in het donker.
- Ik ben snel jaloers op andere kinderen.
- Ik ben bijna altijd vrolijk.
- Als ik klaar ben met spelen, ruim ik alles altijd meteen op.
- Mijn knuffel is heel belangrijk voor mij.
- Ik weet wie mijn beste vriend is.

Houd een gesprek over de reacties van de kinderen.

- Wat kunnen de kinderen nog meer over zichzelf vertellen?
- Wat vinden de kinderen het leukst van zichzelf?
- Wat vinden ze zelf minder leuk van zichzelf? Hoe komt dat?

Laat de kinderen over wat ze het leukst van zichzelf vinden een tekening of schilderij maken.



Activiteit 2: Hier word ik blij van!

De kinderen staan verspreid door de ruimte. Zet een vrolijk muziekje aan. Als de muziek klinkt, mogen de kinderen vrolijk door de ruimte bewegen. Stopt de muziek, dan blijven ze meteen stilstaan. Laat nu vijf kinderen om de beurt vertellen waar ze blij van worden. Start de muziek weer en geef als de muziek stopt vijf andere kinderen de beurt. Doe dit tot alle kinderen aan de beurt geweest zijn. Vertel ook zelf waar jij als leerkracht blij van wordt.

Houd een gesprek over de reacties van de kinderen.

- Wat valt op in hun reacties?
- Waar worden de kinderen het meest gelukkig van?
- Hoe kunnen ze andere kinderen blij maken?

Dinsdag
1 april

Deelaccent: Vriendschap
Doelstelling: Ik begrijp wat een vriend is

Activiteit: Dit doet een vriend

De kinderen zitten in de kring. Pak een knuffel en zet die op je schoot. Vertel dat dit jouw lievelingsknuffel is en jouw allerbeste vriend. Vraag nu aan de kinderen wanneer iemand een vriend voor ze is. Doe dat in de vorm van het spelletje: Ik ga op reis en ik neem mee. Begin het spelletje met de zin: 'Hij is mijn vriend omdat...'

Voorbeelden: Omdat hij... aardig voor me is; me troost als ik verdrietig ben; leuk me met kan spelen; ik hem lief vind; ik met hem kan lachen; hij eerlijk is enzovoort.

Hoeveel dingen kunnen de kinderen met elkaar verzinnen?

Houd een gesprek over de antwoorden van de kinderen.

- Wat doet een vriend allemaal voor hen?
- Wat zal een vriend nooit doen?
- Voor wie zijn zij een echte vriend? Waarom?

Verwerking

Geef elk kind een groot vel papier. Hierop tekenen/schilderen/plakken ze hun lievelingsknuffel. Om de knuffel heen tekenen ze dingen wat hun knuffel doet waardoor die een echte vriend is.



TIP

Lees een prentenboek over vriendschap voor. Bijvoorbeeld *Kikker en vriendjes* van Max Velthuijs. Bekijk [hier](#) het filmpje over dit boek.

Woensdag
2 april

Deelaccent: Grenzen
Doelstelling: Ik leer wat het betekent als iemand stop zegt, en dat mijn lichaam van mij is

Activiteit 1: Wanneer zeg je stop?

- Maak twee groepen: een groep A en B. Groep A gaat in een lange rij tegenover groep B staan. De afstand tussen A en B moet lekker groot zijn.
- Zeg nu tegen groep A: 'Zet een stap naar voren. Je mag zelf weten hoe je die stap zet.' (Vrolijk, boos, alsof je iemand aanvalt, verdrietig, bang, gek enzovoort.)
- De kinderen van groep B mogen stop zeggen tegen het kind dat op hen afkomt op het moment dat ze het niet leuk meer vinden. Dan blijft kind A ook meteen stilstaan.
- Laat weer een stap naar voren zetten. Blijf dit herhalen totdat alle kinderen zijn 'stopgezet' of kind B een hand hebben gegeven omdat er geen stop gezegd is.

Houd een gesprek over wat je hebt gezien.

- Hoe hebben de kinderen van groep B dit ervaren?
- Wat betekent het als een kind stop zegt?
- Waarom hebben kinderen stop gezegd? Wat voelden ze toen?
- Waarom hebben sommige kinderen geen stop gezegd?
- Wanneer moet je altijd stop zeggen? Waarom is dat belangrijk?
- Wie mag wel heel dichtbij komen? Hoe komt dat?
- Hoe kun je duidelijk stop zeggen?

TIP

Oefen het duidelijk stop zeggen met de kinderen. Staan ze stevig en rechtop? Kijken ze de ander recht in de ogen aan? Zeggen ze luid en duidelijk: 'Stop! Dit wil ik niet!'

Activiteit 2: Mijn lijf is van mij!

Laat de kinderen vrij door de ruimte lopen. Zeg dat als jij de naam van een lichaamsdeel noemt, de kinderen zo snel mogelijk een tweetal maken met het kind dat het dichtst bij hen staat. Roep je bijvoorbeeld 'been', dan gaat het tweetal zo dicht mogelijk met hun benen bij elkaar staan zonder elkaar aan te raken. Sluit af met het volgende versje:

Dit is mijn **been**.
Dat is van mij.
Dus ik ben de baas.
En niet... jij!

Laat het versje uit het hoofd leren.

Herhaal het vrije lopen en weer tweetallen kiezen door de volgende lichaamsdelen te noemen:

Arm – Knie – Voet – Billen – Neus – Mond – Oor – Kin – Hand

Noem het betreffende lichaamsdeel in het versje. Bijvoorbeeld:

Dit is mijn **arm**.
Die is van mij.
Dus ik ben de baas.
En niet... jij!

**Donderdag
3 april**

Deelaccent: Iedereen is anders (diversiteit)
Doelstelling: Ik zie dat mensen verschillend zijn

Activiteit: Mensen verschillen

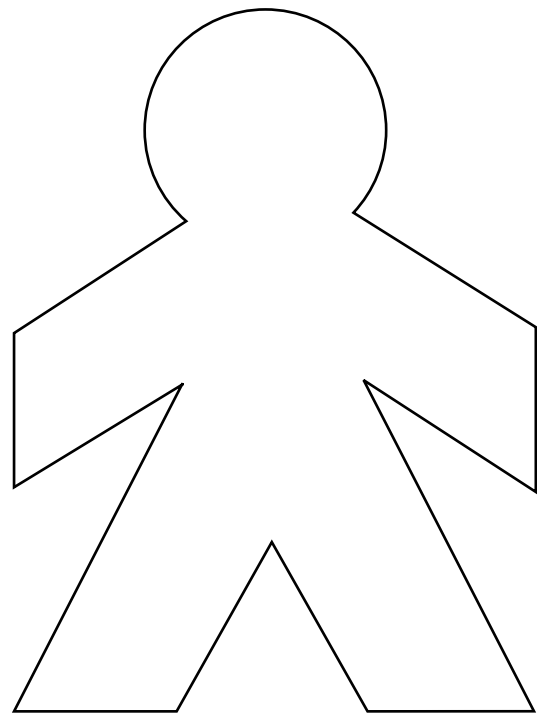
Laat de kinderen onderstaande foto zien.

- Hoe reageren ze?
- Wat valt hen het meeste op?
- Ze zien ongetwijfeld veel verschillen, maar wat is telkens hetzelfde? (het zijn allemaal mensen)



Maak een slinger met de hele groep.

Elk kind tekent op stevig papier een omtrek van een mensfiguur.



Ze mogen hun figuur vrij inkleuren. Klaar? Dan knippen ze de figuur rondom uit (laat oudere kinderen eventueel de jongsten hiermee helpen).

Plak alle figuren aan elkaar tot een lange slinger en hang die in het lokaal.

Laat elk kind iets bijzonders over zijn figuur vertellen (wat kan hij, hoe is hij, waar wordt hij blij van, wat wil hij liever nooit?)

Vrijdag
4 april

Deelaccent:
Doelstelling:

Reflectie op de week
Ik kan vertellen wat ik heb geleerd

Activiteit 1: Vertel eens...

Ga met de kinderen in een kring zitten en stel gerichte vragen over de week. Laat ze een voor een antwoord geven of de antwoorden kort uitwisselen in tweetallen.

Gebruik de poster met doelstellingen om alle onderwerpen van de week de revue te laten passeren.

Gesprek:

- Wat vond je het leukst om te doen deze week?
- Wat heb je geleerd over vriendschap?
- Wanneer heb je iets nieuws ontdekt?
- Wie heeft jou geholpen deze week?

Activiteit 2: Stap naar voren als...

Bij deze activiteit staan de kinderen in een ruime kring of rij. De leerkracht leest een stelling voor die te maken heeft met de lessen van deze week. Als een kind vindt dat de stelling bij hem of haar past, zet het een stap naar voren. Dit helpt kinderen om op een speelse manier te reflecteren op wat ze geleerd hebben.

Uitvoering

De leerkracht leest de stellingen langzaam voor en moedigt de kinderen aan om na te denken voordat ze een stap zetten. Na elke stelling kan de leerkracht enkele kinderen vragen waarom ze naar voren zijn gestapt.

Voorbeelden van stellingen:

1. Stap naar voren als je weet wat een vriend is.
2. Stap naar voren als je weet wat je moet doen als iemand stop zegt.
3. Stap naar voren als je hebt geleerd dat iedereen anders is.
4. Stap naar voren als je weet waar je blij van wordt.
5. Stap naar voren als je iemand hebt geholpen deze week.
6. Stap naar voren als je weet hoe je een goede vriend kunt zijn.
7. Stap naar voren als je hebt geleerd dat je zelf mag bepalen wat je fijn vindt.
8. Stap naar voren als je hebt geleerd dat het oké is om anders te zijn dan anderen.
9. Stap naar voren als je hebt verteld waar je trots op bent.
10. Stap naar voren als je weet dat je altijd stop mag zeggen wanneer je iets niet fijn vindt.

Afsluiting

Sluit de activiteit af door te bespreken:

- Wie wil vertellen waarom hij of zij een stap heeft gezet?
- Wat vond je het leukst om te leren deze week?
- Waar ben je trots op?

Deze reflectie helpt jonge kinderen om bewust stil te staan bij wat ze geleerd hebben op een manier die past bij hun belevingswereld.

Ik en de ander - middenbouw

**Maandag
31 maart**

**Deelaccent:
Doelstelling:**

**Jezelf zijn en jezelf leren kennen
Ik onderzoek wat mij speciaal
maakt en durf dat te laten zien**

Activiteit: Ik-speciaal

De kinderen gaan een menukaart over zichzelf maken. Daarin staan gewone 'gerechten' die je op alle kaarten ziet staan en een 'ik-speciaal-gerecht'. Voorbeelden van gewone gerechten:

- Mijn naam
- Hier woon ik
- Dit is mijn familie
- Hier zit ik op school
- Zo zie ik eruit
- Dit is mijn beste vriend
- Dit is mijn hobby

Het 'Ik-speciaal-gerecht' is wat het kind speciaal maakt ten opzichte van anderen. Houd hier eerst een klassikaal gesprek over. Maak eventueel tweetallen en laat kind 1 zeggen wat het speciaal vindt aan kind 2 en andersom.

Geef de kinderen een stevig A4'tje als menukaart. Laat de antwoorden op de voorbeelden van gewone gerechten op de menukaart schrijven alsof het te kiezen gerechten zijn. Laat er een korte, leuke beschrijving bij bedenken.

Het 'Ik-speciaal-gerecht' krijgt extra aandacht op de menukaart. Het mag uitgebreider beschreven worden en komt bijvoorbeeld in een speels, opvallend kader. Laat het zo aantrekkelijk mogelijk uitvoeren.

Klaar? Haal alle menukaarten op en deel ze in willekeurige volgorde uit. Elk kind leest nu het 'Ik-speciaal-gerecht' voor dat op de menukaart staat. Kunnen de andere kinderen raden over wie dit gaat?

Extra verwerking

Vraag wie van de kinderen de komende dagen aan de groep wil laten zien – als dat kan – wat hem of haar speciaal maakt. Maak hier een paar keer tijd voor vrij.

Gesprek na elke keer dat de kinderen iets hebben laten zien:

- Hoe voelt dat? Is het eng of juist leuk om dat te laten zien?
- Wanneer is het vooral belangrijk om dat speciale te laten zien?
- Wie kan je helpen met wat jou speciaal maakt?
- Welke speciale eigenschap of vaardigheid heb jij van een ander nodig?
- Hoe kunnen we als groep van elkaars 'Ik-speciaal-gerecht' gebruikmaken?



Dinsdag
1 april

Deelaccent: Vriendschap
Doelstelling: Ik leer hoe ik een fijne vriend kan zijn

Activiteit: Zo ben ik een fijne vriend

- Maak groepjes van vier.
- Elk groepje krijgt een groot vel wit papier en vier verschillende kleuren stiften. Eén kind tekent midden op het vel een cirkel. Daarin schrijft het: Zo ben ik een fijne vriend.
- Nu mogen de kinderen om de beurt iets op het vel schrijven dat hoort bij de zin: Zo ben ik een fijne vriend. Leg uit dat het dan gaat om dingen die je moet doen om een goede vriend te zijn.
- Als niemand meer weet wat het moet opschrijven, stopt de activiteit.

Lees nu onderstaande lijst voor. Elke keer als de kinderen iets horen wat ook op hun vel papier staat, zetten ze daar een krul bij.

- Luister naar wat de ander te vertellen heeft.
- Wees eerlijk.
- Probeer anderen niet te kwetsen.
- Vertel geen geheimen door.
- Zorg ervoor dat je te vertrouwen bent.
- Probeer niet steeds over je eigen interesses te praten.
- Geef de ander soms een compliment.
- Wees dankbaar als anderen je helpen.
- Kom je afspraken en beloften na.
- Geef geleende dingen terug als de ander daar om vraagt.
- Behandel de ander zoals je zelf behandeld wil worden.
- Laat je goede kwaliteiten zien, zonder op te scheppen.
- Wees niet bang iets over jezelf te vertellen.
- Heb vertrouwen in jezelf.
- Beoordeel anderen niet op hun uiterlijk.
- Bedenk dat je de ander niet kunt dwingen om jou aardig te vinden.

Bij welke dingen op het vel papier staat nog geen krul? Welke zijn dat?

Welke dingen vinden de kinderen zelf het allerbelangrijkst? Kunnen ze per groep een top 5 met elkaar maken? Laat alle top 5-voorstellen voorlezen en vergelijk die met de andere groepen. Wat valt vooral op?

Laat elke groep op een kleiner vel papier hun top 5 schrijven en hang de resultaten goed zichtbaar op. Kom de komende tijd geregeld op hun top 5 terug. Zeker als een situatie in de klas, op de gang, op het plein of tijdens de gymles daar om vraagt.



**Woensdag
2 april**

**Deelaccent:
Doelstelling:**

**Grenzen
Ik begrijp wat mijn grenzen zijn
en hoe ik die kan aangeven**

Activiteit: Stop tot hier!

Stap

1

Maak tweetallen

Laat de kinderen zelf bepalen wie A is en wie B. Verspreid ze in de ruimte en zet ze recht tegenover elkaar.

Stap

2

Waar ligt je grens?

Leg uit: Voor iedereen ligt de grens van zijn persoonlijke ruimte ergens anders. Als iemand je ruimte inkomt, merk je dat fysiek: spanning, trillen, zweten enzovoort. Dat ga je nu ervaren. Laat kind B met een neutrale houding dichterbij kind A stappen. Kind A gaat bij elke stap in zijn lichaam na of en wanneer hij een verschil voelt. Als de grens bereikt is, geeft kind A dit aan en vertelt wat hij precies merkt en waar hij dat voelt in zijn lijf. Zo wordt hij zich bewust van zijn spanningssignalen.

Ga bij elk duo langs om deze oefening te begeleiden.

Stap

3

Geef je grens aan!

Herhaal de vorige stap. Nu zegt kind A bij het bereiken van zijn grens: 'Stop, tot hier!' Als hij dat niet overtuigend doet, loopt kind B door.

Onderzoek hoe de grens het best aangegeven kan worden.

Ga bij elk duo langs om deze oefening te begeleiden.

Stap

4

Draai de rollen om

Doorloop opnieuw stap 2 en 3.

Stap

5

Bespreek na

- Waren er verschillen?
- Waarom loopt kind B wel of niet door?
- Hoe geef je je grens duidelijk aan?

Variant

Laat kind B in plaats van een neutrale houding een andere houding aannemen: sneller stappen, trager stappen, dreigend, boos, bang, paniekerig, enzovoort.

Bron: www.grenswijs.be



**Donderdag
3 april**

**Deelaccent:
Doelstelling:**

**Iedereen is anders (diversiteit)
Ik ontdek dat mensen op hun
eigen manier denken**

Activiteit: Denk-verschillen

Met deze activiteit ontdekken de kinderen hoe de andere kinderen in hun groep over bepaalde dingen denken. Zo merken ze snel op dat iedereen ook op dat gebied anders is.

Lees telkens een zin voor (zie Keuzezinnen) en laat de kinderen daarna naar het antwoord van hun keuze lopen in een hoek van het lokaal. Hoek A: Ja. Hoek B: Nee. Hoek C: Hier denk ik anders over. Hoek D: Dat weet ik niet. Keuze gemaakt? Laat dan uit elke hoek kinderen hun keuze toelichten. Welke verschillen vallen op? Kunnen de kinderen uit hoek D na de toelichting wel een keuze maken? Laat ze naar de hoek van hun keuze lopen.

Bespreek vooraf met de kinderen dat ze hun eigen mening moeten volgen en niet die van anderen. Licht ook toe wat de bedoeling van hoek C is. Kinderen die in hoek C gaan staan willen hun keuze toelichten omdat hun antwoord genuanceerder is dan alleen maar ja of nee.

Keuzezinnen

Elke zin begint met: Ik vind...
... dat het eten van vlees verboden moet worden.
... dat ik op school te weinig echt belangrijke dingen leer.
... tweedehandskleding veel beter is dan nieuwe kleding.
... de winter leuker dan de zomer.
... het belangrijk dat er één goede leider komt die de baas is van de hele wereld.
... dat er geen wolven los mogen lopen in Nederland.
... dat gezinnen niet meer dan één auto mogen hebben.
... het raar dat er jongens zijn die liever een meisje willen zijn.

... het raar dat er meisjes zijn die liever een jongen willen zijn.

... het moeilijk om over alles een goede mening te hebben.

Gesprek

- Hoe was het om telkens een keuze te moeten maken?
- Welke verschillen vielen (vooral) op?
- Hoe komt het dat mensen verschillend over dingen denken?
- Wat doe je als je vriend(in) een heel andere mening heeft dan jij?
- Wat heeft het woord 'respect' te maken met verschillen?
- Er zijn veel verschillen in de wereld. Welke verschillen vallen jou het meest op?



**Vrijdag
4 april**

**Deelaccent:
Doelstelling:**

**Reflectie op de week
Ik kan uitleggen wat ik heb geleerd
en hoe ik dit kan gebruiken.**

Activiteit 1: Wat neem ik mee?

De kinderen en zitten in een kring. Jij houdt een zachte bal vast en legt uit dat ze gaan terugkijken op wat ze deze week hebben geleerd en hoe ze dit een volgende keer kunnen gebruiken. De bal wordt rondgegooid en degene die hem vangt mag een antwoord geven. Als een kind niet direct iets weet, mag hij of zij de bal doorgeven en later nog een keer meedoen.

Stel bijvoorbeeld deze vragen:

- Wat heb je deze week geleerd over vriendschap?
- Hoe kun je laten zien dat je een goede vriend bent?
- Wanneer zou je kunnen gebruiken wat je hebt geleerd over grenzen aangeven?
- Wat doe je als iemand stop zegt?
- Hoe kun je iemand helpen die zich niet fijn voelt?
- Welke tip zou je aan een vriend geven over wat je deze week hebt geleerd?

Na een paar rondes bespreek je kort welke inzichten zijn gedeeld en nodig je de kinderen uit om in tweetallen verder te praten over wat zij belangrijk vonden. Hierbij kunnen ze elkaar vragen:

- Wat ga je vanaf nu anders doen?
- Wanneer ga je dit toepassen?

Sluit af door de klas te laten benoemen welke inzichten zij mee naar huis nemen. Hang eventueel een lijst op met enkele uitspraken van de kinderen.

Activiteit 2: Wat, hoe en wanneer?

De kinderen werken individueel of in tweetallen aan een verdiepende reflectie waarbij ze nadenken over hoe ze de opgedane kennis kunnen gebruiken in andere situaties. Ze doorlopen drie stappen die hen helpen bewuster te worden van wat ze geleerd hebben en hoe ze dit in de praktijk kunnen brengen.

Stap

1

Wat heb ik geleerd?

De kinderen benoemen kort en duidelijk wat ze deze week hebben geleerd. Dit kan bijvoorbeeld gaan over:

- Hoe je een goede vriend kunt zijn.
- Wat je moet doen als iemand stop zegt.
- Hoe je kunt laten zien dat iedereen anders is, en dat dat oké is.

Ze vertellen dit aan hun buurman of buurvrouw en luisteren naar elkaars antwoorden.



Stap

2

Hoe kan ik dit gebruiken?

De kinderen denken na over manieren waarop ze het geleerde kunnen toepassen in hun dagelijks leven, bijvoorbeeld:

- Ik kan een goede vriend zijn door beter te luisteren en te vragen hoe het met iemand gaat.
- Ik kan stop zeggen als iemand iets doet wat ik niet fijn vind, en dan stevig blijven staan.
- Ik kan anderen laten zien dat verschillen goed zijn door iedereen mee te laten spelen.

Ze schrijven of vertellen hoe ze dit concreet in hun gedrag willen laten zien.

Stap

3

Wanneer ga ik dit gebruiken?

De kinderen denken na over situaties waarin ze het geleerde in de praktijk kunnen brengen.

Bijvoorbeeld:

- Tijdens het buitenspelen als er een ruzie ontstaat.
- Als iemand mij plaagt op de gang.
- Als we samenwerken in de klas en iemand een ander niet begrijpt.

Laat enkele kinderen hun plannen delen en bespreek klassikaal hoe ze elkaar kunnen helpen bij het toepassen van het geleerde.

Afsluiting

Sluit de oefening af met de vraag: 'Wat ga je als eerste uitproberen?' De kinderen benoemen hun eerste actiepoint. Dit helpt ze om de reflectie om te zetten in concreet gedrag in de praktijk.



Ik en de ander - bovenbouw

**Maandag
31 maart**

**Deelaccent:
Doelstelling:**

**Jezelf zijn en jezelf leren kennen
Ik onderzoek wat mij speciaal
maakt en durf dat te laten zien**

Activiteit: Ik-speciaal

De kinderen gaan een menukaart over zichzelf maken. Daarin staan gewone 'gerechten' die je op alle kaarten ziet staan en een 'ik-speciaal-gerecht'. Voorbeelden van gewone gerechten:

- Mijn naam
- Hier woon ik
- Dit is mijn familie
- Hier zit ik op school
- Zo zie ik eruit
- Dit is mijn beste vriend
- Dit is mijn hobby

Het 'Ik-speciaal-gerecht' is wat het kind speciaal maakt ten opzichte van anderen. Houd hier eerst een klassikaal gesprek over. Maak eventueel tweetallen en laat kind 1 zeggen wat het speciaal vindt aan kind 2 en andersom.

Geef de kinderen een stevig A4'tje als menukaart. Laat de antwoorden op de voorbeelden van gewone gerechten op de menukaart schrijven alsof het te kiezen gerechten zijn. Laat er een korte, leuke beschrijving bij bedenken.

Het 'Ik-speciaal-gerecht' krijgt extra aandacht op de menukaart. Het mag uitgebreider beschreven worden en komt bijvoorbeeld in een speels, opvallend kader. Laat het zo aantrekkelijk mogelijk uitvoeren.

Klaar? Haal alle menukaarten op en deel ze in willekeurige volgorde uit. Elk kind leest nu het 'Ik-speciaal-gerecht' voor dat op de menukaart staat. Kunnen de andere kinderen raden over wie dit gaat?

Extra verwerking

Vraag wie van de kinderen de komende dagen aan de groep wil laten zien – als dat kan – wat hem of haar speciaal maakt. Maak hier een paar keer tijd voor vrij.

Gesprek na elke keer dat de kinderen iets hebben laten zien:

- Hoe voelt dat? Is het eng of juist leuk om dat te laten zien?
- Wanneer is het vooral belangrijk om dat speciale te laten zien?
- Wie kan je helpen met wat jou speciaal maakt?
- Welke speciale eigenschap of vaardigheid heb jij van een ander nodig?
- Hoe kunnen we als groep van elkaars 'Ik-speciaal-gerecht' gebruikmaken?



**Dinsdag
1 april**

Deelaccent: Vriendschap
Doelstelling: Ik snap dat vriendschap van twee kanten komt

Activiteit 1: Wat is vriendschap?

Houd eerst een gesprek over vriendschap en doe daarna activiteit 2.

- Wat is vriendschap?
- Is vriendschap voor altijd? Wanneer wel/niet?
- Moet je op elkaar lijken om vrienden te kunnen zijn?
- Wanneer vind jij iemand een goede vriend?
- Is een beste vriend perfect?

Activiteit 2: Van twee kanten

Verdeel de klas in twee groepen. Groep 1 gaat aan de ene kant van een open ruimte staan. Groep 2 aan de andere kant. Vertel dat groep 1 net moet doen alsof zij de beste vrienden zijn van groep 2 en andersom.

Lees daarna de onderstaande zinnen voor. Na elke zin besluiten de kinderen of ze wel of niet een stap in de richting van hun vriend (groep aan de overkant) doen of niet. Hoe ver komen de kinderen tot elkaar?

Zinnen

1. Jouw vriend vraagt of je samen met hem naar de politie wil gaan om aangifte te doen van diefstal van zijn mobiele telefoon. Maar jij hebt aan je oma beloofd om haar te helpen met het versieren van haar huis omdat ze morgen jarig is en zij dat zelf niet meer kan. Wat doe je?
2. Jouw vriendin vraagt om haar werkstuk te maken, want zij heeft een belangrijke turnwedstrijd waarvoor ze elke dag moet oefenen. Wat doe je?
3. Jouw vriendin heeft haar zinnen gezet op een nieuw T-shirtje. Ze vraagt jou om de verkoopster af te leiden, zodat zij het T-shirt stiekem in

haar tas kan doen zodat ze niet hoeft te betalen.
Wat doe je?

4. Jouw vriend wordt vaak gepest door een jongen uit de straat. Hij vraagt nu of jij de fietsbanden van die pester lek wil prikken omdat hij dat zelf niet durft. Wat doe je?
5. Jouw vriendin geeft je een cadeau van 30 euro voor je verjaardag. Een week later is ze zelf jarig. Je hebt geen 30 euro om een cadeau voor haar te kopen. Wat doe je?
6. Jouw vriend vraagt je mee te gaan naar een feestje waar je moet verschijnen als een creepy clown. Jij haat clowns. Wat doe je?
7. Jouw vriendin vraagt of je bij haar komt logeren. Jij hebt het haar ook vaak gevraagd maar je vriendin wilde dat nooit. Wat doe je?
8. Je gaat samen met jouw vriend op kamp. Je vriend vertelt je in vertrouwen dat hij 's nachts soms nog in bed plast vanwege een medische aandoening. Hij vraagt je om als dat gebeurt, hem onopvallend te helpen met het verschonen van zijn bed. Wat doe je?

Gesprek

- Wat valt op?
- Wat zeggen de antwoorden over vriendschap?
- Welke minder leuke stappen moet je soms zetten omwille van een goede vriendschap?
- Waarom moet het in een goede vriendschap van twee kanten komen?
- Hoe zit dat met de vriendschappen die de kinderen op dit moment hebben?

Vat samen

Vriendschap komt van twee kanten en het is ook nodig dat beide partijen daar energie en moeite in steken. Aan een vriendschapsrelatie moet je dus willen 'werken'. En... een echte vriend krijg je door er zelf een te zijn.

**Woensdag
2 april**

**Deelaccent:
Doelstelling:**

**Grenzen
Ik leer grenzen bij mezelf en
anderen te herkennen en te
respecteren**

Activiteit: Stop tot hier!

Stap

1

Maak tweetallen

Laat de kinderen zelf bepalen wie A is en wie B. Verspreid ze in de ruimte en zet ze recht tegenover elkaar.

Stap

2

Waar ligt je grens?

Leg uit: Voor iedereen ligt de grens van zijn persoonlijke ruimte ergens anders. Als iemand je ruimte inkomt, merk je dat fysiek: spanning, trillen, zweten enzovoort. Dat ga je nu ervaren. Laat kind B met een neutrale houding dichterbij kind A stappen. Kind A gaat bij elke stap in zijn lichaam na of en wanneer hij een verschil voelt. Als de grens bereikt is, geeft kind A dit aan en vertelt wat hij precies merkt en waar hij dat voelt in zijn lijf. Zo wordt hij zich bewust van zijn spanningssignalen.

Ga bij elk duo langs om deze oefening te begeleiden.

Stap

3

Geef je grens aan!

Herhaal de vorige stap. Nu zegt kind A bij het bereiken van zijn grens: 'Stop, tot hier!' Als hij dat niet overtuigend doet, loopt kind B door.

Onderzoek hoe de grens het best aangegeven kan worden.

Ga bij elk duo langs om deze oefening te begeleiden.

Stap

4

Draai de rollen om

Doorloop opnieuw stap 2 en 3.

Stap

5

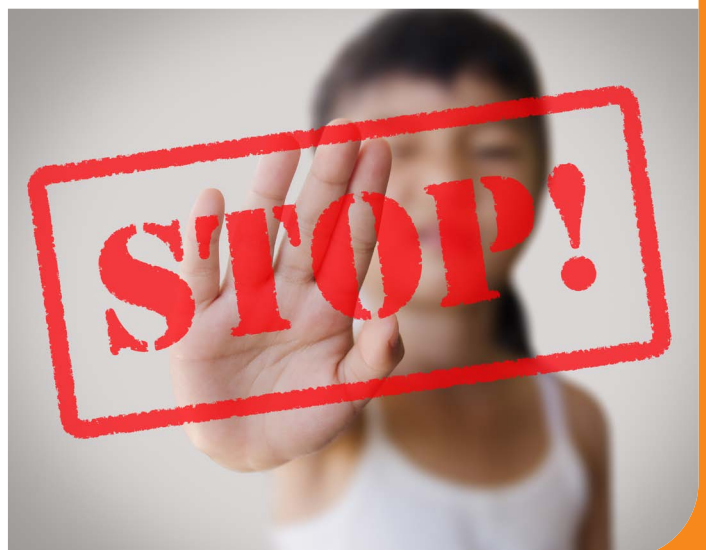
Bespreek na

- Waren er verschillen?
- Waarom loopt kind B wel of niet door?
- Hoe geef je je grens duidelijk aan?

Variant

Laat kind B in plaats van een neutrale houding een andere houding aannemen: sneller stappen, trager stappen, dreigend, boos, bang, paniekerig, enzovoort.

Bron: www.grenswijs.be



Activiteit 2: De grens van een ander

- Maak groepjes van vier.
- Elk groepje krijgt een groot vel wit papier en vier verschillende kleuren stiften. Eén kind tekent midden op het vel een cirkel. Daarin schrijft het: Ik ga over de grens van een ander als...
- Nu mogen de kinderen om de beurt iets op het vel schrijven dat hoort bij de zin: Ik ga over de grens van een ander als...
- Als niemand meer weet wat het moet opschrijven, stopt de activiteit.

Lees nu onderstaande lijst voor. Elke keer als de kinderen iets horen wat ook op hun vel papier staat, tekenen ze daar een krul bij.

- De gevoelens van de ander niet serieus nemen.
- De ander niet horen of niet serieus nemen.
- Iets tóch doen terwijl je voelt of hoort dat de ander dat niet wil.
- De ander zijn leven willen bepalen.
- De ander jouw keuzes willen voorschrijven.
- De ander het recht ontnemen om keuzes te maken op basis van zijn/haar behoeften.
- De ander het recht ontnemen om de eigen verantwoordelijkheid voor zijn/haar leven in te vullen.

Bij welke dingen op het vel papier staat nog geen krul? Welke zijn dat?
Welke dingen vinden de kinderen zelf het allerbelangrijkst? Kunnen ze per groep een top 3 met elkaar maken? Laat alle top 3-voorstellen voorlezen en vergelijk die met de rest van de groepen. Wat valt vooral op?

Laat elke groep op een kleiner vel papier hun top 3 schrijven en hang de resultaten goed zichtbaar op. Kom de komende tijd geregeld op hun top 3 terug. Zeker als een situatie in de klas, op de gang, op het plein of tijdens de gymles daar om vraagt.

Leg uit

Jouw gedrag kan ervoor zorgen dat je over de grens van de ander heen gaat. Dat gebeurt op een agressieve wijze als je te sturend, bazig, te direct of te confronterend bent.

Er is ook een (te) lieve aardige vorm, namelijk: door je oververantwoordelijk te voelen voor anderen of door overbetrokken te raken.

Het is belangrijk om de grenzen van de ander te respecteren. Maar... respecteren van de ander is soms lastig. Respecteren is bijvoorbeeld niet zeggen of uitstralen dat de ander het zelf maar moet weten, dat het jou niet boeit, dat het zijn/haar leven is, dat de ander het zelf maar moet uitzoeken. Dat is onverschilligheid.

Maar wat is respecteren dan wel? (Bijvoorbeeld: 'Vertel wat de mening van de ander met jou doet'.) Bespreek deze vraag met de kinderen.



**Donderdag
3 april**

**Deelaccent:
Doelstelling:**

**Iedereen is anders (diversiteit)
Ik leer dat verschillen tussen
mensen waardevol zijn**

Activiteit 1: Woordweb diversiteit

Maak met de groep een woordweb op het bord rond het woord 'diversiteit'. De kinderen mogen spontaan woorden roepen. Klaar? Bespreek de woorden die genoemd zijn.

Gesprek

- Welke woorden vallen op?
- Welke woorden horen bij elkaar?
- Welke woorden roepen vragen op?

Leg uit

Diversiteit gaat over alle manieren waarop we van elkaar verschillen. Met sommige van die verschillen worden we geboren. Die kunnen we niet veranderen. Denk bijvoorbeeld aan de kleur van je ogen of je cultuur. Andere verschillen ontstaan later in ons leven en zijn veranderlijk. Bijvoorbeeld je kledingstijl of interesses.

Diversiteit kun je dus soms zien en soms niet zien. Zichtbare verschillen zijn bijvoorbeeld: uiterlijk, leeftijd (meestal), sekse (meestal), godsdienst (soms), mate van gezondheid (soms). Onzichtbare verschillen zijn bijvoorbeeld: seksuele voorkeur (meestal), cultuur, opleiding (meestal), mate van gezondheid (soms), godsdienst (soms).

Activiteit 2: De waarde van verschillen

De kinderen zitten in de kring. Elk kind noemt iets over zichzelf dat hij of zij van zichzelf echt een talent vindt. Hele kring rond geweest? Laat de kinderen dan zelf groepjes van vier maken met kinderen die qua talenten veel van elkaar verschillen. Observeer hoe die samenstelling gaat. Bespreek het proces tussendoor en stuur waar nodig bij.

Zijn de groepjes gevormd? Dan krijgt elke groep de volgende opdracht:

'Bedenk met elkaar een oplossing voor iemand die zelf niet meer de bladzijden van een boek kan omslaan met zijn handen en daarbij geen hulp van andere mensen wil.'

Geef hier maximaal tien minuten de tijd voor. Observeer wat er in de groepjes gebeurt. Tijd om? Bespreek dan deze vragen:

- Hoe was het om dit probleem met elkaar te bespreken?
- Heeft het talent dat het kind van zichzelf heeft genoemd een bijdrage geleverd tijdens de bespreking?
- Welke (nieuwe) talenten zijn opgevallen?
- Welke talenten waren vooral waardevol bij het bedenken van een oplossing?

Vat samen

Mensen presteren beter in een groep of bedrijf als ze een gemengde culturele en etnische achtergrond hebben. Dat blijkt uit onderzoek. Voorwaarde is wel dat de leidinggevende goed kan omgaan met deze mix van achtergronden.

Diversiteit bevordert uitzonderlijk presteren en vernieuwingen. Het is daarom belangrijk om verschillende mensen bij een klus of project te betrekken. Dan kan iedereen vanuit een eigen perspectief en idee een bijdrage leveren. Een leidinggevende moet die bijdragen stimuleren en als het kan positief waarderen.

Let op: Diversiteit kan de kans op miscommunicatie en conflicten vergroten omdat mensen elkaars taal, bedoelingen en gewoonten niet altijd meteen begrijpen. Het is daarom belangrijk om na te gaan of iedereen op een lijn ligt.

Vrijdag
4 april

Deelaccent:
Doelstelling:

Reflectie op de week
Ik kan uitleggen wat ik heb geleerd
en hoe ik dit kan gebruiken

Activiteit 1: Mijn inzichten van deze week

De kinderen zitten in een kring en praten over wat ze deze week hebben geleerd. Jij leidt het gesprek met vragen (zie onderstaand). De kinderen mogen elkaar aanvullen of vragen stellen.

Gesprek

- Wat vond je het meest waardevolle dat je deze week hebt geleerd?
- Wanneer heb je iets toegepast wat je eerder nog niet goed kon?
- Hoe weet je dat je iets nieuws hebt geleerd?
- Welke situatie vond je lastig en waarom?
- Hoe ga je dit in een volgende situatie anders aanpakken?

Verwerking

Laat de kinderen in kleine groepjes bespreken welke situaties uit de week herkenbaar waren en hoe ze deze een volgende keer anders kunnen aanpakken. Ze schrijven kort drie leerpunten op die ze meenemen naar een volgende situatie.

Afsluiting

Besprek klassikaal de belangrijkste inzichten en laat enkele kinderen vertellen waar ze trots op zijn en wat ze anders gaan doen. Sluit af met de vraag: 'Hoe helpt deze week jou in de toekomst?'

Activiteit 2: Wat neem ik mee en hoe pas ik het toe?

Na het gesprek maken de kinderen een persoonlijk actieplan. Geef ze de opdracht om te beschrijven wat ze hebben geleerd en hoe ze dit in toekomstige situaties gaan gebruiken.

Opbouw van het actieplan

1. Wat heb ik geleerd?
Laat de kinderen drie dingen opschrijven die ze deze week hebben geleerd over zichzelf en anderen. Dit kan gaan over vriendschap, grenzen aangeven of omgaan met verschillen.
2. Hoe kan ik dit toepassen?
De kinderen benoemen hoe ze hun leerpunten concreet kunnen gebruiken, bijvoorbeeld in gesprekken met vrienden, in moeilijke situaties of bij het samenwerken in de klas. Laat ze voorbeelden geven van situaties waarin ze dit willen toepassen.
3. Welke doelen stel ik mezelf?
De kinderen kiezen één concreet doel voor de komende week. Ze benoemen wat ze anders willen doen en hoe ze dit gaan aanpakken.

Bespreking

Laat de kinderen hun actieplan kort delen met een klasgenoot en elkaar tips geven. Klassikaal kunnen enkele kinderen delen wat ze als uitdaging zien en hoe ze dit denken aan te pakken.

Afsluiting

Sluit af met de vraag: 'Wat is je belangrijkste doel voor volgende week?' en bespreek hoe de kinderen elkaar hiermee kunnen helpen.

Drie posters, voor elke bouw een!

Onderbouw

Week van de Lentekriebels
Ik en de ander

Maandag 31 maart
Jezelf zijn en jezelf leren kennen
 Ik ontdek wie ik ben en wat mij gelukkig maakt.

Dinsdag 1 april
Vriendschap
 Ik begrijp wat een vriend is.

Woensdag 2 april
Grenzen
 Ik leer wat het betekent als iemand stop zegt, en dat mijn lichaam van mij is.

Donderdag 3 april
Iedereen is anders (diversiteit)
 Ik zie dat mensen verschillend zijn.

Vrijdag 4 april
Reflectie op de week
 Ik kan vertellen wat ik heb geleerd.

Middenbouw

Week van de Lentekriebels
Ik en de ander

Maandag 31 maart
Jezelf zijn en jezelf leren kennen
 Ik onderzoek wat mij speciaal maakt en durf dat te laten zien.

Dinsdag 1 april
Vriendschap
 Ik leer hoe ik een fijne vriend kan zijn.

Woensdag 2 april
Grenzen
 Ik begrijp wat mijn grenzen zijn en hoe ik die kan aangeven.

Donderdag 3 april
Iedereen is anders (diversiteit)
 Ik ontdek dat mensen op hun eigen manier denken.

Vrijdag 4 april
Reflectie op de week
 Ik kan uitleggen wat ik heb geleerd en hoe ik dit kan gebruiken.

Bovenbouw

Week van de Lentekriebels
Ik en de ander

Maandag 31 maart
Jezelf zijn en jezelf leren kennen
 Ik onderzoek wat mij speciaal maakt en durf dat te laten zien.

Dinsdag 1 april
Vriendschap
 Ik snap dat vriendschap van twee kanten komt.

Woensdag 2 april
Grenzen
 Ik leer grenzen bij mezelf en anderen te herkennen en te respecteren.

Donderdag 3 april
Iedereen is anders (diversiteit)
 Ik leer dat verschillen tussen mensen waardevol zijn.

Vrijdag 4 april
Reflectie op de week
 Ik kan uitleggen wat ik heb geleerd en hoe ik dit kan gebruiken.



Kwink, voor een sociaal veilige groep!

Een sociale en veilige groep waarin je verstorend gedrag zoals pesten kunt voorkomen.

Kwink is praktisch, leuk en altijd actueel

Met een leerlijn voor burgerschap

Voor groep 1 t/m 8

Probeer Kwink uit met de hele school!
Vraag een gratis proefabonnement aan via

www.kwinkopschool.nl/proefabonnement



www.kwinkopschool.nl

Al meer dan 1700 scholen werken met veel plezier met Kwink!

