

Thema 4

Ik vertrouw op mij!



BESTE OUDERS EN VERZORGERS

Dit is het ouderblad bij het leefstijlwerkboek voor groep 6. 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 leefstijl 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 - Mijn persootje

Een les over wie je bent: hoe je eruitziet, wat je kunt, wat je wilt en waar je van houdt. Kinderen nemen al deze informatie op in hun eigen 'paspoort'. Zo leren ze ook meteen wat een identiteitsbewijs eigenlijk is en waarom mensen zulke papieren nodig hebben.

Les 2 - Met de meeste hoogachting

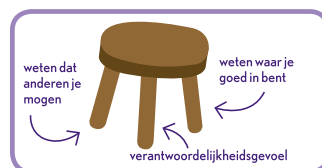
Kinderen bedenken wie ze voor één dag zouden willen zijn. Ze geven aan wie ze bewonderen en waarom. Dromen ze zelf wel eens over de toekomst en wat ze graag willen bereiken? Denken ze dat ze hun toekomstidealen werkelijkheid kunnen laten worden?

Les 3 - Stapje voor stapje

Iedereen maakt fouten en daarvan kun je leren. Maar hoe doe je dat? Kinderen oefenen dit aan de hand van concrete voorbeelden.

Les 4 - Wie ik niet kan missen

Wat zorgt ervoor dat je mensen vertrouwt? In deze les denken kinderen na over mensen die belangrijk voor hen zijn. Ook bedenken ze hoe ze die mensen hun waardering kunnen laten blijken.



Zelfvertrouwen: een kruk met drie poten



Les 2

Met de meeste hoogachting

Een les over wie je bewondert en waarom je die persoon bewondert. Misschien is dat ook wel waar jij over droomt en wat je graag wilt bereiken. Vraag nu eens aan je ouders wie zij bewonderen en voor één dag zouden willen zijn.

Les 4

Wie je niet zou willen missen

Je hebt aangegeven welke mensen belangrijk voor je zijn en waarom je die niet wilt missen. Vraag thuis waarom ze jou niet zouden willen missen.



BOEKENTIP

JONGLEREN

Door Marc van Velzen. Uitgeverij Querido.

In een circus ziet Duco een jongleur aan het werk. Enthousiast gaat hij zelf aan de gang met ballen en kegels. Opeens is hij continu in de weer, zo erg zelfs dat hij zijn geliefde snacks vergeet. Duco is pas twaalf, maar zijn gewicht bewoog zich eerst angstig snel naar de 100 kilo – en nu lijkt het warempel te dalen! Maar als Duco vanwege zijn talent een plaats op de Circusschool wordt aangeboden, spreekt zijn vader een onverbiddelijk veto uit. Hij heeft heel andere plannen met zijn zoon en stelt hoge eisen aan hem. Maar Duco staat inmiddels stevig in zijn schoenen. Gaat het hem lukken om zijn vader om te turnen?

Over iemand bewonderen, stapje voor stapje iets nieuws leren en zelfvertrouwen ontwikkelen.

