

LEERDOELEN

LESSEN

LEERJAAR

VAARDIGHEDEN

LEERJAAR

LESSEN

LEERDOELEN

- Namen van klasgenoten noemen;
- Klasgenoten persoonlijk leren kennen.

Wie zitten er bij jou in de klas?

- Schoolregels benoemen;
- Afspraken maken met de klas.

Welke afspraken maak jij met je klas?

- Met de klas bedenken hoe je er een topjaar van maakt.

Hoe start je het jaar goed als klas?

- Benoemen welke eigenschappen, hobby's en voorwerpen bij jezelf en je klasgenoten horen;
- Goede vragen stellen om iemand nog beter te leren kennen.

Hoe leer je je klasgenoten beter kennen?

- Een situatie omdenken van probleem naar kans.

Wat is omdenken?

- Vertellen waarom en wanneer je voor jezelf opkomt;
- Op een goede manier voor jezelf opkomen.

Hoe kom je voor jezelf op?

- De vier basisemoties en variaties daarop benoemen;
- Benoemen hoe je moet omgaan met je emoties.

Hoe ga je om met emoties?

- Negatieve en positieve gedachten benoemen bij een situatie en uitleggen wat deze gedachten doen met gevoel en gedrag.

Van welke gedachten word jij vrolijk?

- Inschatten wanneer je initiatief moet nemen of juist moet afwachten;
- Initiatief nemen of afwachten tijdens een groepsopdracht.

Hoe neem je het initiatief?

- Je kwaliteiten en valkuilen herkennen;
- Kwaliteiten van anderen herkennen en benutten.

Hoe vertrouw je op jezelf?

- Het verschil tussen plagen en pesten herkennen;
- Klassenafspraken maken om pesten te voorkomen;
- Ingrijpen in peestsituaties.

Is het plagen of pesten?

- Inzicht krijgen in manieren van omgaan met ruzie;
- Je handelswijze bij ruzie inzien.

Hoe ga je om met ruzie?

- Feiten van vooroordelen onderscheiden;
- Vooroordelen tegengaan.

Hoe voorkom je vooroordelen?

- Verschillende rollen bij pesten kennen en herkennen;
- Je eigen rol in peestsituaties herkennen.

Hoe ga je om met pesten?

- Vier manieren noemen om met conflicten om te gaan;
- Conflicten oplossen.

Hoe ga je met conflicten om?

- Uitleggen wat discriminatie is en wat vooroordelen ermee te maken hebben;
- Bedenken hoe discriminatie bestreden kan worden.

Wat kun je doen tegen discriminatie?

1

**Kennismaken**

2

1

Wat is vriendschap?

- Uitleggen wat vriendschap voor je betekent.

Wat zijn jouw normen en waarden?

- Een mening onderbouwen met achterliggende normen en waarden.

Hoe divers is jouw klas?

- Verschillen en overeenkomsten in de klas herkennen en benoemen.

Bekijk jij de situatie hetzelfde als jouw klasgenoten?

- Verwoorden hoe je een situatie bekijkt;
- Inzien dat er verschillende manieren zijn om naar een situatie te kijken;
- Inleven in een ander.

Bij welke groepen hoor jij?

- Aangeven bij welke groepen je hoort, wat je rol in elke groep is en wat de groepen voor je betekenen.

1

**Samen leven**

2

1

**Zelfvertrouwen**

Hoe ga je respectvol met elkaar om?

- Bedenken voor wie je respect hebt;
- Uitleggen wat respect is;
- Respectvol met anderen omgaan.

Hoe leef je in een ander in?

- Je inleven in dat wat iemand anders leuk vindt;
- Argumenten bedenken voor de mening van anderen;
- Bedenken waarom het belangrijk is dat je inleeft in elkaar.

Hoe maak je iemand vrolijk?

- Iemand opvrolijken op een manier die bij hem/haar past;
- Een vrolijke boodschap delen.

Hoe ga je om met groepsdruk?

- Uitleggen wat groepsdruk is;
- Met groepsdruk omgaan.

1

**Communiceren**

2

Hoe breng je een boodschap verbaal over?

- De ruis in een gesprek beperken;
- De boodschap duidelijk overbrengen en die van een ander begrijpen;
- Do's en don'ts in verbale communicatie aangeven.

Hoe breng je een boodschap non-verbaal over?

- Non-verbale communicatie interpreteren;
- Non-verbale communicatie gebruiken/toepassen.

Hoe breng je een boodschap digitaal over?

- Je gebruik van digitale communicatiemiddelen in kaart brengen;
- Digitale communicatiemiddelen effectief gebruiken en rekening houden met de doelgroep.

2

**Conflicten voorkomen en oplossen**

1

Hoe voer je een goed gesprek?

- Luisteren als iemand iets vertelt;
- Een antwoord samenvatten en doorvragen.

Wat zet jij op sociale media?

- Je socialemediagebruik in kaart brengen;
- Je grenzen op sociale media bepalen;
- De gevaren en voordelen van sociale media herkennen.

↑ Reflecteren ↓

↑ Reflecteren ↓

LEERDOELEN

LESSEN

LEERJAAR

VAARDIGHEDEN

LEERJAAR

LESSEN

LEERDOELEN

- Vertellen wat geluk voor jou betekent;
- Vertellen waar je gelukkig van wordt.
- Uitleggen hoe gedachten juist wel of juist niet helpen om gelukkig te zijn;
- Een onhandige gedachte veranderen in een gedachte die helpt.
- Uitleggen wat jij allemaal voor anderen doet;
- Uitleggen wat anderen allemaal voor jou doen;
- Elkaar (nog) gelukkiger maken
- Aangeven hoe socialemediaberichten je beïnvloeden;
- Vertellen hoe je kunt omgaan met sociale media om gelukkiger te zijn.

Waar word jij gelukkig van?

Denk jezelf gelukkig

Hoe maak je een ander gelukkig?

Hoe gebruik je sociale media om gelukkiger te zijn?

3/4

Geluk

3/4

Samen leven

Welke houding vind jij fijn?

Jouw gebruiksaanwijzing

Hoe laat jij zien wat je belangrijk vindt?

Omgaan met andere meningen

- 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 grenzen aangeven;
- Vertellen hoe je wilt dat anderen met jou omgaan.

- Vertellen wat je belangrijk vindt;
- Vertellen waarom je iets belangrijk vindt;
- In je gedrag laten zien wat je belangrijk vindt.

- Omgaan met andere meningen;
- Een oplossing bedenken voor een meningsverschil.

- Vertellen wat je belangrijk vindt in een relatie;
- Vertellen wta je klasgenoten belangrijk vinden in een relatie.

Wat vind je belangrijk in een relatie?

- Vertellen wat je acceptabel vindt en wat niet;
- Reageren op situaties die je wel of niet oké vindt.

Is het oké voor allebei?

- Vertellen wat jouw grenzen zijn bij sexting;
- Tips geven om veilig aan sexting te doen.

Sexting: hoe houd je het leuk?

- 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.

Liefde in alle soorten en maten

3/4

Liefde

3/4

Identiteit

Wie wil je zijn?

Denken in hokjes

Wie ben je online?

De versies van jou

- 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.

- Vertellen in hoeverre jij zelf in hokjes denkt;
- Vertellen wat de gevolgen van hokjesdenken zijn voor jou en anderen;
- Bewust omgaan met hokjes.

- Vertellen wat je online identiteit is;
- Vertellen hoe anderen jou online zien;
- Je eigen online identiteit beschermen.

- Vertellen welke verschillende versies er van jou bestaan;
- Verschillende versie van je klasgenoten herkennen.

↑ Reflecteren ↓

↑ Reflecteren ↓

### EXECUTIEVE FUNCTIES

Executieve functies zijn de functies in je brein die je helpen bij het maken van beslissingen, het beheersen van impulsen en het focussen op wat belangrijk is. Het lesmateriaal van Tumult sluit hier goed bij aan. Hieronder zie je daar een voorbeeld van.

**Lees hoe de anderen jouw situatie hebben omgedacht.** Beantwoord de vragen hieronder en bespreek deze per situatie met je groepje.

Kijk je nu anders tegen jouw situatie aan? Hoe komt dat en wat vind je daarvan?

---



---



---

Kun je nog een manier bedenken om je eigen situatie om te denken, nu je die van anderen hebt gelezen?

**Executieve functie: flexibiliteit**  
De leerling leert situaties anders te bekijken.

**Gebruik alles wat je hebt geleerd in een gesprek.** Dat gaat zo:

- Maak tweetallen. Kies iemand waarmee je niet hebt samengewerkt in opdracht 2.
- Voer een gesprek over de leukste opdracht die je dit jaar op school hebt gedaan.
- Gebruik de techniek van **luisteren - samenvatten - doorvragen**.

**21<sup>e</sup> eeuwse vaardigheid: communiceren**

De leerlingen leren gesprekstechnieken om elkaar goed te begrijpen.

### 21<sup>e</sup> EEUWSE VAARDIGHEDEN

21<sup>e</sup> eeuwse vaardigheden zijn competenties die leerlingen nodig hebben om succesvol mee te doen in de snel veranderende samenleving. Het lesmateriaal van Tumult sluit hier goed bij aan. Hiernaast zie je daar een voorbeeld van.

### KERNDOELEN

Kerndoelen geven aan wat leerlingen per vak of leergebied moeten weten of kunnen. Het lesmateriaal van Tumult sluit hier goed bij aan. Hieronder zie je daar een voorbeeld van.

**Kerdoel: 43**  
De leerling leert over de normen en waarden van anderen ten opzichte van zijn eigen mening.

#### Ronde 2:

- Bekijk de normen en waarden die de anderen bij jouw mening hebben opgeschreven. Reageer hier op een grappige manier op.
- Schuif de werkboeken weer door en reageer op wat je voorgangers hebben geschreven. Ga zo door totdat je jouw eigen werkboek weer hebt.

#### Voorbeeld ronde 2:

Red de bosjes!  
Hergebruik je eigen kauwgom!  
Uit met die lampen, leef met kaarsen ...