



VOORBEREIDINGSTIJD

10 minuten

LESTIJD

30 minuten



vak HET KLEURENMONSTER

PRAAT OVER JE EMOTIES

GROEP 4-8

LESDOEL

- De leerlingen weten aan het eind van de les wat de emoties liefde, geluk, boosheid, angst, verdriet en kalmte betekenen en kunnen hierover in gesprek gaan met klasgenoten.
- De leerlingen kunnen aan de hand van een aantal dobbelstenen (Rory's Story Cubes) een verhaal schrijven (schriftelijke taalvaardigheid).

Kerdoel 2: De leerlingen leren zich naar vorm en inhoud uit te drukken bij het geven en vragen van informatie, het uitbrengen van verslag, het geven van uitleg, het instrueren en bij het discussiëren.

Kerdoel 34: De leerlingen leren zorg te dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen.

INHOUD

Voorbereiding

Print per leerling het werkblad Kleurenmonster. Print de vragenkaartjes en stop ze in een pot. De leerlingen zitten in de kring.

Inleiding

Vertel de leerlingen dat het kleurenmonster vanmorgen verward wakker werd. Hij weet niet waarom, maar zijn emoties zijn in de war. Hij moet ze sorteren en een eigen plekje geven. Kunnen wij hem helpen? Daarvoor moeten we denken aan dingen die ons blij, verdrietig, kalm, boos of bang maken en hierover praten. Met onze hulp kan het Kleurenmonster vast weer goed slapen!



BENODIGDE MATERIALEN

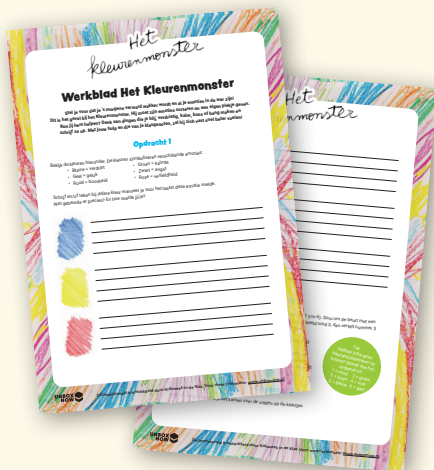
- Per leerling het werkblad Het Kleurenmonster.
- Vragenkaartjes.



HET KLEURENMONSTER

Aan de slag

Geef de leerlingen het werkblad Kleurenmonster. Op dit werkblad zien ze zes kleuren met daarbij een leeg tekstvak. De kleuren symboliseren verschillende emoties (liefde, geluk, boosheid, angst, verdriet, kalmte). Iedere leerling schrijft bij iedere kleur wanneer hij/zij voor het laatst deze emotie voelde.



Variatietip! Groepje: Geef ieder groepje een aantal kaartjes die ze gesloten op tafel leggen. Om de beurt mag een kind een kaartje pakken en zijn reactie geven.

Ga met de leerlingen in de kring zitten. Schud de pot met kaartjes en trek een kaartje uit de pot. De vraag op het kaartje heeft te maken met de verschillende emoties (liefde, geluk, angst, boosheid, verdriet, kalmte). Lees de vraag voor en geef vervolgens jouw reactie / antwoord op de vraag. Vraag vervolgens naar de reactie van een aantal leerlingen op deze vraag.



Variatietip! Bewegend leren: Ga samen naar het schoolplein en spreek zes kleurvakken af (blauw = verdriet, groen = kalmte, rood = boosheid, zwart = angst, geel = geluk en roze = verliefdheid). Doe dit bijvoorbeeld door gekleurde A4tjes op verschillende plekken op het schoolplein op te hangen. Schets een situatie, zoals: 'De brug staat open en je hebt haast. Welke emotie voel jij dan het meest?' Vraag de leerlingen om naar dat kleurvak te lopen.

Reflectie

- Hoe makkelijk vind jij het om over je emoties te praten op een schaal van 1 – 10?
- Eens of oneens? Ik zou het spel Kleurenmonster wel vaker willen spelen!
- Eens of oneens? Ik praat thuis regelmatig over mijn emoties!

Werkbladen

- Werkblad Het Kleurenmonster
- Printfile Het Kleurenmonster

Het kleurenmonster

Werkblad Het Kleurenmonster

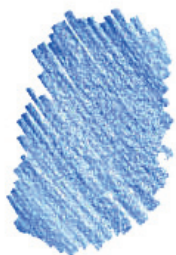
Stel je voor dat je 's morgens verward wakker wordt en al je emoties in de war zijn!
Dit is het geval bij het Kleurenmonster. Hij moet zijn emoties sorteren en een eigen plekje geven.
Kun jij hem helpen? Denk aan dingen die je blij, verdrietig, kalm, boos of bang maken en
schrijf ze op. Met jouw hulp en die van je klasgenoten, zal hij zich vast snel beter voelen!

Opdracht 1

Bekijk de kleuren hieronder. De kleuren symboliseren verschillende emoties:

- Blauw = verdriet
- Geel = geluk
- Rood = boosheid
- Groen = kalmte
- Zwart = angst
- Roze = verliefdheid

Schrijf en/of teken bij iedere kleur wanneer je voor het laatst deze emotie voelde.
Wat gebeurde er precies? En hoe voelde jij je?







Het kleurenmonster







Opdracht 2

Vorm groepjes van zes en geef iedere leerling een nummer (nr. 1 t/m 6). Gooi om de beurt met een kleurendobbelsteen en een gewone dobbelsteen. Gooi je bijvoorbeeld rood 3, dan vertelt nummer 3 wat hij of zij heeft opgeschreven of getekend bij het rode vakje.

Gooi je twee keer een drie? Dan vertelt nummer 3 over wat hij of zij heeft opgeschreven of getekend bij het grijze vak.

Gooi je een 2 en een 4? Dan kiest de leerling die gegooid heeft wat er gebeurt: Nummer 2 vertelt over wat hij of zij heeft opgeschreven of getekend bij het roze vak, óf nummer vier vertelt wat hij of zij heeft opgeschreven bij het groene vak.

Tip!
Hebben jullie geen
kleurendobbelsteen op
school? Spreek dan het
volgende af:

1 = rood	2 = groen
3 = zwart	4 = roze
5 = blauw	6 = geel

Opdracht 3

Ga in de kring zitten en praat samen over de vragen op de kaartjes.

Print deze pagina's en knip
de kaartjes vervolgens uit!

Het kleurenmonster



Welke emotie vind jij het best
passen bij de volgende situatie?

Je bent aan het gamen en je
ouders zeggen dat je moet
stoppen, omdat het eten klaar is.

Wanneer was je voor
het laatst boos?

Op wie was je
toen boos
en waarom?



Wanneer was je
voor het laatst blij?

Wat kun je erover vertellen?

Wanneer was je
voor het laatst bang?

Waarvoor was je bang?

Wanneer was je
voor het laatst verdrietig?
Wat gebeurde er?



Wanneer was je
voor het laatst kalm?

Wat kun je erover vertellen?

Welke gedachten komen er
bij je op als je denkt aan geluk?



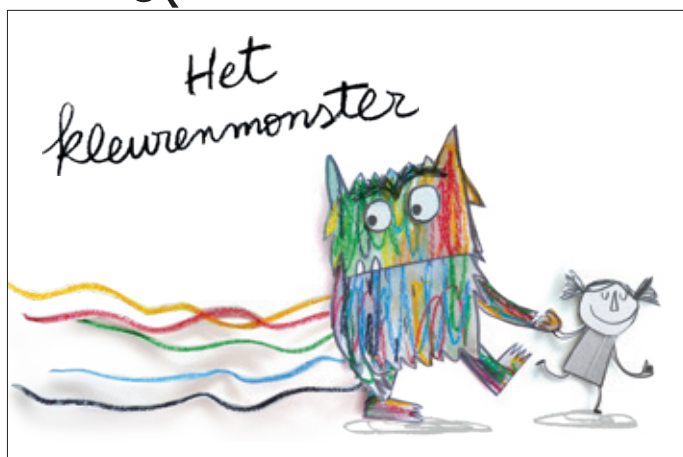
Welke gedachten komen er
bij je op als je denkt
aan blijheid?



Print deze pagina's en knip
de kaartjes vervolgens uit!



Het kleurenmonster



Het kleurenmonster



Welke gedachten komen er
bij je op als je denkt
aan boosheid?



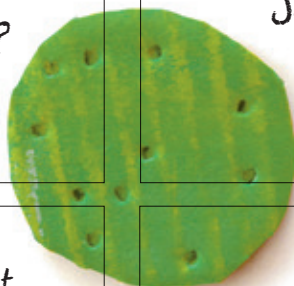
Welke gedachten komen
er bij je op als
je denkt aan verdriet?



Welke gedachten
komen er bij je
op als je denkt
aan kalmte?

Welke emotie vind jij het best
passen bij de volgende situatie?

Je wint een belangrijke
sportwedstrijd.

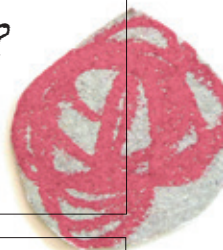


Je hebt afgesproken om met
een klasgenoot te spelen en op
de dag zelf zegt hij of zij af.

Heb jij één van je ouders
weleens verdrietig gezien?

Welke emotie vind je hierbij
passen? Hoe reageer je?

Waaraan merkte je dat?
Wat was er gebeurd?

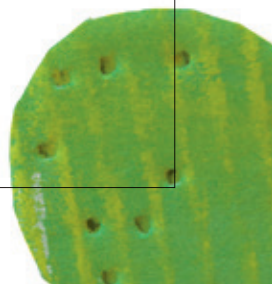
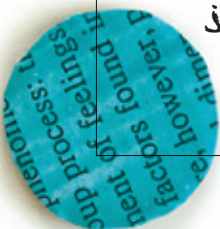


Heb jij één van je ouders
weleens boos gezien?

Waaraan merkte
je dat? Wat was
er gebeurd?



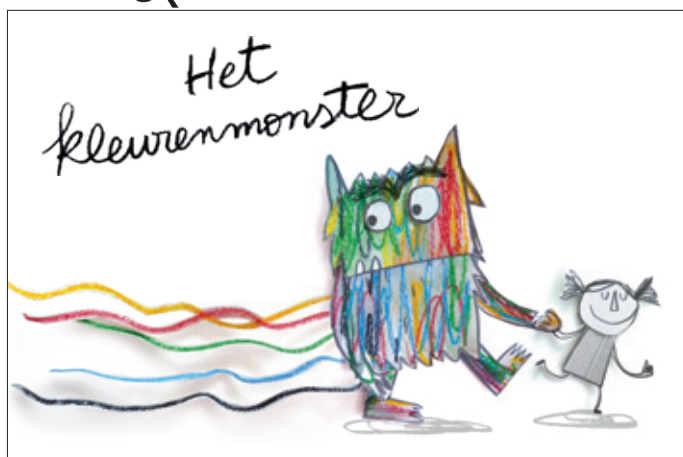
Eens of oneens?
Ik vind mezelf meestal kalm.



Print deze pagina's en knip
de kaartjes vervolgens uit!

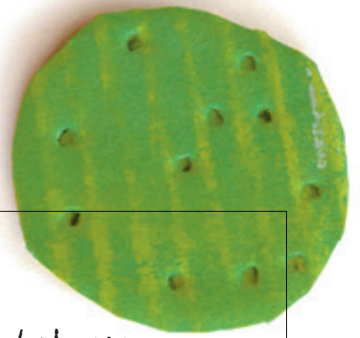


Het kleurenmonster



Print deze pagina's en knip
de kaartjes vervolgens uit!

Het kleurenmonster



Waar baal je van, maar
spreek je (meestal) niet uit?

Welke emoties heb jij
vandaag ervaren?

In welke situatie?

Heb je vandaag al aan iemand
verteld hoe jij je voelt?

Wat kun je erover vertellen?

Als je boos bent, voel je dat
dan in je lichaam? Waar dan?

En als je blij bent? Of kalm?
Of gelukkig? En verdrietig?



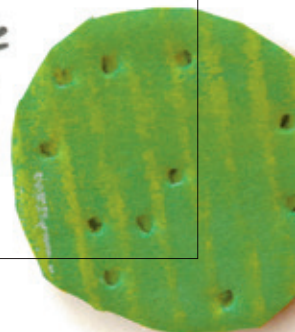
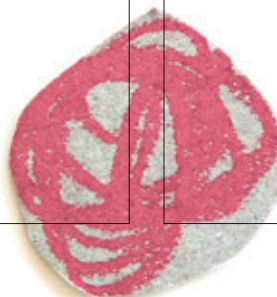
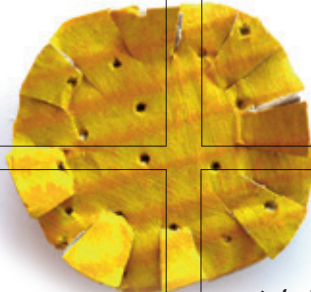
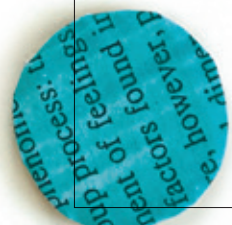
Wat helpt jou
om rustig
te worden?

Eens of oneens:
hullen kun je beter niet doen!

Wanneer heb je voor
het laatst gehuild?

Waarom was dat?

Welke emoties heb je het liefst?



Print deze pagina's en knip
de kaartjes vervolgens uit!



Het kleurenmonster

