

# Vang de vriendelijkheid

Deze tweede les in de module Moed concentreert zich op de moed om aardig te zijn voor anderen door een leuk spel te spelen dat anderen overspoelt met vriendelijkheid. Leerlingen gooien een strandbal naar anderen, waarbij ze vriendelijke woorden en acties benadrukken die ze hebben gedaan, afhankelijk van wat de bal hen opdraagt te doen.

## Vriendelijkheidsconcept(en)

Moed, vriendelijkheid

## Tijdschema van de les

45 minuten

## Benodigde materialen

- ☐ Opblaasbare strandbal
- ☐ scherp te

Schrijf de volgende zinnen/afbeeldingen herhaaldelijk op verschillende delen van de strandbal (elk deel zou één zin moeten hebben). Je zult de zinnen op meerdere secties moeten herhalen, afhankelijk van de grootte van de bal.

*Ik vind je leuk omdat...*

*Een leuke tijd die we samen hadden was...*

*Ik zag dat je aardig was toen je...*

## Normen kaart

Deze les sluit aan bij CASEL-competenties, National Health Education Standards en Common Core State Standards. Raadpleeg de [Normen kaart](#) voor meer informatie.



AANGEWZEN DOOR CASEL  
ALS EEN AANBEVOLEN PROGRAMMA  
VOOR SOCIAAL EN EMOTIONEEL LEREN.  
Zie laatste pagina voor details.

## Lesdoel

Studenten zullen:

- Markeer vriendelijke woorden en acties die anderen hebben gebruikt door middel van een kinesthetische activiteit.
- Leg uit dat er moed voor nodig is om aardig te zijn voor anderen.

## Leraarverbinding / zelfzorg

Heb je ooit de uitdrukking "pay it forward" gehoord? Het verwijst naar een persoon die een onbekende goede daad verricht voor een vreemde, in de veronderstelling dat de ontvanger het op zijn beurt zal "betalen" door een goede daad te doen voor iemand anders. Misschien heeft de persoon voor je je koffiebestelling al betaald of lag er een positief briefje op je bureau. Dit zijn beide geweldige voorbeelden van dit eenvoudige maar krachtige concept. Zoek deze week naar manieren om vriendelijk te reageren door drie verschillende manieren te identificeren om het op de een of andere manier aan collega's te betalen. Besteed wat tijd aan het bedenken van kleine verrassingen voor de mensen om je heen. Voeg een klein briefje toe met de goede daad die anderen aanmoedigt om de keten gaande te houden door ook een beetje vriendelijkheid aan een ander door te geven.

## Tips voor diverse leerlingen

- Blaas de bal te weinig op om leerlingen met grote motorische problemen te helpen aan het spel deel te nemen.
- Laat een buurman het gezegde op de bal lezen als de speler nog niet kan lezen.
- Teken afbeeldingen naast de zinnen op de bal om het begrip te vergroten.

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®





## Deel

5 minuten

Speel "Dit of Dat":

Zet iedereen in het midden van de kamer op een rij. Leg uit dat de rechterkant van de kamer DIT is en de linkerkant van de kamer DAT. Na elk paar moeten de leerlingen kiezen tussen DIT of DAT. Zorg ervoor dat u naar de corresponderende kant wijst bij het lezen van elk paar. De leerlingen moeten hun ogen sluiten, een keuze maken en er dan naartoe lopen. Laat de leerlingen terugkeren naar het midden en nog een paar lezen.

Heb je liever:

- Spaghetti OF Taco's
- De speeltuin OF het park
- Honden OF Katten
- Bakken OF Tekenen
- Wiskunde OF Lezen

Er is moed voor nodig om onze voorkeuren te uiten. Als we dat doen, leren we dat anderen om ons heen ook onze voorkeuren delen!



## Inspireren

### De moed om aardig te zijn voor anderen

5 minuten

Bekijk de uitleg over vriendelijkheid voor anderen die u in de vorige les hebt geïntroduceerd:

*Vriendelijkheid voor anderen: Soms kan het heel moeilijk zijn om anderen vriendelijk te behandelen. Je kunt dapper zijn en moed gebruiken om je woorden en daden in elke situatie op vriendelijkheid te richten. Zelfs als anderen gemeen zijn, kun je ervoor kiezen om moed te tonen door vriendelijkheid. Het zal je misschien verbazen hoe snel anderen veranderen als je ze met vriendelijkheid overlaadt!*

## Vriendelijkheid grafiek

5 minuten

Leg uit dat het niet altijd gemakkelijk is om moed te gebruiken om aardig te zijn voor anderen.

*Soms bevinden we ons in situaties waarin we geen zin hebben om aardig te zijn. Misschien doet iemand gemeen tegen ons of sluit ons uit. Misschien heeft een leraar of ouder ons gevraagd om iets te doen wat we niet echt leuk vinden om te doen. Laten we een lijst maken van manieren waarop we onze moed kunnen gebruiken om vriendelijk te reageren, zelfs als we daar niet per se zin in hebben. Als je met vriendelijkheid naar buiten stapt, verandert je hele houding!*

Maak een T-kaart en label aan de ene kant KIDS en aan de andere kant VOLWASSENEN. Brainstorm als klas over manieren om vriendelijkheid te tonen aan anderen, vooral met andere kinderen en dan weer met volwassenen. Voorbeelden: gebruik vriendelijke woorden wanneer je iemand vertelt dat je niet wilt spelen, een karwei met een blij hart afrondt, enz.



## Machtigen

15 minuten

Om te oefenen met het gebruik van moed door vriendelijkheid, speelt de klas een spel genaamd "Vang de vriendelijkheid". Laat de klas de strandbal zien die je hebt gemaakt. Leg uit dat op elk deel van de strandbal een eenvoudige zin of afbeelding staat. Lees elke zin hardop:

- Ik vind je leuk omdat... (foto van een smiley)
- Een leuke tijd die we samen hadden was... (foto van twee kinderen die elkaars hand vasthouden)
- Ik zag je aardig zijn toen je... (foto van een oog)

Beginnend met de leraar gooit iedereen de bal naar een andere leerling in de klas. Als je de bal vangt, is het gedeelte dat je duim aanraakt het gedeelte dat je moet beantwoorden over de persoon die je de bal heeft gegooid.

Voorbeeld: "Jasmine, een leuke tijd die we samen hadden was toen we in de zandbak speelden!". Demonstreer hoe je moet spelen door een vrijwilliger de bal naar de leraar te laten gooien.

De persoon kiest dan een andere leerling en gooit de bal naar hem toe. Herhaal het spel totdat elke leerling aan de beurt is geweest om de bal te vangen en iets aardigs aan de werper te benadrukken.



## Reflecteer

5-7 minuten

Neem aan het einde van het spel even de tijd om klassikaal na te denken over de activiteit:

- Hoe voelde het om vriendelijke woorden te ontvangen van iemand anders in de klas?
- Hoe voelde het om hun vriendelijke woorden hardop te laten uitspreken voor de hele klas?

Hoewel het belangrijk is om moed te hebben door moed en onbevreesdheid, is vriendelijkheid het ultieme voorbeeld van moed. Als je in staat bent om vriendelijkheid te tonen aan anderen, ongeacht hoe ze je behandelen of hoe goed je ze ook kent, wordt de wereld langzaam een vriendelijkere plek om te zijn. Laten we vriendelijkheid verspreiden naar anderen, waar we ook gaan!



## Uitbreidingsideeën

- Overweeg om voor elke leerling een zeszijdige papieren kubus te maken en dezelfde zinnen op elk van de zes zijden te schrijven. Stuur het naar huis voor langdurig spelen met dierbaren!



AANGEWZEN DOOR  
CASL  
ALS EEN AANBEVOLEN  
PROGRAMMA VOOR  
SOCIAAL EN EMOTIEEL  
LEREN.

De Collaborative voor academisch, sociaal en emotioneel leren (KASL) beoordeelt sinds 2003 evidence-based SEL-programma's. Vriendelijkheid in de klas<sup>®</sup> voldoet aan CASL's SELECT-programma en is opgenomen in de CASL Gids voor effectieve sociale en emotionele leerprogramma's.

Vriendelijkheid in de klas<sup>®</sup> voldeed of overtrof alle criteria van CASL voor hoogwaardige SEL-programmering. Kindness in the Classroom<sup>®</sup> ontving CASL's hoogste onderscheiding voor hoogwaardige SEL-programmering.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION<sup>®</sup>