

Les 1

Wie ben ik?



Omvat de volgende SEL-categorieën: **SelfA SocA SelfM ReIM**  Geraamde tijd: **60-90 minuten**

Lesopbouw

Inleiding, Vragenlijst, Groepsgesprek, Groepsactiviteit, Feedback

Leerdoelen

Centrale vraag: Welke emoties kunnen we ervaren en hoe maken die ons tot de persoon die we zijn?

De leerlingen leren:

- ▶ De grondgedachten van het programma
- ▶ Welke emoties we hebben en hoe die ons maken tot de persoon die we zijn
- ▶ Hoe onze emoties beïnvloeden wie we zijn en hoe anderen ons zien

Materiaal en voorbereiding

Dit heeft de leerkracht nodig:

- ▶ Toegang tot Vragenlijst Emotionele Intelligentie
- ▶ Leerovereenkomst L1R1
- ▶ Werkblad L1R2
- ▶ Werkblad L1R3 - een kopie van slide 6 van de presentatie
- ▶ Grote vellen papier om aantekeningen te maken van het groepsgesprek
- ▶ Een ruimte die geschikt is voor groepswork
- ▶ Toegang tot een „Stemmings“-app en de mogelijkheid om die te delen (op een Smartboard of een scherm)

Inleiding (10 minuten)

Leg kort uit waarover het programma gaat en wat de doelstellingen zijn. Deel de leerovereenkomst (L1R1) met de groep en zorg dat iedereen ze begrijpt en belooft om ze na te leven. (Volg de link voor meer ondersteuning bij het maken van leerovereenkomsten.)

Leg de basisregels voor actieve deelname uit.

Geef voorbeelden van vertrouwelijkheidsscenario's.

Zorg dat leerlingen weten hoe ze hulp of steun kunnen zoeken als ze die nodig hebben.

Vraag

Wat zijn gevoelens of emoties?

Is het belangrijk dat we onze eigen gevoelens en die van anderen begrijpen? Waarom?

Activiteit 1 (20 minuten) Vragenlijst (Optioneel)

- ▶ Stel de vragenlijst voor (indien mogelijk via een Smartboard/Scherm)
- ▶ Leg duidelijk aan de leerlingen uit dat de vragenlijst anoniem is en dat de leerkracht individuele antwoorden niet zal kunnen zien
- ▶ Toon hoe de vragen moeten worden beantwoord. Leg uit dat het niet de bedoeling is om een 5 te scoren, maar dat je gewoon eerlijk moet zijn
- ▶ Vraag of iedereen de vragen begrijpt en help leerlingen waar nodig bij het lezen van de vragen
- ▶ Leg de leerlingen uit hoe de vragenlijst zal worden 'geëvalueerd'. Raadpleeg hiervoor het hoofdstuk evaluatie in de nationale implementatie-toolkit
- ▶ Vraag de leerlingen om de vragenlijst in te vullen

Activiteit 1 A (20/30 minuten)

Bespreek de vragenlijst

- ▶ Verdeel de leerlingen in groepjes van twee
- ▶ Geef elk groepje een exemplaar van de vragenlijst
- ▶ Laat hen de vragenlijst lezen en bespreken
- ▶ Vraag hen om na te denken over een antwoord op alle vragen
- ▶ Vraag de leerlingen feedback bij de vragenlijst

Als u niet elke leerling een vragenlijst geeft, werk dan met Activiteit 1 A die hieronder wordt beschreven.

Activiteit 2 (20 minuten)

Groepswerk

Leg het concept sociale en emotionele geletterdheid (Social & Emotional Literacy of SEL) uit:

- ▶ Leg de leerlingen de 4 SEL-domeinen uit: Zelfbewustzijn, Sociaal Bewustzijn, Zelfcontrole en Relatiebeheer
- ▶ Verdeel de klas in groepen van 4. Elke groep krijgt grote vellen papier en een selectie van 10 vragen uit vragenlijst L1R2 en werkblad L1R3. De groep moet beslissen tot welk domein elke vraag behoort
- ▶ Vraag één lid van elke groep om feedback te geven

Besluit (5 minuten)

Bekijk kort opnieuw de leerstof

Wat heb je vandaag geleerd?
Vond je het een leuke les?
Waarom is Emotionele Intelligentie belangrijk?
Hoe vaak denk je na over je gevoelens?



Het vervolg

Wat is de volgende stap? Leg uit dat persoonlijke emoties ons welzijn beïnvloeden
Stel de volgende les voor - Onze emoties begrijpen

Huistaak

Toon de leerlingen het aanbod "Stemmings"-apps dat voor mobiele toestellen verkrijgbaar is. Vraag hen om tegen de volgende les een van die apps uit te testen. Let op: sommige van deze apps zijn niet gratis.

Aanvullende Activiteiten

TECHNOLOGIE Gebruik video uit apps of op mobiele toestellen om de feedback uit de klas op te nemen. Maak uit clips van 5-10 seconden soundbites die de belangrijkste ideeën goed uitdrukken, en publiceer die. Vertaal de belangrijkste ideeën in stellingen van 140 karakters en verspreid die bij een ruimer publiek via apps zoals [Twitter](#).

MEDIA Stel de leerovereenkomst voor in een vorm die gedurende het hele project kan worden gebruikt via mediaposters, afbeeldingen, presentatie-apps, enz. (bijv. [Videoscribe](#), [PowToon](#), [HaikuDeck](#)).

Links

Leerovereenkomsten Een heel nuttige bron van het National Children's Bureau. Goede ideeën om klassen te stimuleren.
http://www.ncb.org.uk/media/444059/posa_final.pdf

Apps:
Zie tabel in de nationale gebruikstoolkit
ENABLE: <http://enable.eun.org/>