

Sociaal-emotionele vaardigheden Leerlijn 1-4 havo/vwo

Met onze doorlopende leerlijnen herhalen en verdiepen jouw leerlingen elk jaar hun vaardigheden. Zo worden ze steeds zelfstandiger en vaardiger, klaar voor de volgende stap in hun (studie)loopbaan! Laat je inspireren of stel zelf een lesprogramma samen dat aansluit op de behoeftes van jouw school of klas.

VAARDIGHEDEN	JAAR	LESSEN	LEERDOELEN
KENNISMAKEN	1	Wie zit er bij jou in de klas? Welke afspraken maak jij met je klas?	- Een aantal leuke weetjes noemen over jouw klasgenoten en je mentor. - De schoolregels benoemen; - Afspraken maken met de klas.
	2	Hoe start je het jaar goed als klas? Hoe leer je je klasgenoten beter kennen?	- Weten wat jij nodig hebt voor een fijn schooljaar; - Klassenafspraken maken waarmee dit schooljaar een succes wordt. - Nieuwe dingen over je klasgenoten leren; - Herkennen welke interesses jullie delen; - Snappen waarom verschillen waardevol zijn voor de klas.
SAMEN LEVEN	1	Wat is vriendschap? Hoe kunnen we elkaar helpen? Wat zijn jouw normen en waarden? Hoe leef je je in een ander in?	- Uitleggen hoe vriendschap er voor jou uit ziet; - Uitleggen hoe vriendschap er voor jouw klasgenoten uit ziet. - Weten waarmee jij en je klasgenoten elkaar kunnen helpen; - Op een positieve manier verschillen en overeenkomsten bespreken. - Weten wat normen en waarden zijn; - Uitleggen welke waarden belangrijk zijn voor jou; - Afspraken maken die passen bij jouw waarden - Je inleven in de mening, gevoelens en gedrag van een ander; - Weten waarom het goed is om je in te leven in een ander.
	2	Wat kun je doen voor een ander? Hoe ga je respectvol met elkaar om? Hoe ga je om met verschillende perspectieven? Hoe ga je om met groepsdruk?	- Weten waarom het goed is om naar elkaar om te kijken; - Weten welke kleine en grote dingen jij voor anderen kunt doen. - Kunnen uitleggen wat respect voor jou betekent; - Weten wat respect zegt over wat jij belangrijk vindt; - Respect tonen aan anderen. - Inzien dat er verschillende manieren zijn om naar een situatie te kijken; - Luisteren en vragen stellen om een ander beter te begrijpen. - Het verschil tussen positieve en negatieve groepsdruk weten; - Beter kunnen omgaan met negatieve groepsdruk; - Positieve groepsdruk zelf kunnen inzetten.

VAARDIGHEDEN	JAAR	LESSEN	LEERDOELEN
ZELFVERTROUWEN	1	Welke gedachtes geven jou zelfvertrouwen? Hoe kom je voor jezelf op? Welke emoties zijn er?	- Weten wat zelfvertrouwen en onzekerheid zijn; - Positieve eigenschappen van jezelf benoemen; - Onzekere gedachtes omzetten naar groeigedachtes. - Weten wanneer je wel of niet voor jezelf opkomt en waarom; - Beter voor jezelf opkomen. - Een aantal basisemoties en variaties daarop kennen; - Weten hoe je kunt omgaan met (sterke) emoties.
	2	Wat is omdenken? Hoe bewaak je je grenzen? Wat zijn jouw kwaliteiten?	- Een situatie omdenken van probleem naar kans; - Met meer zelfvertrouwen omgaan met problemen. - Herkennen waar jouw grenzen liggen; - Weten hoe je jouw grenzen kunt aangeven. - Weten wat jouw kwaliteiten zijn; - Weten in welke situaties jij jouw kwaliteiten kunt inzetten.
COMMUNICEREN	1	Hoe voer je een goed gesprek? Wat zegt je lichaamstaal? Hoe voer je een goed onlinegesprek?	- Weten in welke situaties jij vriendelijk communiceren belangrijk vindt; - Kunnen luisteren, samenvatten en doorvragen bij je gesprekspartner. - Herkennen van lichaamstaal bij iemand anders; - Doelgericht gebruikmaken van je eigen lichaamstaal als je praat. - Begrijpen waarom online snel misverstanden kunnen ontstaan; - Online misverstanden voorkomen.
	2	Hoe ga je positief om met feedback? Wat zet jij op sociale media?	- Duidelijke, positieve feedback geven; - Feedback op een goede manier ontvangen; - Reflecteren op hoe je feedback geeft en ontvangt. - Je bewust zijn van je eigen grenzen op sociale media; - Weten wat de gevaren kunnen zijn van sociale media.

Sociaal-emotionele vaardigheden Leerlijn 1-4 havo/vwo

Met onze doorlopende leerlijnen herhalen en verdiepen jouw leerlingen elk jaar hun vaardigheden. Zo worden ze steeds zelfstandiger en vaardiger, klaar voor de volgende stap in hun (studie)loopbaan! Laat je inspireren of stel zelf een lesprogramma samen dat aansluit op de behoeftes van jouw school of klas.

↑
Reflecteren
↓

VAARDIGHEDEN	JAAR	LESSEN	LEERDOELEN
OMGAAN MET CONFLICTEN	1	Hoe ga je om met pesten? Hoe ga je om met ruzie? Klopt alles wat je denkt?	- Verschillende manieren kennen om in actie te komen tegen pesten; - Klassenafspraken maken om pesten tegen te gaan. - Weten welk type ruziemaker je bent; - Weten hoe je een ruzie oplost. - Begrijpen dat dingen soms anders zijn dan je in het begin denkt; - Vooroordelen van jezelf en anderen herkennen en bijstellen.
	2	Pesten: sta je erbij of doe je iets? Hoe ga je om met conflicten? Wat kun je doen tegen discriminatie?	- Je inleven in verschillende rollen bij pesten; - Vanuit elke rol iets kunnen doen tegen pesten. - Weten op welke manieren je met conflict om kunt gaan; - Op een goede manier een conflict oplossen. - Weten wat discriminatie is; - Weten wat je kunt doen tegen discriminatie.
GELUK	3/4	Waar wordt jij gelukkig van?	- Vertellen wat geluk voor jou betekent; - Vertellen waar je gelukkig van wordt.
		Denk jezelf gelukkig.	- Uitleggen hoe gedachten juist wel of juist niet helpen om gelukkig te zijn; - Een onhandige gedachte veranderen in een gedachte die helpt.
		Hoe maak je een ander gelukkig?	- Uitleggen wat jij allemaal voor anderen doet; - Uitleggen wat anderen allemaal voor jou doen; - Elkaar (nog) gelukkiger maken.
		Hoe gebruik je sociale media om gelukkiger te zijn?	- Aangeven hoe socialemediaberichten je beïnvloeden; - Vertellen hoe je kunt omgaan met sociale media om gelukkiger te zijn.

VAARDIGHEDEN	JAAR	LESSEN	LEERDOELEN
SAMEN LEVEN	3/4	Welke houding vind jij fijn?	- Vertellen wat je wel en niet fijn vindt aan iemands houding; - Vertellen welke houding je hebt als je met anderen praat; - Begrijpen hoe jouw houding anderen beïnvloedt.
		Jouw gebruiksaanwijzing.	- Jouw grenzen aangeven; - Vertellen hoe je wilt dat anderen met jou omgaan.
		Hoe laat je zien wat je belangrijk vindt?	- Vertellen wat je belangrijk vindt; - Vertellen waarom je iets belangrijk vindt; - In je gedrag laten zien wat je belangrijk vindt.
		Omgaan met andere meningen.	- Omgaan met andere meningen; - Een oplossing bedenken voor een meningsverschil.
LIEFDE	3/4	Wat vind je belangrijk in een relatie?	- Vertellen wat je belangrijk vindt in een relatie; - Vertellen wat je klasgenoten belangrijk vinden in een relatie.
		Is het oké voor allebei?	- Vertellen wat je acceptabel vindt en wat niet; - Reageren op situaties die je wel of niet oké vindt.
		Sexting: hoe houd je het leuk?	- Vertellen wat jouw grenzen zijn bij sexting; - Tips geven om veilig aan sexting te doen.
		Liefde in alle soorten en maten.	- Vertellen welke vormen van seksualiteit er horen bij LHBTIQA+; - Je inleven in iemand uit de LHBTIQA+-gemeenschap; - Zonder vooroordelen luisteren naar mensen met verschillende seksualiteiten.
IDENTITEIT	3/4	Wie wil je zijn?	- Vertellen wat je wel en niet zelf kiest van je identiteit; - Vertellen welke invloed je zelf hebt op wie je bent; - Vertellen wat jouw identiteit bepaalt.
		Denken in hokjes.	- Vertellen in hoeverre jij zelf in hokjes denkt; - Vertellen wat de gevolgen van hokjesdenken zijn voor jou en anderen; - Bewust omgaan met hokjes.
		Wie ben je online?	- Vertellen wat je online identiteit is; - Vertellen hoe anderen jou online zien; - Je eigen online identiteit beschermen.
		De versies van jou.	- Vertellen welke versies er van jou bestaan; - Verschillende versie van je klasgenoten herkennen.

↑
Reflecteren
↓