



## Zien! en PAD

Programma alternatieve denkstrategieën of Proberen Anders Denken





## Inhoudsopgave

Typering van de methode PAD.....	3
Groep 1-2.....	15
Groep 3.....	26
Groep 4.....	36
Groep 5.....	45
Groep 6.....	55
Groep 7.....	65
Groep 8.....	75



## Typering van de methode PAD

PAD heeft tot doel de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen in de basisschoolleeftijd te stimuleren. Door een langdurig, systematisch en hiërarchisch opgebouwd leerplan leren kinderen zelfcontrole toepassen, gevoelens verwoorden en zelfstandig problemen oplossen.

Alle relaties tussen mensen hebben één ding gemeen: een mens heeft te allen tijde de ander nodig voor ondersteuning. Ook om zich te kunnen ontwikkelen, is een kind afhankelijk van de contacten met andere mensen. De relaties die het kind aangaat, de kwaliteit daarvan, de mate waarin het kind ze als prettig ervaart en de gedachten en gevoelens die ze oproepen, noemt men het domein van de sociaal-emotionele ontwikkeling.

Sociaal gedrag en de gevoelens die daarbij een rol spelen, hangen nauw met elkaar samen. Emoties liggen aan de basis van gedrag. Sociale relaties roepen gevoelens en gedachten op en deze gevoelens en gedachten bepalen voor een groot deel hoe een kind op anderen reageert. En die ander reageert, op grond van eigen gevoelens, weer op het kind: het is actie- reactie.

De onbekende en moeilijke situaties die een kind tegenkomt op zijn weg naar volwassenheid noemen we ontwikkelingstaken. Ook de sociaal-emotionele ontwikkeling bestaat uit een reeks van ontwikkeltaken. Als een kind deze adequaat leert uitoefenen, ontwikkelt het zelfvertrouwen. Dit zelfvertrouwen is noodzakelijk om goed om te kunnen gaan met allerlei situaties, nu en in de toekomst.



Naast zelfvertrouwen is zelfwaardering een belangrijk aspect in de sociaal-emotionele ontwikkeling. Wanneer een kind tevreden is over zijn eigen prestaties en anderen ook blij geven van hun waardering, ontstaat er zelfwaardering. Zelfvertrouwen en zelfwaardering bepalen het zelfbeeld van een kind. De ontwikkeling van het zelfbeeld is zeer belangrijk voor de wijze waarop de sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind verloopt. (Van Lier, Hoeben en Van Lieshout, Sociaal-emotionele ontwikkeling en de vertrouwensrelatie, 1993).

ZIEN! baseert zich op dezelfde visie, namelijk dat een adequate ondersteunende interactie tussen leerkracht en kind een belangrijke rol speelt bij het helpen oplossen van de ontwikkelingsopgaven waarvoor het kind gesteld wordt op weg naar een harmonisch sociaal- emotionele ontwikkeling. (Jeninga, Van Lieshout, 2008, 1993)

ZIEN! steekt in op de ontwikkelingsopgave omgaan met leeftijdgenoten. Hierin zijn vijf belangrijke deeltaken te onderscheiden:

- Sluiten van vriendschap
- Oplossen van ruzies en conflicten
- Een ander helpen
- Kunnen samenwerken
- Aansluiting zoeken bij een groep.

PAD maakt een andere indeling. Omgaan met sociale ontwikkelingstaken wordt sociale competentie genoemd. De competentie komt op vier terreinen tot uitdrukking:

- Denken (sociale cognitie)
- Doen (sociale vaardigheden)
- Voelen (emotionele vaardigheden)
- Willen (waardeoriëntatie)



De PAD-lessen leren de kinderen expliciet om hun eigen gevoelens te herkennen en hiermee om te gaan. Deze individuele gerichte ontplooiing komt in het PAD- leerplan steeds tot stand in relatie met de ander. Inzicht in de eigen gevoelens is een voorwaarde om de gevoelens van anderen te kunnen inschatten. En zaken vanuit het perspectief van de ander te kunnen zien.

ZIEN! brengt in kaart in welke mate een kind sociale vaardigheden laat zien. Kennis van emoties en het herkennen van emoties wordt uitgewerkt in de handelingssuggesties, mocht de leerkracht concluderen dat een kind een zorgbehoefte hebben op het gebied van een bepaalde vaardigheid. In de middenbouw besteedt PAD veel aandacht aan het kennen en herkennen van emoties, zowel bij het kind zelf als bij de ander.

Het leerplan PAD richt zich op de volgende vaardigheden:

- **Zich inleven in de ander; proberen na te denken over wat de ander zou kunnen denken, voelen, willen (empathie).** ZIEN! noemt dit ook inlevingsvermogen of empathie. Wel geldt dat in de vragenlijst alleen observeerbaar gedrag in kaart kan worden gebracht: de gevolgen van het denken, voelen en willen.
- **Je gedrag onder controle houden; niet als doel op zich, maar om behalve jezelf ook de ander te sparen.**

In ZIEN! wordt dit ego-controle genoemd. Het kind kan impulsen en gevoelens aan bod laten komen, actie te ondernemen in een sociale situatie (sociaal initiatief). Daarnaast is het kind in staat om impulsen en gevoelens te onderdrukken (impulsbeheersing). Het kind kan ruimte voor zichzelf nemen, maar is ook in staat om ruimte te geven aan de ander.



- Zelfstandig en op een effectieve manier problemen in de sociale omgang oplossen, rekening houdend met de ander.

In ZIEN! wordt dit egoveerkracht genoemd. Een kind met relatief veel egoveerkracht is over het algemeen bereid om problemen zelfstandig op te lossen (sociale autonomie), maar weet waar nodig op adequate wijze een beroep te doen op de steun van anderen (sociale flexibiliteit).

### Overeenkomsten en verschillen

Tussen PAD en ZIEN! zijn de volgende overeenkomsten te zien:

- Beiden geven aan dat leerlingen zich ontwikkelen op sociaal-emotioneel gebied aan de hand van ontwikkelingsopgaven (zoals bijvoorbeeld het sluiten van vriendschap, het oplossen van conflicten en ruzies, een ander helpen, kunnen samenwerken en aansluiting zoeken bij een groep).
- Beiden gaan voor leerkrachtgedrag als belangrijk aandachtspunt voor gedragsverandering. Het verhogen van sensitiviteit en responsiviteit van de leerkracht. De ondersteunende en sturende rol van de leerkracht.
- Beiden benadrukken het opbouwen van een veilige gehechtheidsrelatie.
- Beiden geven aan dat er sprake is van deelvaardigheden; het aanleren van sociale vaardigheden is van belang, competentievergroting is het uitbreiden van het vaardigheidsrepertoire van de leerling.
- Ondersteunende interventies bij beiden: affectief, informatief en gedragsregulerend.
- Zowel PAD als ZIEN! werken zowel preventief als curatief. Het preventieve zit hem in leerkrachtgedrag, het curatieve in oplossen indien er aanleiding toe is.
- Zowel PAD als ZIEN! gaan uit van de mogelijkheden en behoeften van de leerlingen.



Er zijn ook verschillen tussen PAD en ZIEN!. De verschillen zijn in het schema beschreven:

**PAD**

**ZIEN**

<p>Leertheorie (Het aanleren van denkoefeningen en aanleren van gedragalternatieven is de kracht, het hanteren van conflicten en oplopende en moeilijk controleerbare emoties)</p> <p>PAD hecht veel waarde aan de interacties.</p>	<p>Interactionele benadering (behandeling vindt plaats in de interactie)</p> <p>Binnen de interactionele benadering is er ruimte voor het aanleren van nieuw gedrag.</p>
<p>Klassikaal leerplan, op <b>systematisch en planmatige wijze</b> werken aan bevordering van sociaal-emotionele ontwikkeling</p>	<p>Op systematische wijze het sociaal-emotioneel functioneren volgen en indien nodig planmatig werken aan verbetering.</p>
<p><b>Rode lijn door hele school, lessen liggen vast</b></p>	<p>ZIEN is een meetinstrument en kiest ervoor te werken aan aspecten van het sociaal-emotioneel functioneren ontwikkeling indien er sprake is van een <b>zorg-/onderwijsbehoefte</b>.</p> <p>Leerkrachten krijgen adviezen, maar maken zelf een keus voor de manier van begeleiden en stimuleren. (bij voorkeur in de groep, maar het kan ook individueel)</p>



Versterking van <b>zelfcontrole</b> (aanbieden van gedragalternatieven) is een hoofdthema, komt structureel aan bod; er wordt gebruik gemaakt van de STOP-DENK-DOE-structuur.	Werken aan <b>impulsbeheersing</b> (op het moment dat het zich aandient)	
<b>Emoties</b> is een hoofdthema (begrip voor, herkennen van, waardering van en regulatie van emoties)	Betrokkenheid op activiteiten laat <b>emotioneel welzijn</b> zien; dan is er ontwikkeling mogelijk (sensitiviteit en responsiviteit van de leerkracht is een voorwaarde; adviezen worden gegeven als geobserveerd wordt dat dit er benedengemiddeld sprake is van betrokkenheid en emotioneel welzijn bij een leerling). Ook bij de dimensies <b>sociale flexibiliteit, sociale autonomie en inlevingsvermogen</b> worden er handelingsuggesties gegeven.	
<b>Vergroten van de eigenwaarde</b> (werken aan een positief zelfbeeld)	Het stimuleren van <b>sociale autonomie</b> (Beschikken over 'eigenheid'; indien dit slechts in beperkte mate aanwezig is, volgt een handelingsadvies)	





<p><b>Probleemoplossen</b> (met behulp van stoplichtmodel deelvaardigheden aanleren; stoppen, rustig nadenken, wat kan je gaan doen, plan uitproberen)</p>	<p>In de interactionele benadering wordt gewerkt met een affectieve, informatieve en gedragsregulerende componenten. Hierbij is sprake van het accepteren van gevoelens bij kinderen, zodat inzicht ontstaat. Behandeling in de interactie. Deze theorie is gebruikt bij het samenstellen van de handelingsadviezen.</p>	
<p><b>Aanleren van sociale vaardigheden en cognities</b></p>	<p><b>Aanleren van sociale vaardigheden en cognities</b> (dimensies sociaal initiatief, sociale flexibiliteit, sociale autonomie, impulsbeheersing en inlevingsvermogen); Handelingssuggesties voor het versterken van deze vaardigheden worden aangeboden na het invullen van de vragenlijst en een lage score op deze gebieden.</p>	
<p><b>Aansturen op het zelfoplossend vermogen</b> (eigen verantwoordelijkheid van de leerlingen)</p>	<p><b>Ontwikkelen van eigenheid</b> in contact met een ander, een eigen mening hebben in dat contact en bij jezelf blijven.</p>	
<p>PAD richt zich op het principe dat het <b>manipuleren van omgevingscondities</b> de</p>		



basis is, als ook de STOP-DENK-DOE-structuur.	
---	--

#### Twee hoofdoelen:

- Het bevorderen van de zelfkennis en de sociale vaardigheid van de leerlingen: leerlingen krijgen inzicht in de manier waarop hun emoties invloed hebben op hun eigen functioneren. Daardoor worden ze vaardiger in het omgaan met anderen.
- Het bevorderen van onderwijskundige en opvoedkundige processen in de groep.

AD 1: Bij (jonge) kinderen wordt benadrukt dat het goed is om emoties te voelen, maar dat het niet altijd goed is om te doen wat je voelt. De gevoelens worden bij jonge kinderen zoveel mogelijk gevisualiseerd. In de PAD-lessen wordt gedrag benoemd als goed of verkeerd. Zo wordt duidelijk dat positief of negatief gedrag een keuze is die leerlingen zelf maken en waar ze zelf invloed op hebben.

AD 2: De methode probleemoplossen, die vanaf de middenbouw wordt aangeboden, is ook toepasbaar bij de schoolvakken. De stappen kunnen de kinderen helpen om hun schoolwerk op de juiste manier aan te pakken, zodat de resultaten van het schoolwerk verbeteren. Hierdoor wordt de betrokkenheid en het welbevinden van het kind verbeterd.

#### Vier centrale thema's – gerelateerde ZIEN!-begrippen (alleen de vaardigheden worden uitgewerkt)

- **Zelfbeeld**; hoe waardeer ik mijzelf en hoe gedraag ik mij tegenover mijn leeftijdgenoten (IL; kinderen zeggen aardige dingen tegen elkaar, SI; luisteren als iemand wat vertelt)



PAD-kind van de dag

Kiezen van het PAD-kind van de dag

Versterken zelfbeeld, complimenten geven en ontvangen

Complimenten geven aan het PAD-kind van de dag

- **Zelfcontrole**; hoe stem ik mijn gedrag op mijn gevoelens af  
Schildpadmethode in de lagere groepen en stoplichtmethode in de hogere groepen. De manier van stop tegen jezelf zeggen wordt vanaf het begin aan aangeleerd, zowel verbaal als visueel. (IB; kinderen leren zich te beheersen , SF; kinderen leren om rustig na te denken over een mogelijke oplossing)  
  
In drie stappen: Zeg tegen jezelf 'stop'; Haal diep adem; Praat erover met de juf/ meester (padden) of  
  
Rood= stop; oranje=wat is er en wat kan ik er aan doen; groen= probeer het uit (stoplicht).
- **Gevoelens**: hoe ga ik om met de gevoelens van mijzelf en de ander. (SA; kinderen mogen hun eigen gevoelens voelen en laten zien op een goede manier, SI; kinderen leren gevoelens kennen. Bij ZIEN! komt dit meer terug in de handelingssuggesties. IL; kinderen leren gevoelens herkennen bij anderen. Ze leren zich in te leven hoe een ander een situatie ervaart.
- **Probleemoplossen**: hoe kan ik op een prettige en goede manier een probleem oplossen. (IB; kinderen leren rustig te worden, zichzelf onder controle te houden en niet gelijk te reageren. SF; Ze zijn in staat om een goede oplossing te bedenken, alleen of in samenwerking met anderen. IL; Ze kunnen bedenken hoe een ander zich voelt en daarnaar handelen. SA komt ook aan de orde wanneer een kind zich aan zijn oplossing kan houden en deze kan uitvoeren. SI komt tot uitdrukking als een kind op een ander afstapt om iets op te lossen of iets te vragen.



11 stappen:

- Word rustig en denk na
- Wat is het probleem
- Welke gevoelens spelen een rol
- Wat is het doel
- Welke oplossingen zijn er
- Wat zijn de gevolgen
- Kies de beste oplossing
- Maak een plan
- Voer het plan uit
- Werkt mijn plan
- Andere oplossingen proberen

Hoewel in de meeste lessen SA en SI niet expliciet aan de orde komen, zijn deze twee ZIEN! vaardigheden wel terug te vinden in de PAD-lessen. Ze zijn dan vaak verweven in het grote geheel van de les.

Het PAD-leerplan is gebaseerd op het ABCD-ontwikkelingsmodel:

- Affective: onderkennen van en omgaan met emoties
- Behavioral: invloed hebben op het eigen gedrag



- Cognitive: analytisch en logisch kunnen redeneren en op basis daarvan besluiten nemen en verantwoordelijkheid aanvaarden voor het oplossen van problemen
- Dynamic: een voortdurende ontwikkeling van het gevoel van eigenwaarde als basis voor een gezonde persoonlijkheidsontwikkeling.

De didactische principes die door PAD worden gebruikt:

1. Positieve houding
2. Waardeoriëntatie
3. Modeling
4. Generalisatie en transfer
5. Zelfstandig leren nadenken
6. Coöperatief leren

PAD werkt met de volgende methodieken

1. Werken met de dialoog



2. Werken met drama
3. Werken met het rollenspel
4. Werken met reële en hypothetische situaties
5. Werken aan innerlijke rust

PAD is een evidence based methode. Zowel in Amerika als in Nederland zijn er onderzoeken gedaan naar de effecten van deze methode op het gedrag van kinderen. Meer informatie over deze onderzoeken vindt u op:

- [www.seminarium.nl](http://www.seminarium.nl)
- Beschrijving en beoordeling van PAD in de Databank Effectieve Jeugdinterventies  
<http://www.nji.nl/smartsite.dws?id=107135&recordnr=600&lijstpagina=117922&setembed=>
- Amerikaanse website van PAD (PATHS)  
<http://prevention.psu.edu/projects/PATHS.html>



## Groep 1-2

Groep	les nr.	pag.	ZIEN! begrippen	Doel	Korte inhoud
1/2	1	8	IB: weten wat de regels zijn en kunnen zich aan de regels houden.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten wat regels zijn.</li><li>• De leerlingen leren de regels die gelden in de klas</li><li>• De leerlingen oefenen met de regels</li></ul>	In deze les worden de PAD-regels geïntroduceerd. Aan de leerlingen wordt uitgelegd wat regels zijn en waarom ze in de PAD-lessen, maar ook daarbuiten, belangrijk zijn.
1/2	2	10	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herkennen alle PAD-dieren.</li><li>• De leerlingen begrijpen hoe schildpadden hun schild gebruiken om zich te beschermen</li></ul>	In deze les maken de leerlingen kennis met Kleine Schildpad, Prikkelkje de egel en alle andere dieren die in de PAD-lessen worden gebruikt.
1/2	3	14	IL: willen zich inzetten als speciale helper van de leerkracht.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten wat het PAD-kind van de dag is.</li><li>• De leerlingen zien de PAD-momenten als iets plezierigs.</li></ul>	Een belangrijk onderdeel van het PAD-leerplan is werken aan een positief-zelfbeeld. In deze les wordt daarmee een begin gemaakt door het introduceren van het PAD-kind van de dag.



				<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen willen zich inzetten als speciale helper.</li></ul>	
1/2	4	16	IL: weten wat een compliment is. Kunnen aan elkaar complimenten geven.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten wat een compliment is.</li><li>• De leerlingen kunnen een eenvoudig compliment geven.</li><li>• De leerlingen leren hoe ze kunnen reageren als ze een compliment hebben gekregen.</li></ul>	In deze les staan complimenten centraal. Complimenten geven en krijgen is een belangrijk onderdeel van de PAD-lessen. Het is belangrijk voor iedereen om zo nu en dan een compliment te krijgen. Daar groeit je zelfvertrouwen van. Omgekeerd leer je door het geven van een compliment te kijken naar de positieve eigenschappen van iemand anders.
1/2	5	24	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren begrijpen dat alle gevoelens goed zijn.</li><li>• De leerlingen kennen de begrippen BLIJ, BOOS, VERDRIETIG en BANG</li></ul>	Deze les behandelt de vier basisgevoelens: blij, boos, verdrietig en bang. De leerlingen leren dat het goed is om gevoelens te hebben.





1/2	6	28	IL: leren dat andere kinderen ook gevoelens hebben. Ze kunnen de vier basisgevoelens herkennen en benoemen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren dat iedereen gevoelens heeft.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen dat iedereen gevoelens heeft.
1/2	7	32	IB: kennismaken met het 'schildpadden'; kinderen leren controle te krijgen over hun eigen gedrag.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen zich de belangrijkste gebeurtenissen in het verhaal herinneren.</li><li>• De leerlingen weten dat het gedrag van Kleine Schildpad ongewenst is.</li></ul>	In deze en de volgende les wordt het Schildpadverhaal verteld en leren de leerlingen wat 'schildpadden' is. Het Schildpadverhaal is de kern van dit deel van de PAD-leerplan. Het schildpadden is bedoeld om de leerlingen zelfcontrole aan te leren. Deze les gaat erover dat nare gevoelens soms kunnen leiden tot vervelend gedrag.
1/2	8	38	IB: leren controle te krijgen over zichzelf,  SF: waardoor de kinderen in staat zijn om problemen op te lossen, volgens het drie stappenplan: stop	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen zich de belangrijkste gebeurtenissen van het Schildpadverhaal herinneren</li></ul>	In de vorige les is het eerste deel van het Schildpadverhaal voorgelezen. In deze les wordt het tweede deel van het Schildpadverhaal verteld. De leerlingen zien in deze les dat zelfcontrole voordelen kan



			zeggen, rustig worden en vertellen van het probleem.		hebben. Ook maken ze een begin met het 'schildpadden', een driestappenplan om rustig te worden en problemen op te lossen.
1/2	9	44	IB: leren controle te krijgen over zichzelf, SF: waardoor de kinderen in staat zijn om problemen op te lossen, volgens het drie stappenplan: stop zeggen, rustig worden en vertellen van het probleem.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herinneren zich gebeurtenissen uit het Schildpadverhaal.</li><li>• De leerlingen kennen de volgorde van de stappen van schildpadden.</li><li>• De leerlingen gaan schildpadden in de klas.</li></ul>	De leerlingen spelen het Schildpadverhaal na. Het verhaal wordt herhaald omdat het erg belangrijk is in het PAD-leerplan.
1/2	10	48	IB: leren controle te krijgen over zichzelf, SF: waardoor de kinderen in staat zijn om problemen op te lossen, volgens het drie stappenplan: stop zeggen, rustig worden en vertellen van het probleem.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herkennen situaties waarin ze kunnen schildpadden.</li><li>• De leerlingen schildpadden in de klas op goede schildpadmomenten.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen welke momenten goed zijn om te schildpadden. Ook leren ze dat schildpadden een manier is om anderen duidelijk te maken dat er iets aan de hand is.



			IL: leren zich in te leven in de gevoelens van de ander en deze gevoelens te benoemen.		
1/2	11	52	IL: kunnen gevoelens van blijdschap bij de ander herkennen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen en houdingen horen bij blij zijn.</li><li>• De leerlingen kunnen een voorbeeld geven van iets waarvan zij een blij gevoel krijgen.</li><li>• De leerlingen herkennen blijdschap bij anderen.</li></ul>	Deze les gaat over het gevoel blij. Leerlingen leren dat er verschillende redenen zijn om je blij te voelen. En dat je aan verschillende dingen kunt zien of mensen blij zijn. Wat gebeurt er met je als je blij bent?
1/2	12	54	IL: kunnen gevoelens van blijdschap bij zichzelf en de ander herkennen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen een voorbeeld geven van iets dat hun een blij gevoel geeft.</li><li>• De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen en houdingen horen bij blij zijn.</li></ul>	In deze les wordt het gevoel blij herhaald. Leerlingen leren hoe je kunt laten zien dat je blij bent. Ook leren ze dat iets dat je van binnen voelt, soms aan de buitenkant te zien is.
1/2	13	58	IL: kunnen gevoelens van boosheid en blijdschap bij	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen en houdingen horen bij boos zijn.</li></ul>	Deze les gaat over het gevoel boos. Leerlingen leren dat er verschillende redenen zijn om



			<p>zichzelf en de ander herkennen.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen een voorbeeld geven van iets waarvan zij een boos gevoel krijgen.</li><li>• De leerlingen kennen het verschil tussen situaties waarin je boos wordt en situaties waarin je blij wordt.</li></ul>	<p>je boos te voelen. En dat je aan verschillende dingen kunt zien of mensen boos zijn. Wat gebeurt er met je als je boos bent?</p>
1/2	14	60	<p>IL: kunnen gevoelens van boosheid bij zichzelf en de ander herkennen.</p> <p>SA: durven boosheid te laten zien.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen en houdingen horen bij boos zijn.</li><li>• De leerlingen kunnen een voorbeeld geven van iets waar zij een boos gevoel van krijgen.</li></ul>	<p>In de les wordt het gevoel boos herhaald. Leerlingen leren hoe je kunt laten zien dat je boos bent. Ook leren ze dat iets dat je van binnen voelt, soms aan de buitenkant te zien is.</p>
1/2	15	64	<p>IL: kunnen aan iemands gezicht zien hoe deze zich voelt.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten dat je vaak aan iemand gezicht kunt zien hoe hij zich voelt.</li><li>• De leerlingen begrijpen de woorden 'binnen' en 'buiten' en gaan deze woorden gebruiken om gevoelens te beschrijven.</li></ul>	<p>In deze les leren leerlingen dat gevoelens van binnen zitten.</p> <p>Toch kun je aan de buitenkant vaak aan iemand zien hoe hij zich voelt.</p>



1/2	16	66	SA: leren dat ze keuzes kunnen maken om zelf hun problemen op te lossen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen de problemen en de keuzes van de PAD-figuren uit het Schildpadverhaal benoemen.</li><li>• De leerlingen leren dat schildpadden een goede eerste keuze is voor het oplossen van een probleem</li></ul>	Er zijn vaak verschillende manieren om een probleem op te lossen. Uiteindelijk gaan de leerlingen beseffen dat ze keuzes kunnen maken om zelf hun problemen op te lossen. In deze les wordt hiermee een begin gemaakt.
1/2	17	68	IB/ SF: leren nadenken over oplossingen voor een probleem. Kunnen een andere en misschien betere oplossing bedenken voor een probleem.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen onderscheid maken tussen goed en verkeerd gedrag.</li><li>• De leerlingen maken een begin met nadenken over de gevolgen van bepaald gedrag.</li><li>• De leerlingen kunnen oplossingen voor problemen bedenken.</li></ul>	In deze les wordt dieper ingegaan op het onderwerp probleemoplossen. De leerlingen leren onderscheid maken tussen goede en verkeerde oplossingen. Ook leren ze nadenken over de gevolgen van hun gedrag.
1/2	18	72	SF: leren een probleem met vriendjes op te lossen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren om gewone problemen met vriendjes op te lossen.</li><li>• De leerlingen leren rekening te houden met gevoelens van anderen.</li></ul>	Het is belangrijk dat leerlingen gaan inzien dat ze vaak zelf hun problemen kunnen oplossen. Daarom oefenen ze in deze les met het oplossen van problemen met vriendjes.



			IL: kunnen rekening houden met de gevoelens van andere kinderen.		
1/2	19	74	IL: kunnen verdriet bij anderen herkennen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen horen bij verdrietig zijn.</li><li>• De leerlingen kunnen een voorbeeld geven van iets waar ze verdrietig van worden.</li><li>• De leerlingen herkennen verdriet bij anderen.</li></ul>	Deze les gaat over het gevoel verdrietig. Leerlingen leren dat er verschillende redenen zijn om je verdrietig te voelen. En dat je aan verschillende dingen kunt zien of mensen verdrietig zijn. Wat gebeurt er met je als je verdrietig bent?
1/2	20	78	IL: kunnen angst bij anderen herkennen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herkennen situaties die angst of bangheid oproepen.</li><li>• De leerlingen kunnen een voorbeeld van iets geven waar ze bang van worden.</li></ul>	Deze les gaat over het gevoel bang of angstig. De leerlingen leren dat er verschillende redenen zijn om je bang te voelen. En dat je aan verschillende dingen kunt zien of iemand bang is. Wat gebeurt er met je als je bang bent?
1/2	21	82	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren wat het verschil is tussen prettig en naar.</li><li>• De leerlingen kunnen vertellen welke gevoelens</li></ul>	Je kunt allerlei gevoelens hebben. Ze voelen niet allemaal hetzelfde. Er zijn prettige en nare gevoelens.



				zij prettig vinden en welke naar.	Deze les gaat over het verschil tussen prettige en nare gevoelens.
1/2	22	84	IL: kunnen de vier basisgevoelens herkennen aan de gezichtsuitdrukking van de ander.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen en houdingen horen bij de vier verschillende gevoelens.</li><li>• De leerlingen kunnen bij elk gevoel een voorbeeld geven van iets wat maakt dat je zo voelt.</li></ul>	In deze les worden de gevoelens BLIJ, BOOS, VERDRIETIG en BANG nog een keer herhaald.
1/2	23	86	n.v.t.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten dat alle gevoelens goed zijn.</li><li>• De leerlingen weten dat sommige gevoelens prettig en sommige gevoelens naar zijn.</li><li>• De leerlingen leren dat de emotiekaartjes voor prettige gevoelens geel zijn en de emotiekaartjes voor nare gevoelens blauw.</li></ul>	In deze les wordt het verschil tussen prettige en nare gevoelens nog eens herhaald.
1/2	24	88	SF: leren hoe ze om moeten gaan met frustratie	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen het begrip GEFRUSTREERD. De leerlingen kunnen een voorbeeld geven van iets</li></ul>	In de vorige lessen zijn de vier basisgevoelens besproken. Er zijn ook gevoelens die iets



			door middel van het 'schildpadden'.	waardoor zij een gefrustreerd gevoel krijgen.	specifieker zijn. Deze les gaat over zo'n specifiek gevoel: gefrustreerd zijn.
1/2	25	90	IB: leren het 'schildpadden' gebruiken om rustig te worden.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren om uit zichzelf te gaan schildpadden als ze een probleem hebben.</li><li>• De leerlingen weten dat ze schildpadden ook kunnen gebruiken als een signaal.</li></ul>	In les 10 hebben de leerlingen geleerd dat ze kunnen gaan schildpadden om rustig te worden. In deze les wordt dit herhaald. Bovendien leren leerlingen dat schildpadden ook een signaal voor anderen zijn.
1/2	26	94	n.v.t.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen het begrip ONTSPANNEN.</li><li>• De leerlingen kennen het gevoel van ontspanning.</li><li>• De leerlingen kunnen een voorbeeld geven van iets waarvan zij een ontspannen gevoel krijgen.</li></ul>	In deze les gaat het over het gevoel kalm of ontspannen. Leerlingen leren herkennen in welke situaties ze kalm zijn en hoe je kunt zien dat iemand zich kalm voelt. wat gebeurt er met je als je je kalm of ontspannen voelt?
1/2	27	98	SA: durven te laten zien dat ze trots zien op iets. Kunnen vertellen waarop ze trots zijn.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen het begrip TROTS.</li><li>• De leerlingen kunnen een voorbeeld geven van iets dat hun een trots gevoel geeft.</li></ul>	In deze les wordt de emotie trots behandeld. Leerlingen leren dat er verschillende redenen zijn om je trots te voelen. En dat je aan





				<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen en houdingen horen bij trots zijn.</li></ul>	verschillende dingen kunt zien dat iemand zich trots voelt. Wat gebeurt er met je als je je trots voelt?
1/2	28	102	IL: kunnen bij anderen aan hun gezichtsuitdrukking herkennen wanneer zij opgewonden zijn.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen het woord OPGEWONDEN.</li><li>• De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen en houdingen horen bij opgewonden zijn.</li></ul>	Deze les gaat over het gevoel opgewonden. Leerlingen leren dat er verschillende redenen zijn om je opgewonden te voelen. En hoe je kunt zien dat iemand zich opgewonden voelt.
1/2	29	104	IL: kunnen bij anderen aan hun gezichtsuitdrukking herkennen wanneer zij moe zijn.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen het begrip MOE.</li><li>• De leerlingen kunnen een voorbeeld geven iets waarvan zij moe worden.</li><li>• De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen horen bij moe zijn.</li></ul>	In deze les wordt het gevoel moe behandeld. Leerlingen leren dat er verschillende redenen zijn waarom je je moe kunt voelen. En hoe je kunt zien dat iemand zich moe voelt. Wat gebeurt er met je als je je moe voelt?



## Groep 3

3	1	8	IB: weten waarvoor regels zijn. Kunnen met elkaar regels afspreken. Kunnen zich aan de regels houden.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen maken kennis met het PAD-leerplan.</li><li>• De leerlingen stellen gedragsregels op voor in de klas.</li></ul>	In deze les worden de PAD-lessen geïntroduceerd. Aan de leerlingen wordt uitgelegd waarom regels in de PAD-lessen, maar ook daarbuiten, belangrijk zijn. Samen met de leerlingen wordt een aantal regels gemaakt voor in de klas.
3	2	10	n.v.t.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen oefenen met de woorden DEZELFDE en ANDERE.</li><li>• De leerlingen oefenen met de woorden IS en IS GEEN.</li><li>• De leerlingen oefenen met een rollenspel.</li></ul>	Bij het werken aan sociale en emotionele competentie is het belangrijk dat leerlingen bepaalde woorden en begrippen leren. In deze les wordt geoefend met een aantal woorden.
3	3	14	IL: weten wat een compliment is. Kunnen aan elkaar complimenten geven.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten wat het PAD-kind van de dag is.</li><li>• De leerlingen werken aan hun gevoel voor eigenwaarde en zelfvertrouwen.</li></ul>	Een belangrijk onderdeel van het PAD-leerplan is werken aan een positief zelfbeeld. In deze les wordt daarmee een begin gemaakt door het introduceren van het PAD-kind van de dag.



			<p>IL: willen zich inzetten als speciale helper van de leerkracht.</p> <p>SF: kunnen een compliment goed ontvangen, zodat het hun zelfvertrouwen vergroot.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren de begrippen COMPLIMENT EN COMPLIMENTEN GEVEN.</li></ul>	<p>Verder wordt er geoefend met het geven van complimenten.</p>
3	4	20	<p>IL: weten wat een compliment is en welke complimenten er zijn. Kunnen aan elkaar complimenten geven.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen werken aan hun zelfvertrouwen door het gebruik van complimenten.</li><li>• De leerlingen leren dat er verschillende soorten complimenten zijn.</li></ul>	<p>In deze les wordt ingegaan op het gebruik van complimenten en wordt uitgelegd dat er verschillende soorten complimenten zijn.</p>
3	5	24	<p>n.v.t</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren redeneren in termen van oorzaak en gevolg.</li><li>• De leerlingen beginnen met zoeken naar oorzaken van emoties.</li></ul>	<p>In deze les leren leerlingen woorden en begrippen te gebruiken die nodig zijn bij het logisch redeneren.</p>



				<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen de begrippen ALS en DAN gebruiken.</li></ul>	
3	6	28	IL: kunnen vertellen waarom iemand bepaalde gevoelens laat zien. Ze kunnen het gedrag koppelen aan een gevoel.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren redeneren in termen van oorzaak en gevolg.</li><li>• De leerlingen leren dat emoties betrekking hebben op de dingen die rond mensen gebeuren.</li><li>• De leerlingen kunnen de begrippen WAAROM en OMDAT gebruiken.</li></ul>	Deze les is een vervolg op les 5. De leerlingen leren woorden en begrippen gebruiken die nodig zijn bij het logisch redeneren.
3	7	30	IB: kennismaken met het 'schildpadden'; kinderen leren controle te krijgen over hun eigen gedrag.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen maken kennis met het Schildpadverhaal.</li><li>• De leerlingen leren wat schildpadden is.</li></ul>	In deze les wordt het Schildpadverhaal verteld en leren de leerlingen wat 'schildpadden' is. Het schildpadverhaal is de kern van dit deel van het PAD-leerplan. Het schildpadden is bedoeld om de leerlingen zelfcontrole aan te leren.
3	8	36	IB: leren controle te krijgen over zichzelf, SF: waardoor de kinderen in staat zijn om problemen	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen oefenen met een rollenspel.</li><li>• De leerlingen identificeren zich met Kleine Schildpad.</li></ul>	De leerlingen spelen het Schildpadverhaal na. Het verhaal wordt herhaald omdat



			op te lossen, volgens het drie stappenplan: stop zeggen, rustig worden en vertellen van het probleem.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Het begrip 'zelfcontrole' wordt herhaald.</li></ul>	het erg belangrijk is in het PAD-leerplan.
3	9	38	IB: leren controle te krijgen over zichzelf,  SF: waardoor de in staat zijn om problemen op te lossen, volgens het drie stappenplan: stop zeggen, rustig worden en vertellen van het probleem.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herkennen situaties waarin ze kunnen schildpadden.</li><li>• De leerlingen kennen de schildpadhouding.</li><li>• De leerlingen begrijpen het gebaar van de docent als het tijd is om te schildpadden.</li><li>• De leerlingen kennen het beloningssysteem van de schildpadmethode.</li></ul>	In deze en de volgende les wordt aandacht besteed aan verschillende momenten waarop leerlingen kunnen schildpadden. Leerlingen leren situaties herkennen waarin ze wel of niet kunnen schildpadden.  Deze les gaat over goede schildpadmomenten. Les 10 gaat over foute schildpadmomenten.
3	10	44	IB: leren controle te krijgen over zichzelf,  SF: waardoor de in staat zijn om problemen op te lossen, volgens het drie stappenplan: stop zeggen, rustig worden en vertellen	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herkennen situaties waarin ze niet moeten gaan schildpadden.</li></ul>	De leerlingen leren situaties te herkennen waarin ze wel of niet kunnen schildpadden. In deze les komen situaties aan de orde waarin ten onrechte geschildpad wordt.



			van het probleem. Deze les gaat het erom wanneer je niet moet schildpadden.		
3	11	50	IB: leren controle te krijgen over zichzelf,  SF: waardoor de in staat zijn om problemen op te lossen, volgens het drie stappenplan: stop zeggen, rustig worden en vertellen van het probleem.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herkennen situaties waarin de wel of niet mogen schildpadden.</li></ul>	Leerlingen leren situaties waarin geschildpad kan worden te onderscheiden van situaties waarin het verkeerd is om te schildpadden. In deze les wordt nog eens extra geoefend met voorbeeldsituaties zodat het onderscheid voor de leerlingen duidelijker wordt.
3	12	52	SA: kan eigen ervaringen delen met anderen en kan hierbij zijn gevoelens benoemen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen een persoonlijke blijde herinnering noemen.</li><li>• De leerlingen benoemen blijde gevoelens</li></ul>	Leerlingen leren hun gevoelens te herkennen en onder woorden te brengen. Deze les gaat over blijde gevoelens.
3	13	54	IL: kunnen onplezierige gevoelens herkennen bij zichzelf en bij anderen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen een persoonlijke onplezierige herinnering noemen.</li><li>• De leerlingen benoemen onplezierige gevoelens.</li></ul>	Leerlingen leren hun gevoelens te herkennen en onder woorden te brengen. Deze les gaat over onplezierige gevoelens.



			SA: kan eigen ervaringen delen met anderen en kan hierbij zijn gevoelens benoemen.		
3	14	56	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• Leerlingen gaat werken met het doosje emoties.</li><li>• Leerlingen leren dat iedereen gevoelens heeft.</li></ul>	De leerlingen leren dat iedereen gevoelens heeft. Gevoelens zitten van binnen, maar soms zijn ze ook aan de buitenkant te zien. Soms kun je met woorden uitleggen wat je van binnen voelt.
3	15	58	IL: kunnen gevoelens van blij, verdrietig herkennen bij anderen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren begrijpen dat alle gevoelens goed zijn.</li><li>• De leerlingen leren de begrippen BLIJ, VERDRIETIG en PRIVÉ.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat sommige gevoelens fijn voelen en sommige niet.</li></ul>	De leerlingen leren dat ze anderen kunnen laten zien hoe ze zich voelen door gevoelens te benoemen. Ook leren ze dat ze hun gevoelens kunnen laten zien door hun houding en gezichtsuitdrukking. Deze les gaat over de gevoelens blij, verdrietig en privé.



3	16	60	IL: kunnen gevoelens van opgewonden en moe bij anderen herkennen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren de begrippen PRETTIG, OPGEWONDEN en MOE.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat sommige gevoelens fijn voelen en sommige niet.</li></ul>	In deze les wordt herhaald dat de leerlingen aan anderen kunnen laten zien hoe ze zich voelen door hun gevoelens te benoemen en te laten zien in hun houding en gezichtsuitdrukking. Deze les gaat over de gevoelens prettig, opgewonden en moe.
3	17	62	IL: kunnen verschillende gevoelens bij anderen herkennen. (herhaling van de behandelde gevoelens)	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten dat er verschil is tussen de verschillende gevoelens.</li><li>• De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen en houdingen horen bij de verschillende gevoelens.</li></ul>	In deze les worden de gevoelens die tot nu toe zijn behandeld nog een keer herhaald.
3	18	64	IL: kunnen gevoelens van boosheid bij zichzelf en de ander herkennen.  SA: durven boosheid te laten zien.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen een voorbeeld geven van iets waar zij een boos gevoel van krijgen.</li><li>• De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen horen bij boos zijn.</li><li>• De leerlingen denken na over de vraag: Wat gebeurt er met je als je je boos voelt?</li></ul>	De leerlingen leren dat er verschillende situaties zijn waarin je je boos kunt voelen en hoe je kunt zien dat iemand zich zo voelt. Deze les gaat over het gevoel boos.





3	19	66	IL: kunnen gevoelens van boosheid bij zichzelf en de ander herkennen.  SA: durven boosheid te laten zien.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren boosheid te herkennen bij zichzelf en bij anderen.</li><li>• De leerlingen weten wat je van binnen voelt als je boos bent.</li><li>• De leerlingen weten wat je aan de buitenkant kunt zien als je boos bent.</li></ul>	Aan de hand van het eerste Schildpadverhaal wordt in deze les nog een keer over het gevoel 'boos' gepraat.
3	20	68	IB: kunnen controle krijgen over gevoelens van boosheid door middel van het 'schildpadden'.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren wat het verschil is tussen de begrippen GEVOEL en GEDRAG.</li><li>• De leerlingen leren wat ze kunnen doen als ze boos zijn.</li></ul>	De leerlingen leren dat het hebben van gevoelens goed is, ook als het vervelende gevoelens zijn. Maar het gedrag dat voortkomt uit vervelende gevoelens is niet altijd goed of geaccepteerd. Deze les gaat in op het verschil tussen gevoel en gedrag.
3	21	70	n.v.t.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren het verschil tussen de begrippen GEPRIKKELD en WOEDEND.</li><li>• De leerlingen kunnen een voorbeeld geven van iets waar zij een geprikkeld of woedend gevoel van krijgen.</li></ul>	De leerlingen leren dat er verschillende situaties zijn waarin je je geprikkeld of woedend kunt voelen en hoe je kunt zien dat iemand zich zo voelt. Deze les gaat over het verschil tussen een beetje boos krijgen.



				<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen en houdingen daarbij horen.</li><li>• De leerlingen denken na over de vraag: <i>Wat gebeurt er met je als je je geprikkeld of woedend voelt?</i></li></ul>	zijn (geprikkeld) en heel erg boos zijn (woedend).
3	22	72	IB: leren om te gaan met gevoelens van boosheid door middel van de stoplichtmethode. (roodleerlingen stop; oranjeleerlingen wat kan ik er aan doen; groenleerlingen probeer het uit)	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren wat de stoplichtmethode is.</li><li>• De leerlingen oefenen met het rode licht.</li><li>• De leerlingen weten wat ze kunnen doen om rustig te worden.</li></ul>	Er zijn verschillende manieren om met boosheid om te gaan. Een daarvan is om te proberen weer rustig te worden. In deze les leren de leerlingen welke stappen je hiervoor kunt nemen aan de hand van de stoplichtmethode.
3	23	74	IB: leren om te gaan met gevoelens van boosheid door middel van de stoplichtmethode. (roodleerlingen stop; oranjeleerlingen wat kan ik er aan doen;	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren wat de stoplichtmethode is.</li><li>• De leerlingen oefenen met het oranje en groene licht.</li><li>• De leerlingen weten welke gezichtsuitdrukkingen en houdingen bij deze kleuren horen.</li></ul>	De leerlingen leren wat ze kunnen doen nadat ze gekalmeerd zijn. In deze les wordt het onderwerp omgaan met boosheid herhaald.



			groenleerlingen probeer het uit)  SF: kunnen met behulp van de stoplichtmethode een probleem oplossen.		
--	--	--	--	--	--



## Groep 4

4	1	8	IL: herkennen gevoelens bij anderen door te kijken naar hun gezicht en hun lichaam.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren dat je vaak aan iemands gezicht en lichaam kunt zien hoe hij zich voelt. Gevoelens geven aan hoe iemand zich op een bepaald moment voelt.</li><li>• De leerlingen leren de begrippen BLIJ, VERDRIETIG, PRETTIG, OPGEWONDEN, MOE en BOOS en kunnen deze gevoelens uitbeelden.</li></ul>	De leerlingen leren dat er verschillende soorten gevoelens zijn, hele fijn maar ook hele vervelende. Gevoelens geven aan hoe iemand zich op een bepaald moment voelt. In deze les komen de gevoelens blij, verdrietig, prettig, opgewonden, moe en boos aan de orde.
4	2	12	SF: leren verschillende manieren te bedenken om een ruzie op te kunnen lossen. Leren om te gaan met het feit dat een ruzie niet altijd gelijk opgelost is.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen verzinnen manieren om een ruzie bij te leggen.</li><li>• De leerlingen weten dat zij een ruzie kunnen bijleggen door bijvoorbeeld 'het spijt me' te zeggen.</li></ul>	Vrienden maken samen vaak plezier, maar hebben ook wel eens ruzie. In deze les leren de leerlingen op welke manieren zij een ruzie met een vriendje weer goed kunnen maken.



4	3	16	IL: kunnen gevoelens bang zijn herkennen bij zichzelf en bij de ander.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen begrijpen dat gevoelens kunnen veranderen.</li><li>• De leerlingen kennen de begrippen BANG en VEILIG.</li><li>• De leerlingen weten dat bang hetzelfde is als angstig.</li></ul>	Gevoelens kunnen veranderen in tegenovergestelde gevoelens, bijvoorbeeld 'je bang voelen' tegenover 'je veilig voelen' of 'blij zijn' tegenover 'verdrietig zijn'. In deze les oefenen de leerlingen met tegenovergestelde gevoelens.
4	4	20	IL: begrijpen dat gevoelens kunnen ontstaan door bepaalde situaties.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren dat een bepaald gevoel in verschillende situaties kan ontstaan.</li><li>• De leerlingen herhalen de begrippen BANG of ANGSTIG.</li></ul>	Elk kind kan iets anders hebben waar het bang voor is. De één is bang voor de tandarts, de ander voor het donker. In deze les leren de leerlingen dat een bepaald gevoel in verschillende situaties kan ontstaan.
4	5	24	n.v.t.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen EEN BEETJE VERDRIETIG en ERG VERDRIETIG.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat gevoelens meer of minder intens kunnen zijn.</li></ul>	Je kunt erg verdrietig zijn, maar ook een beetje verdrietig. Of erg boos, maar ook een beetje boos. In deze les leren de leerlingen dat gevoelens meer of minder intens kunnen zijn.



4	6	28	n.v.t.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen NIET OP JE GEMAK en DOODSBANG.</li><li>• De leerlingen weten dat gevoelens meer of minder intens kunnen zijn.</li></ul>	Een gevoel kan meer of minder intens zijn. In deze les komen de begrippen 'niet op je gemak' en 'doodsbang' aan de orde. Doodsbang ligt in het verlengde van angst. In deze les wordt daarom ook naar het begrip 'angst' verwezen.
4	7	32	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen begrijpen dat je verschillende gevoelens tegelijk kunt hebben.</li><li>• De leerlingen weten dat gevoelens meer of minder intens kunnen zijn.</li><li>• De leerlingen herhalen enkele eerder geleerde begrippen.</li></ul>	In de vorige lessen hebben de leerlingen geleerd dat een bepaald gevoel in verschillende situaties kan ontstaan. Ook hebben ze geleerd dat gevoelens meer of minder intens kunnen zijn. In deze les wordt dit nog eens herhaald.
4	8	34	IL: begrijpen dat je je in een ander kunt verplaatsen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen VERBAASD en VERWACHT.</li><li>• De leerlingen herhalen dat je verschillende gevoelens tegelijk kunt voelen.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat je je in een ander kunt verplaatsen.</li></ul>	De leerlingen hebben in eerdere lessen geleerd dat je verschillende gevoelens tegelijk kunt hebben. In deze les leren de leerlingen zich in een ander te verplaatsen.



4	9	38	<p>IL: begrijpen dat niet iedereen hetzelfde gevoel heeft in dezelfde situatie.</p> <p>Begrijpen dat hun eigen gevoelens van invloed kunnen zijn op andere mensen.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen LEUK VINDEN en NIET LEUKEN VINDEN, HOUDEN VAN en EEN HEKEL HEBBEN AAN.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat niet iedereen hetzelfde gevoel heeft in dezelfde situatie.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat eigen gevoelens van invloed kunnen zijn op andere mensen.</li></ul>	<p>De leerlingen leren dat niet iedereen hetzelfde voelt voor dezelfde dingen of in dezelfde situatie. Zo kan iemand een hekel hebben aan spruitjes, terwijl de ander er juist van houdt.</p>
4	10	42	<p>IL: kunnen gevoelens van houden van en boos herkennen bij zichzelf en bij anderen.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen de begrippen HOUDEN VAN en BOOS.</li><li>• De leerlingen begrijpen het begrip HATEN.</li><li>• De leerlingen hebben inzicht in eigen misvattingen en verwarring als het gaat over liefde, haat en boosheid.</li></ul>	<p>Een gevoel kan meer of minder intens zijn. In deze les wordt dieper ingegaan op de begrippen 'houden van', 'haten' en 'boos'. Extra aandacht wordt besteed aan de eerste twee begrippen, omdat deze een zware emotionele lading kunnen hebben.</p>
4	11	46	<p>IL: kunnen gevoelens van walgelijk en geweldig</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen WALGELIJK en GEWELDIG.</li></ul>	<p>Houden van en haten zijn hele sterke gevoelens, veel sterker dan leuk vinden en niet leuk vinden. In deze les komen</p>



			herkennen bij zichzelf en bij anderen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen de verschillende gevoelens onderscheiden.</li></ul>	andere sterke gevoelens aan de orde, namelijk iets walgelijks en iets geweldig vinden.
4	12	50	IL: kunnen verschillende gevoelens herkennen bij zichzelf en bij anderen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen een aantal eerder geleerde gevoelens.</li><li>• De leerlingen oefenen het gebruik van de geleerde gevoelens</li></ul>	In deze les herhalen de leerlingen een aantal geleerde begrippen.
4	13	52	IL: kunnen gevoelens van nieuwsgierigheid, geïnteresseerdheid en verveling herkennen bij zichzelf en bij anderen.  Kunnen oorzaken of achtergronden van verschillende gevoelens herkennen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen NIEUWSGIERIG, GEÏNTERESSEERD en VERVEELD.</li><li>• De leerlingen herkennen de oorzaken of achtergronden van emoties.</li></ul>	Gevoelens kennen tegenovergestelde gevoelens. Zo kun je geïnteresseerd zijn, maar je kunt je ook vervelen. Door met verschillende voorbeelden te werken leren de leerlingen de oorzaken of achtergronden van deze gevoelens te herkennen.
4	14	56	SF: leren hoe ze om moeten gaan met frustratie door te kiezen voor de	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen het begrip GEFRUSTEERD.</li><li>• De leerlingen begrijpen het verschil tussen gevoel en het gedrag.</li></ul>	In vorige lessen is een aantal basisgevoelens besproken die meer of minder intens kunnen zijn. Er zijn ook gevoelens die





			goede oplossing, namelijk door erover te praten.		iets specifiek zijn. Deze les gaat over zo'n specifiek gevoel: gefrustreerd zijn.
4	15	60	SF: leren hoe ze om moeten gaan met gevoelens van teleurstelling door erover te praten.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen TELEURGESTELD en HOOP.</li><li>• De leerlingen herhalen dat er specifieke gevoelens zijn.</li><li>• De leerlingen begrijpen het verschil tussen een gevoel en het gedrag dat je hebt om je beter te voelen.</li></ul>	Als je iets graag wilt hebben, maar het niet krijgt, voel je je teleurgesteld. Je kunt ook teleurgesteld zijn als iets niet gaat op de manier waarop je hoopte. Teleurstelling heeft dus te maken met hoop.
4	16	64	SA: SA: durven te laten zien dat ze trots zien op iets. Kunnen vertellen waarop ze trots zijn. Durven ook te vertellen waar ze beschaamd om zijn.  IL: kunnen zich verplaatsen in de ander vertellen hoe	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen TROTS en BESCHAAMD.</li><li>• De leerlingen kunnen zich in een ander verplaatsen door zich met de ander te identificeren.</li><li>• De leerlingen kunnen tegenoverstelde gevoelens naast elkaar zetten.</li></ul>	Als je iets goed gedaan hebt, voel je je trots. Het je iets niet goed gedaan, dan kun je je beschaamd voelen. In deze les leren de leerlingen de tegenoverstelde gevoelens trots en beschaamd. De begrippen worden naast elkaar gezet en met elkaar vergeleken.



			de ander zich zou kunnen voelen.		
4	17	68	<p>IL: kunnen vertellen waarom iemand bepaalde gevoelens laat zien. Ze kunnen het gedrag koppelen aan een gevoel.</p> <p>IB: leren dat mensen verschillend denken over gedrag en daar regels bij maken. Ze leren dat erin verschillende situaties verschillende regels worden gehanteerd.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen onderscheid maken tussen een gevoel hebben en gedrag dat daar op volgt.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat bepaald gedrag in sommige situaties wel kan en in andere situaties niet kan.</li><li>• De leerlingen kennen het begrip MENING.</li></ul>	Het verschil tussen een gevoel hebben en het gedrag dat daarop volgt wordt in deze les genuanceerd. De mening van mensen bepaalt vaak of iets wel of niet mag. Bepaald gedrag mag in sommige situaties <i>wel</i> en andere <i>niet</i> .
4	18	74	IL: kunnen lichaamstaal herkennen. Ze weten dat je lichaamstaal kunt gebruiken om de eigen	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herkennen lichaamstaal.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat je lichaamstaal kun gebruiken om eigen gevoelens en die van anderen te begrijpen.</li></ul>	Met je lichaam en je gezichtsuitdrukking kun je laten zien hoe je je voelt. Aan de lichaamstaal van anderen



			gevoelens en die van de ander te begrijpen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen een aantal geleerde begrippen.</li></ul>	kun je soms ook zien hoe de ander zich voelt.
4	19	76	n.v.t.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen het begrip SCHULDIG.</li><li>• De leerlingen herkennen het gevoel als ze iets doen waarvan ze weten dat het niet mag</li></ul>	Als je iets niet goed hebt gedaan, voel je je beschaamd. Als je iets doet wat niet mag voel je je schuldig. Schuldig voelen lijkt op beschaamd voelen, maar het gevoelen duurt wat langer.
4	20	80	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen een aantal eerder geleerde begrippen.</li><li>• De leerlingen oefenen het gebruik van een aantal geleerde gevoelens.</li></ul>	Een andere manier om over gevoelens te praten is om het Rad van Emoties te gebruiken.  In de les wordt uitgelegd hoe het Rad van Emoties werkt.
4	21	84	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen VERWARD, BEZORGD en ZELFVERZEKERD.</li></ul>	In deze les worden de begrippen verward, bezorgd en zelfverzekerd besproken. Ook leren de leerlingen een verband leggen tussen de abstracte begrippen en dingen die zij zelf hebben meegemaakt of



					situaties waarbij zij die gevoelens hebben gehad.
4	22	88	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen ZENUWACHTIG, KALM of ONTSPANNEN.</li><li>• De leerlingen kennen het gevoel van ontspanning en spanning.</li></ul>	De begrippen zenuwachtig en kalm of ontspannen die in deze les worden behandeld, zijn tegenovergestelde gevoelens. De leerlingen leren hoe ze kunnen ontspannen.
4	23	92	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen zich ontspannen.</li></ul>	De leerlingen leren zich tijdens deze les ontspannen.
4	24	94	n.v.t.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen een aantal gevoelens benoemen en kunnen ze in een bepaalde context gebruiken.</li><li>• De leerlingen kunnen stapsgewijze denken en plannen.</li><li>• De leerlingen kunnen creatief werken.</li></ul>	In de laatste PAD-lessen van groep 4 maken de leerlingen een boekje. In dat boekje schrijven en tekenen ze een eigen verhaal. Ze verwerken daarin een aantal gevoelens die zij het afgelopen jaar hebben geleerd. De leerlingen bespreken dit boekje zowel op school als thuis.



## Groep 5

5	1	8	IL: herkent en kent de gevoelens van eenzaam en alleen zijn bij zichzelf en bij de ander  SI: kan een oplossing bedenken om eenzaamheid of alleen- zijn op te lossen door bijvoorbeeld iemand anders op te zoeken.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen het begrip eenzaam</li><li>• De leerlingen weten het verschil tussen alleen en eenzaam</li></ul>	Eenzaam Soms ben je alleen en vind je dat fijn. Als je alleen zijn niet prettig aanvoelt, als je niet in je eentje wilt zijn, dan voel je je eenzaam. In deze les leren de leerlingen het verschil tussen eenzaam en alleen.
5	2	14	IL: herkent en kent de gevoelens van verlegenheid bij zichzelf en bij de ander	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen het begrip verlegen</li><li>• De leerlingen weten hoe het voelt als je verlegen bent.</li></ul>	Verlegen Als je je verlegen voelt, vind je het soms eng om met andere mensen om te gaan. In deze les leren de leerlingen hoe ze kunnen omgaan met verlegenheid.
5	3	16	IL: herkent en kent de gevoelens van pijnlijk en vernederd.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen pijnlijk en vernederd.</li></ul>	Pijnlijk en vernederd



			vernederd bij zichzelf en bij de ander	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten wat intensiteit betekent en dit een gevoel versterkt.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat emoties korter of langer kunnen duren.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen de begrippen pijnlijk vinden en vernederd en hoe zij deze gevoelens herkennen bij zichzelf en bij anderen
5	4	20	Nvt Er wordt geoefend met verschillende gevoelens	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen de begrippen, blij, verdrietig, opgewonden, moe, boos, trots, beschaamd, bang, verbaasd, gefrustreerd en teleurgesteld</li></ul>	Gevoelens (1) In deze les oefenen de kinderen een aantal eerder geleerde gevoelens. Deze gevoelens zijn in groep 3 en 4 al uitgebreid behandeld.
5	5	24	IL: leren herkennen van verschillende gevoelens bij anderen en weten hoe zij achter deze gevoelens die bij de ander leven kunnen komen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren hoe ze te weten kunnen komen hoe anderen zich voelen.</li><li>• De leerlingen kunnen onderscheid maken tussen verschillende emoties</li><li>• De leerlingen leren tegenstrijdige informatie over gevoelens van anderen mensen in te schatten.</li><li>• De leerlingen weten dat er verband bestaat tussen</li></ul>	Hoe voelen andere mensen zich? In deze les leren de kinderen aan de hand van de lijst 'Hoe weten we hoe andere mensen zich voelen?' te beoordelen hoe anderen zich voelen.



				wat ze zien en wat ze horen	
5	6	30	Nvt  De kinderen leren hoe ze via een aantal vragen hun eigen gevoelens kunnen analyseren.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen dat je verschillende gevoelens tegelijk kunt voelen.</li><li>• De leerlingen herhalen een aantal eerder geleerde gevoelens</li><li>• De leerlingen begrijpen de verschillende manieren waarop zij communiceren met anderen</li><li>• De leerlingen begrijpen dat hun gedachten hun gevoelens kunnen beïnvloeden.</li><li>• De leerlingen kunnen nadenken over hun eigen gevoelens en begrijpen deze beter.</li></ul>	Hoe weet ik hoe ik mij voel?  In de vorige les hebben de leerlingen gesproken en nagedacht over hoe ze kunnen zien en begrijpen hoe een ander zich voelt. In deze les gaan de leerlingen leren hoe ze te weten kunnen komen hoe zij zichzelf voelen.
5	7	34	Nvt	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen enkele tot nu toe geleerde gevoelens</li><li>• De leerlingen kunnen nadenken over hun eigen gevoelens</li><li>• De leerlingen kunnen abstract over gevoelens</li></ul>	Gevoelens (2)  In deze les drukken de leerlingen hun gevoelens uit in een getekende lijn. De lijnen die ontstaan, staan symbool voor een gevoel



				denken en dit symbolisch weergeven	
5	8	38		<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren de begrippen manieren, beleefd, onbeleefd en aardig</li><li>• De leerlingen kennen een aantal manieren</li><li>• De leerlingen kunnen gevoelens en gedrag van elkaar onderscheiden</li><li>• De leerlingen kunnen werken met een schematische indeling</li><li>• De leerlingen kunnen aangeven of gedrag goed of slecht is</li></ul>	Manieren (1)  In deze les leren de leerlingen wat manieren zijn. Ze leren dat er goede en slechte manieren zijn en dat deze iets zeggen over het gedrag.
5	9	42	IL: weten dat hun gedrag invloed heeft op het gevoel van de ander- goed gedrag geeft meestal een fijn gevoel.  Is zich bewust van de gevoelens en emoties van anderen en begrijpt deze.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen de begrippen manieren, beleefd, onbeleefd en aardig</li><li>• De leerlingen kennen de begrippen alsjeblieft, dank-je-wel en pardon/ sorry</li><li>• De leerlingen kunnen aangeven of gedrag goed of slecht is</li></ul>	Manieren (2)  In deze les wordt er verder ingegaan op het belang van goede manieren





				<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten dat hun gedrag invloed heeft op het gevoel van de ander</li><li>• De leerlingen kunnen zich verplaatsen in en rekening houden met een ander</li></ul>	
5	10	46	<p>IL: weten dat hun gedrag invloed heeft op het gevoel van de ander- goed gedrag geeft meestal een fijn gevoel.</p> <p>Is zich bewust van de gevoelens en emoties van anderen en begrijpt deze.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen de begrippen beleefd en onbeleefd</li><li>• De leerlingen begrijpen dat gedrag en gevoel invloed hebben op elkaar</li><li>• De leerlingen begrijpen dat zij zelf verantwoordelijk zijn voor hun gedrag</li><li>• De leerlingen kunnen begrijpen hoe een ander zich voelt door op de verschillende signalen van de ander te letten</li></ul>	<p>Manieren (3)</p> <p>Aan de hand van een verhaal worden in deze les de begrippen beleefd en onbeleefd behandeld. De leerlingen leren dat hun gedrag invloed heeft op het gedrag van de ander.</p>
5	11	52	<p>IL: weten dat hun gedrag invloed heeft op het gevoel van de ander- goed gedrag geeft meestal een fijn gevoel.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen de begrippen beleefd en onbeleefd</li><li>• De leerlingen begrijpen dat gedrag en gevoel invloed op elkaar hebben</li></ul>	<p>Manieren (4)</p> <p>In deze les leren de leerlingen beleefd en onbeleefd gedrag te relativeren. Wat de één als</p>



			Is zich bewust van de gevoelens en emoties van anderen en begrijpt deze.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen begrijpen dat zij zelf verantwoordelijk zijn voor hun gedrag</li><li>• De leerlingen kunnen begrijpen hoe een ander zich voelt door op de verschillende signalen van de ander te letten</li><li>• De leerlingen begrijpen dat goed of slecht gedrag ook afhankelijk kan zijn van de situatie</li></ul>	onbeleefd ervaart, ziet de ander als geaccepteerd gedrag.
5	12	56	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen per ongeluk en expres</li><li>• De leerlingen kunnen onderscheid maken tussen gedrag dat per ongeluk of expres gebeurt</li><li>• De leerlingen begrijpen dat het belangrijk is om de bedoeling achter gebeurtenissen te weten.</li></ul>	Per ongeluk en expres  In deze les leren de leerlingen dat dingen soms per ongeluk gebeuren en soms ook expres. Het is belangrijk om te weten of er iets per ongeluk of expres is gedaan. De reactie van de ander hangt hier meestal van af.
5	13	62	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen en herhalen de begrippen alstublieft, dank je wel,</li></ul>	Manieren (5)  Lichaamstaal en intonatie zijn belangrijk om datgene dat je



				<p>graag gedaan, pardon, sorry en het spijt me.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen begrijpen dat intonatie en lichaamstaal belangrijk zijn om te laten overkomen dat je meent wat je zegt.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat woorden verschillende betekenissen hebben</li></ul>	<p>wilt zeggen, ook gemeend te laten overkomen. De leerlingen leren deze les welke woorden ze kunnen gebruiken als ze beleefd willen zijn.</p>
5	14	64	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren de begrippen spijt hebben, het spijt me zeggen en medelijden</li><li>• De leerlingen begrijpen dat intonatie en lichaamstaal belangrijk zijn om te laten overkomen dat je meent wat je zegt.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat woorden verschillende betekenissen hebben</li><li>• De leerlingen begrijpen het principe van oorzaak en gevolg</li></ul>	<p>Manieren (6)</p> <p>In deze les geven leren de leerlingen de begrippen medelijden, spijt hebben en het spijt me zeggen. Ze leren ook het principe van oorzaak en gevolg: het innerlijke gevoel heeft een uiterlijk gedrag tot gevolg.</p>
5	15	72	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen de begrippen beleefd,</li></ul>	<p>Manieren (7)</p>



				<p>onbeleefd, manieren, aardig, alstublieft, dank je wel, graag gedaan, pardon en sorry.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen het schematisch indelen van manieren</li><li>• De leerlingen herhalen het op elkaar afstemmen van lichaamstaal en intonatie</li></ul>	<p>In deze les oefenen de leerlingen met het gebruik van beleefde manieren</p>
5	16	74	<p>SF: kunnen accepteren dat een ander ervoor kan kiezen om zijn gevoelens niet te tonen.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen het begrip privé</li><li>• De leerlingen begrijpen dat mensen soms niet over hun gevoelens willen praten.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat je gevoelens verborgen kunt houden</li><li>• De leerlingen kunnen rekening houden met de keuze van de ander om zijn gevoelens niet te tonen.</li></ul>	<p>Gevoelens verborgen houden (1)</p> <p>Soms wil je niet over je gevoelens praten. Je wilt ze verborgen houden en ze niet met anderen delen. In deze les leren de leerlingen waarom ze dat zouden willen doen.</p>
5	17	78	<p>n.v.t</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen de redenen om gevoelens te verbergen.</li></ul>	<p>Gevoelens verborgen houden (2)</p> <p>In deze les leren de leerlingen redenen en manieren om hun</p>



				<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen manieren om gevoelens te verbergen.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat mensen verantwoordelijk zijn voor hun eigen gevoelens.</li></ul>	gevoelens te verbergen en te veranderen
5	18	82	IL: begrijpen dat mensen hun gevoelens kunnen veranderen als dat nodig is.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren het begrip gevoelens veranderen</li><li>• De leerlingen begrijpen waarom mensen soms hun gevoelens veranderen</li><li>• De leerlingen begrijpen dat mensen verantwoordelijk zijn voor hun eigen gevoelens</li></ul>	De leerlingen leren in deze les waarom mensen hun gevoelens veranderen en hoe zij zelf gevoelens om kunnen buigen tot andere gevoelens.
5	19	86	SF: is in staat om zijn gevoelens even te onderdrukken om een probleem op te lossen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren de begrippen jaloers en tevreden</li><li>• De leerlingen begrijpen dat je gevoelens kunnen veranderen door problemen op te lossen.</li></ul>	Deze les leren de leerlingen de begrippen jaloers en tevreden. Ook leren ze dat gevoelens kunnen veranderen door problemen op te lossen.
5	20	92	IL: begrijpen dat mensen en ook zichzelf andere	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen een aantal tot nu toe geleerde begrippen</li><li>• De leerlingen begrijpen dat verschillende mensen</li></ul>	Gevoelens (3)  In deze les oefenen de leerlingen een aantal



			emoties kunnen voelen in dezelfde situatie.	in dezelfde situatie andere gevoelens kunnen hebben <ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen begrijpen welke gevoelens bij bepaalde emotionele situaties behoren</li></ul>	gevoelens. Er is vooral aandacht voor het feit dat verschillende mensen in dezelfde situatie andere gevoelens kunnen hebben.
--	--	--	---	---	--



## Groep 6

6	1	8	IL: herkent verschillende emoties bij andere kinderen, in verhaaltjes of bij afbeeldingen. Is in staat deze emoties te benoemen en te koppelen aan eigen ervaringen	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen de begrippen die ze in groep 3, 4 en 5 hebben geleerd.</li><li>• De leerlingen kunnen onderscheid maken tussen verschillende gevoelens.</li></ul>	In deze les herhalen de leerlingen allerlei gevoelens die ze in groep 3, 4 en 5 hebben geleerd.
6	2	10	IL: leren dat hebberig, egoïstisch en gul gedrag emoties bij andere kinderen teweegbrengen. Dit kan weer gevolg hebben hoe zij reageren	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren de begrippen HEBBERIG, EGOÏSTISCH en GUL (en eventueel) GIERIG).</li><li>• De leerlingen weten dat hun gedrag de gevoelens van anderen kan beïnvloeden.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat de gevoelens van anderen van invloed kunnen zijn op hun gedrag.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen de begrippen hebberig, egoïstisch en gul.
6	3	16	IL: leren dat emoties ergens vandaan komen. Ze begrijpen waarom iemand boosaardig dan wel aardig reageert.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren de begrippen BOOSAARDIG en AARDIG.</li><li>• De leerlingen begrijpen oorzaken of achtergronden van emoties.</li></ul>	Deze les leren de leerlingen de begrippen boosaardig en aardig.



6	4	22	n.v.t.  IL: tijdens het luisteren en nabespreken van een verhaal leren kinderen emoties herkennen bij een ander. Ze begrijpen waar deze emoties vandaan komen en dat dat van invloed kan zijn op het gedrag.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren de begrippen AFGEWEZEN, ERBIJ HOREN, MINDERWAARDIG en PESTEN. (Van deze begrippen zijn geen emotiekaartjes opgenomen in de klassenset.</li><li>• De leerlingen begrijpen eigen gevoelens die te maken hebben met sociaal gedrag, het gevoelen ergens bij te willen horen en hoe anderen op hen reageren.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat gedachten en interpretaties te maken hebben met eigen gevoelens en met het gedrag van anderen.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen het begrip afgewezen worden en je minderwaardig voelen. Ook leren ze het begrip erbij horen en het gevoel er niet bij te horen door pestgedrag van een ander.
6	5	28	SF: leren hoe ze gevoelens van afwijzing en buitengesloten zijn kunnen veranderen en oplossen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen de begrippen AFGEWEZEN en BUITENGESLOTEN.</li><li>• De leerlingen kunnen op een speelse manier een oplossing voor een probleem bedenken.</li><li>• De leerlingen kunnen praten over angsten of minderwaardigheidsgevoelens</li><li>• De leerlingen begrijpen dat gedachten en interpretaties</li></ul>	In deze les herhalen de leerlingen de begrippen afgewezen en buitengesloten.





				te maken hebben met eigen gevoelens en met het gedrag van anderen.	
6	6	30	<p>IL: begrijpen dat omstandigheden kunnen bepalen of iemand meer of minder vergevingsgezind kan zijn.</p> <p>SF: leren hoe ze iemand kunnen vergeven door bijvoorbeeld sorry te zeggen. Begrijpen dat dit nodig kan zijn om weer verder te kunnen met de ander.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen HAATDRAGEND, BITTER, WRAAKZUCHTIG, VERGEVINGSGEZIND en VERGIFFENIS.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat de omstandigheden soms bepalen of mensen meer of minder vergevingsgezind zijn.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen de begrippen haatdragend, bitter, wraakzuchtig, vergevingsgezind en vergiffenis.
6	7	34	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen een aantal van de eerder geleerde gevoelens.</li><li>• De leerlingen kunnen zich verplaatsen in de gevoelens van anderen.</li></ul>	In deze les herhalen de leerlingen een aantal gevoelens. Ook leren ze zich verplaatsen in de gevoelens van anderen.



6	8	36	IL: leren gevoelens en emoties herkennen bij zichzelf en bij de ander.  SF: weten wat ze kunnen doen als ze bijvoorbeeld het gevoel hebben afgewezen te worden.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen eerder geleerde gevoelens, zoals AFGEWEZEN en TROTS.</li><li>• De leerlingen kunnen emotionele ervaringen met anderen delen.</li></ul>	In deze les herhalen de leerlingen enkele eerder geleerde gevoelens. Ook leren ze emotionele ervaringen met anderen te delen.
6	9	40	SF: leren een probleem dat het gevolg is van emoties samen op te lossen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen een groot aantal gevoelens.</li><li>• De leerlingen begrijpen de relatie tussen gevoelens en het oplossen van problemen.</li></ul>	In deze les wordt een overzicht gegeven van alle eerder geleerde gevoelens. De leerlingen leren op speelse wijze problemen op te lossen.
6	10	44	IB: leren de eerste stap om een probleem op te lossen. ( de methode PAD hanteert een elf stappenplan om problemen op te kunnen lossen). Kunnen rustig worden om na te denken over het probleem. Kunnen zich aan	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen het begrip PROBLEEM.</li><li>• De leerlingen kennen de eerste stap van het probleem oplossen (wordt rustig en denk na).</li><li>• De leerlingen kennen de Vraag en Antwoord-bus.</li></ul>	De leerlingen leren het oplossen van problemen aan de hand van elf stappen. In deze les wordt de eerste stap besproken: Word rustig en denk na.



			de regels houden van het probleemoplossen.  IL: begrijpen dat problemen kunnen ontstaan vanuit bepaalde gevoelens.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen begrijpen dat er een verband is tussen gevoelens en problemen.</li></ul>	
6	11	46	IB: leren de tweede stap om een probleem op te lossen- wat is het probleem? Het probleem wordt verkend door wie-, wat-, waar- en wanneer-vragen te stellen. Kunnen zich aan de regels houden van het probleemoplossen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen WIE, WAT, WANNEER en WAAR om een probleem vast te stellen.</li><li>• De leerlingen kennen de tweede stap van het probleem oplossen: <i>het probleem vaststellen</i>.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen de tweede stap van het probleemoplossen: wat is het probleem?
6	12	50	n.v.t	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen VOOR(DAT) en NA(DAT).</li><li>• De leerlingen begrijpen dat je gevoelens kunt veranderen</li></ul>	De leerlingen leren in deze les de begrippen voor(dat) en na(dat) en dat gevoelens kunnen veranderen.



6	13	52	<p>SF: leren een probleem te verkennen. Kunnen een oplossing bedenken voor een probleem. Leren dat de keuze voor een oplossing gevolgen hebben.</p> <p>IB: leren na te denken over een probleem en hoe daarop het beste te reageren.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen VROEGER, NU en STRAKS.</li><li>• De leerlingen herhalen de begrippen ALS(DAN) en VOOR(DAT) EN NA(DAT).</li><li>• De leerlingen begrijpen dat je iets kunt doen om problemen op te lossen.</li><li>• De leerlingen begrijpen de begrippen ALTERNATIEVEN en GEVOLGEN.</li></ul>	<p>De keuze die je maakt bij een probleem, welke keuze dan ook, heeft altijd gevolgen. Soms niet direct, maar veel later. In deze les leren de leerlingen de begrippen vroeger, nu en straks en later.</p>
6	14	56	<p>SF: leren de tweede stap om een probleem op te lossen- wat is het probleem? Het probleem wordt verkend door wie-, wat-, waar- en wanneer-vragen te stellen. Er wordt nagedacht hoe een probleem is ontstaan.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen begrijpen dat het belangrijk is je gevoelens te kennen als je een probleem hebt.</li><li>• De leerlingen kunnen een probleem vaststellen door na te denken over de vraag WAAROM heb ik een probleem? En WAT ging er aan het probleem VOORAF?</li></ul>	<p>Soms kan datgene wat voorafgaat aan een probleem, invloed hebben op het vaststellen en het oplossen van dit probleem.</p>



6	15	58	SF: leren de tweede stap om een probleem op te lossen- wat is het probleem? Het probleem wordt verkend door wie-, wat-, waar- en wanneer-vragen te stellen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen problemen vaststellen.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen hoe ze een probleem kunnen vaststellen.
6	16	60	IL: kunnen gevoelens bij zichzelf en bij anderen vaststellen om te bepalen wat het probleem is.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen oefenen in het vaststellen van een probleem.</li><li>• De leerlingen kunnen gevoelens bij zichzelf en anderen vaststellen om te bepalen wat het probleem is.</li></ul>	Vaak is het belangrijk om te weten welke gevoelens iemand bij een probleem heeft. Zo kun je beter begrijpen wat het probleem is.
6	17	64	IL: begrijpen dat het belangrijk is om te weten welke bedoeling er achter problemen en gevoelens zitten.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen de begrippen PER ONGELUK en EXPRES.</li><li>• De leerlingen kunnen onderscheid maken tussen problemen die per ongeluk en problemen die expres ontstaan (zie ook les 10 van groep 5).</li><li>• De leerlingen begrijpen dat het belangrijk is om te weten welke bedoeling er achter problemen en ] zitten.</li></ul>	Deze les leren de leerlingen dat het belangrijk is te weten welke bedoeling er achter problemen en gevoelens zitten.



6	18	68	SF: leren hoe ze een probleem kunnen oplossen door een doel te stellen. Ze leren vooruit te denken en plannen te maken om tot een goede oplossing te kunnen komen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen het begrip DOEL.</li><li>• De leerlingen kunnen vooruit denken en plannen.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen te bedenken hoe ze een probleem willen oplossen. Ze leren het begrip <i>doel</i> en oefenen in het bepalen van een eigen <i>doel</i> . Is de vierde stap bij het probleemoplossen.
6	19	72	SF: leren hoe ze een probleem kunnen oplossen aan de hand van het elf stappen plan.  IL: leren zich in te leven in de ander om zo tot een goede oplossing van het probleem te kunnen komen. Ze leren na te denken over hoe een ander het probleem graag opgelost zou zien.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de begrippen OPLOSSEN en OPLOSSING.</li><li>• De leerlingen herhalen het begrip DOEL.</li><li>• De leerlingen kunnen zich inleven in een probleem.</li></ul>	De leerlingen leren deze les de begrippen <i>oplossen en oplossing</i> .



6	20	76	SF: leren hoe ze een probleem kunnen oplossen aan de hand van het elf stappen plan. De eerste vier stappen worden herhaald.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de eerste vier stappen om problemen op te lossen.</li></ul>	De leerlingen herhalen deze les de eerste vier stappen om een probleem op te lossen.
6	21	80	SF: leren de vijfde stap van het elf stappenplan. Kennen de verschillende manieren om tot een oplossing te komen. Kunnen voor een probleemsituatie zoveel mogelijk oplossingen te bedenken.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen de verschillende manieren op problemen op te lossen.</li><li>• De leerlingen bedenken voor een probleemsituatie zoveel mogelijk oplossingen.</li></ul>	De leerlingen stellen vast wat in een bepaalde situatie het probleem is en welke oplossingen mogelijk zijn. De vijfde stap van het probleemoplossen komt aan de orde: Welke oplossingen zijn er?
6	22	86	SF: leren de vijfde stap van het elf stappenplan. Kennen de verschillende manieren om tot een oplossing te komen. Kunnen voor een probleemsituatie zoveel	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen meer oplossingen bedenken voor één probleemsituatie.</li><li>• De leerlingen kunnen verschillende soorten oplossingen bedenken.</li></ul>	In deze les bedenken de leerlingen oplossingen voor verschillende probleemsituaties.



			mogelijk oplossingen te bedenken.		
--	--	--	-----------------------------------	--	--





## Groep 7

7	1	8	SF: kunnen de eerste vijf stappen van het elf stappenplan toepassen om een probleem op te lossen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen luisteren naar de oplossingen van anderen voor een probleem.</li><li>• De leerlingen kunnen verschillende soorten oplossingen bedenken voor één probleem.</li></ul>	De leerlingen leren in deze les dat ze, als ze een probleem op willen lossen, goed moeten luisteren naar de ideeën van andere mensen.
7	2	12	SF: kunnen bedenken welke gevolgen een gekozen oplossing kan hebben. (zesde stap in het elf stappenplan)  IL: kunnen bedenken welke gevoelens een oplossing bij een ander kunnen oproepen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen de eerste vijf stappen toepassen die nodig zijn voor het oplossen van !.</li></ul>	De leerlingen leren het oplossen van ! aan de hand van elf stappen. In groep 6 hebben zij de eerste vijf stappen geleerd. Deze les is een herhaling van die eerste vijf stappen. Door nog een keer te oefenen, kunnen de leerlingen de stappen beter vasthouden. Meer over de achtergrond en het toepassen van het probleemoplossen en de probleemoploskaart vindt u op bladzijde 36 van de docentenhandleiding.



7	3	16	<p>SF: kunnen uit verschillende alternatieven de beste oplossing kiezen. (zevende stap in het elf stappenplan)</p> <p>SA: kunnen een eigen keuze voor een oplossing maken op basis van verschillende oplossingsalternatieven.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>De leerlingen kunnen bedenken welke gevolgen een gekozen oplossing hebben.</li></ul>	<p>De leerlingen hebben in les 1 de vijf stappen van het probleemoplossen herhaald die ze in groep 6 hebben geleerd. In deze les leren de leerlingen de zesde stap: wat zijn de gevolgen? De leerlingen denken na over de gevolgen van een gekozen oplossing. De klas maakt in deze les gebruik van het voorbeeld uit les 1.</p>
7	4	20	<p>SF: kunnen uit verschillende alternatieven de beste oplossing kiezen. (zevende stap in het elf stappenplan)</p> <p>SA: kunnen een eigen keuze voor een oplossing maken op basis van</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>De leerlingen kunnen uit verschillende alternatieven de beste \$ kiezen.</li></ul>	<p>De leerlingen hebben in de vorige twee lessen verschillende oplossingen bedacht en stilgestaan bij de gevolgen van deze oplossingen. In deze les leren ze verschillende alternatieven af te wegen. De leerlingen oefenen nog eens in het nadenken over de gevolgen, ze beoordelen deze en zetten dan</p>



			verschillende oplossingsalternatieven.		de zevende stap: het kiezen van de beste oplossing.
7	5	24	SF: kunnen uit verschillende alternatieven de beste oplossing kiezen. (zevende stap in het elf stappenplan)  SA: kunnen een eigen keuze voor een oplossing maken op basis van verschillende oplossingsalternatieven.	<ul style="list-style-type: none"><li>De leerlingen kunnen de eerste zeven stappen van het probleemoplossen uitvoeren.</li></ul>	De leerlingen hebben in de vorige les geleerd alternatieven af te wegen. Ze hebben de gevolgen van verschillende oplossingen beoordeeld en vervolgens gekozen voor de beste !. in deze les oefenen de leerlingen nog eens in het beoordelen van gevolgen en het kiezen van een !. in een rollenspel ervaren ze het belang van het principe 'eerst denken, dan doen'.
7	6	25	SF: kunnen een plan opstellen om een probleem op te lossen. (achtste stap van het elfstappenplan)	<ul style="list-style-type: none"><li>De leerlingen kunnen de eerste zeven stappen van het probleemoplossen uitvoeren in een nieuwe situatie.</li></ul>	In de vorige les hebben de leerlingen met een rollenspel geoefend met het beoordelen van gevolgen en het kiezen van een !. in deze les gaan ze wat ze geleerd hebben toepassen op een nieuw begrip.



7	7	34	SF: kunnen een plan opstellen, uitproberen en kijken wat er gebeurt. (negende en tiende stap van het elfstappenplan)	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten wat ze moeten doen om de achtste stap van het probleemoplossen uit te voeren: een plan maken</li></ul>	Inde vorige les hebben de leerlingen de eerste zeven stappen van het probleemoplossen toegepast op een nieuw probleem. In deze les maken ze kennis met stap 8: <i>maak een plan</i> .
7	8	36	SF: kunnen een plan opstellen, uitproberen en kijken wat er gebeurt. (negende en tiende stap van het elfstappenplan)	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen de achtste stap van het probleemoplossen uitvoeren: een plan maken.</li><li>• De leerlingen kunnen de negende en tiende stap van het probleemoplossen uitvoeren: <i>Een plan uitvoeren en bekijken of het plan werkt</i>.</li></ul>	In de vorige les hebben de leerlingen kennisgemaakt met de achtste stap van het probleemoplossen: <i>Maak een plan</i> . In deze les leren ze concreet om zo'n plan te maken.
7	9	40	SF: kunnen een plan opstellen, uitproberen en kijken wat er gebeurt. (negende en tiende stap van het elfstappenplan)	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen oefenen met het probleemoplossen in fictieve situaties én 'in het echt'.</li></ul>	In de vorige les hebben de leerlingen geoefend met de stappen 9 en 10 van het probleemoplossen: <i>Voer het plan uit</i> en <i>Werkt mijn plan?</i> In deze les doen ze dat nog een keer met een begrip dat ze nog uit de lessen in groep 6



					kennen. Het gaat om Sara die buitengesloten werd bij het spelen op het schoolplein, zie groep 6, les 21, lesblad 21c'. daarbij herhaalt u de stappen 2 t/m 6 van het probleemoplossen. Dit probeert u vervolgens uit 'in het echt'.
7	10	44	SF: kunnen bij het bedenken van een plan van tevoren rekening houden met eventuele hindernissen. (elfde stap van het elfstappenplan)	<ul style="list-style-type: none"><li>De leerlingen oefenen met het probleemoplossen aan de hand van een lied.</li></ul>	In de vorige les hebben de leerlingen de stappen 2 t/m 6 van het probleemoplossen herhaald. In deze les lopen ze in groepjes én klassikaal de gehele cyclus door van de stappen 1 t/m 10.
7	11	44	SF: kunnen bij het bedenken van een plan van tevoren rekening houden met eventuele hindernissen. (elfde stap van het elfstappenplan)	<ul style="list-style-type: none"><li>De leerlingen kunnen bij het bedenken van een plan van tevoren rekening houden met eventuele hindernissen.</li></ul>	In de vorige les hebben de leerlingen geoefend met de stappen 1 t/10 van het probleemoplossen. In deze les introduceert u het begrip 'hindernis' en vervolgens stap 11 van het probleemoplossen: <i>Andere oplossingen proberen.</i>



7	12	50	SF: kunnen aan de hand van het elfstappenplan het probleem op een goede manier oplossen.  IL: kunnen zich inleven in het probleem van de ander.	<ul style="list-style-type: none"><li>De leerlingen kunnen bij het bedenken van een plan van tevoren rekening houden met eventuele hindernissen.</li></ul>	In deze les oefenen de leerlingen nog meer met stap 11 van het probleemoplossen: 'Andere oplossingen proberen'.
7	13	56	SF: kunnen aan de hand van het elfstappenplan het probleem op een goede manier oplossen.  IL: kunnen zich inleven in het probleem van de ander.	<ul style="list-style-type: none"><li>De leerlingen kunnen zich inleven in een probleem van een ander en kunnen helpen bij het bedenken van een goede oplossing</li></ul>	In de vorige les hebben de leerlingen nog meer geoefend met stap 11 van het probleemoplossen: <i>Andere oplossingen proberen</i> . Dat deden ze aan de hand van verschillende fictieve situaties. In deze les oefenen de leerlingen in een rollenspel om hun klasgenoten te helpen met een (fictief) probleem
7	14	60	SF: kunnen aan de hand van het elfstappenplan het probleem op een goede manier oplossen. Er wordt gebruik gemaakt van	<ul style="list-style-type: none"><li>De leerlingen kunnen zich inleven in een probleem van een ander en kunnen helpen bij het bedenken</li></ul>	In de vorige les hebben de leerlingen in een spel geleerd om anderen te helpen met een (fictief) probleem. In deze les doen zij dat nog eens: eerst



			situaties die elke dag kunnen voorkomen.	van een goede oplossingen.	klassikaal aan de hand van een verhaal, en vervolgens in kleinere groepen in een rollenspel.
7	15	64	SF: kunnen aan de hand van het elfstappenplan het probleem op een goede manier oplossen. De problemen worden samen opgelost. Er wordt gebruik gemaakt van situaties die elke dag kunnen voorkomen.	<ul style="list-style-type: none"><li>De leerlingen begrijpen dat problemen horen bij het leven. Zij kunnen de stappen van het probleemoplossen ook in de praktijk van alledag gebruiken.</li></ul>	Deze les is de eerste van twee afrondende lessen over het probleemoplossen. In deze afronding gaat het om het toepassen van het probleemoplossen inde praktijk van alledag. In deze les oefent u met de leerlingen op een veilige manier met behulp van spreekwoorden en enkele fictieve problemen. In de volgende les pakt u met hen een echt bestaand probleem uit de Vraag en Antwoord-bus bij de kop.
7	16	67	SA: weten dat eerlijk/oneerlijk te maken heeft met de eigen persoonlijke mening.	<ul style="list-style-type: none"><li>De leerlingen kunnen een probleem in de groep of iets waar een klasgenoot mee zit samen oplossen.</li></ul>	Deze les is de tweede en laatste afrondende les over het probleemoplossen inde praktijk van alledag. Daarvoor pakt u een echt bestaand probleem uit



			IL: weten dat het kiezen voor eerlijk of oneerlijk zijn gevolgen heeft voor de gevoelens van de ander.		de Vraag en Antwoord-bus bij de kop.
7	17	70	IL: weten dat gedachten en gevoelens invloed hebben op elkaar. Iemands gevoelens en gedachten hebben op hun beurt weer invloed op de gevoelens en gedachten van een ander.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen benoemen wat eerlijk en oneerlijk is. Ze weten dat 'eerlijk' en 'oneerlijk' niet een gevoel is, maar dat het te maken heeft met een persoonlijke mening over een bepaalde situatie.</li></ul>	In deze les introduceert u de begrippen 'eerlijk' en 'oneerlijk'.
7	18	72	IL: leren dat situaties anders kunnen zijn dan ze denken. Door vanuit verschillende invalshoeken te kijken naar een situatie leren ze hoe interpretaties van de werkelijkheid de gevoelens van degenen die erbij betrokken zijn kunnen beïnvloeden.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten dat gedachten en gevoelens invloed hebben op elkaar, en dat iemand gevoelens en gedachten op hun beurt weer invloed hebben op iemands gedrag</li></ul>	In deze les laat u de leerlingen inzien dat gedachten invloed hebben op gevoelens en dat die gevoelens vervolgens weer effect hebben op gedrag. Door dat te beseffen, kunnen de leerlingen zich makkelijker inleven in het gedrag van anderen. Ze kunnen dan immers bedenken dat het gedrag van een ander





					misschien te maken heeft met hoe die ander zich voelt, of wat hij van een bepaalde situatie denkt.
7	19	78	IL: leren dat eerlijk of oneerlijk gedrag invloed heeft op de ander als het gaat om het vertrouwen hebben in de ander.	<ul style="list-style-type: none"><li>De leerlingen weten dat 'eerlijk' of 'oneerlijk' geen absolute begrippen zijn. Niet alleen iemands mening is bepalend, maar ook omstandigheden maken een situatie soms 'eerlijk' of 'oneerlijk'.</li></ul>	In deze les bespreekt u met de leerlingen een opeenvolgende reeks van situaties en beoordeelt u met de klas of het 'eerlijk' of 'oneerlijk' is ten opzichte van de verschillende personen in het scenario. Daardoor laat u de leerlingen inzien dat concrete en ondubbelzinnige situaties misschien toch niet zo ondubbelzinnig zijn als ze lijken, zodra je ze vanuit verschillende hoeken bekijkt. Door vanuit verschillende invalshoeken te kijken naar een situatie, leren de leerlingen hoe interpretaties van de werkelijkheid de gevoelens van degenen die erbij betrokken zijn kunnen beïnvloeden. Zo leren



					ze situaties te relativeren: er is niet één waarheid.
7	20	80	SA: weten dat ze verantwoordelijk zijn voor wat ze zeggen en wat ze doen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten hoe belangrijk het is om elkaar te kunnen vertrouwen.</li></ul>	In deze les behandelt u de begrippen goed, verkeerd, eerlijk, oneerlijk, per ongeluk, expres, schuld, vertrouwen en belofte. U bespreekt met de groep hoe belangrijk het is om elkaar te kunnen vertrouwen.



## Groep 8

8	1	8	SF: kunnen aan de hand van het elfstappenplan het probleem op een goede manier oplossen.  IL: kunnen zich inleven in het probleem van de ander.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten hoe belangrijk het is om verantwoordelijkheid te nemen voor wat je zegt en wat je doet.</li></ul>	In deze les behandelt u het begrip verantwoordelijkheid. U sluit de lessenreeks af met een opdracht die de verbeelding van de leerlingen aanspreekt.
8	2	12	SF: kunnen aan de hand van het elfstappenplan het probleem op een goede manier oplossen.  IL: kunnen zich inleven in het probleem van de ander.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen verschillende oplossingen bedenken voor een probleem.</li><li>• De leerlingen kunnen verschillende oplossingen beoordelen.</li></ul>	In deze les gaan de leerlingen verder met het onderdeel om problemen op te lossen.
8	3	18	IB: weten dat rustig nadenken kan helpen om jezelf onder controle te krijgen. Dit kun je leren.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten dat het belangrijk is om eerst rustig na te denken bij een probleem (zelfcontrole) en dat op deze wijze problemen</li></ul>	In deze les leren de leerlingen dat zij problemen voor kunnen zijn. Vooral als ze van tevoren nadenken over mogelijke



			IL: kunnen gedrag en gevoelens bij zichzelf en bij de ander van elkaar onderscheiden.	<p>voorkomen kunnen worden.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen problemen vanuit verschillende invalshoeken bekijken.</li><li>• De leerlingen begrijpen waarom mensen handelen zoals ze doen.</li></ul>	situaties waarin zij verzeild kunnen raken.
8	4	22	IB: leren dat het belangrijk is om eerst rustig na te denken bij een probleem in plaats van gelijk te reageren.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen gedrag en gevoelens van elkaar onderscheiden.</li><li>• De leerlingen weten dat rustig nadenken kan helpen om jezelf onder controle te krijgen.</li><li>• De leerlingen weten dat rustig nadenken iets is wat je kunt leren.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen dat het belangrijk is om eerst rustig na te denken bij een probleem in plaats van gelijk te reageren.
8	6	26	SI: weten verschillende manieren om op iemand af te stappen en vriendschap te sluiten.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten dat er verschillende manieren zijn om vrienden te maken.</li><li>• De leerlingen ontwikkelen hun vaardigheden in het sluiten van vriendschappen.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen op welke manieren ze vrienden kunnen maken.



			SF: kunnen omgaan met de teleurstelling dat iemand geen vriend wil zijn	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen zijn zich bewust van het effect van hun eigen gedrag.</li></ul>	
8	7	28	SF: leren verschillende manieren te bedenken om een ruzie op te kunnen lossen. Leren om te gaan met het feit dat een ruzie niet altijd gelijk opgelost is.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen bedenken verschillende manieren om een ruzie bij te leggen.</li><li>• De leerlingen weten dat zij een ruzie weer kunnen bijleggen, bijvoorbeeld door 'het spijt mij' te zeggen .</li></ul>	Vrienden hebben ook wel eens ruzie. In deze les leren de leerlingen op welke manieren zij het weer goed kunnen maken na een ruzie met een vriend.
8	8	32	IB: weten dat het belangrijk is om eerst rustig na te denken bij een probleem (zelfcontrole)  IL: leren zich te verplaatsen in anderen en kunnen problemen vanuit verschillende gezichtspunten bekijken. Ze	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten dat het belangrijk is om eerst rustig na te denken bij een probleem (zelfcontrole) en dat op deze manier problemen voorkomen kunnen worden.</li><li>• De leerlingen leren zich te verplaatsen in anderen en kunnen problemen vanuit verschillende gezichtspunten bekijken.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen hoe een klein probleem uit de hand kan lopen en zo een steeds groter probleem kan worden.



			begrijpen waarom mensen handelen zoals ze doen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen begrijpen waarom mensen handelen zoals ze doen.</li><li>• De leerlingen begrijpen wat het probleem met 'pesten' is.</li></ul>	
8	9	36	SF: kunnen een probleem vanuit verschillende gezichtspunten bekijken en kunnen verschillende oorzaken bedenken voor problemen.  IL: begrijpen dat bij verschillende situaties ook verschillende emoties horen, zowel bij zichzelf als bij de ander.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen een probleem vanuit verschillende gezichtspunten bekijken.</li><li>• De leerlingen kunnen verschillende oorzaken bedenken voor problemen.</li><li>• De leerlingen begrijpen dat bij verschillende situaties ook verschillende emoties horen.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen wat pesten is en welke nare gevolgen het kan hebben.
8	10	40	IL: weten wat de resultaten en de gevolgen zijn van pesten en gepest worden. Ze zijn zich beter bewust	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten wat de resultaten en gevolgen zijn van pesten en gepest worden.</li><li>• De leerlingen zijn zich beter bewust van de</li></ul>	In deze les leren de leerlingen wat er gebeurt als ze gepest worden en wat ze eraan kunnen doen.



			<p>van de gevoelens van andere mensen.</p> <p>SF: kunnen een probleem vanuit verschillende gezichtspunten bekijken en kunnen verschillende oorzaken bedenken voor problemen.</p> <p>IB: oefenen zich in zelfcontrole.</p>	<p>gevoelens van andere mensen.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen een probleem vanuit verschillende gezichtspunten bekijken.</li><li>• De leerlingen oefenen in zelfcontrole, gevoelens verbergen en verontschuldigen aanbieden.</li></ul>	
8	11	42	<p>IL: weten wat de resultaten en de gevolgen zijn van pesten en gepest worden. Ze zijn zich beter bewust van de gevoelens van andere mensen.</p> <p>SF: kunnen een probleem vanuit verschillende</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten wat de resultaten en gevolgen zijn van pesten en gepest worden.</li><li>• De leerlingen zijn zich beter bewust van de gevoelens van andere mensen.</li><li>• De leerlingen kunnen een probleem vanuit verschillende gezichtspunten bekijken.</li></ul>	<p>In deze les leren de leerlingen wat er gebeurt als ze gepest worden en wat ze eraan kunnen doen. In les 10 ging het over opzettelijk en gemeen pesten. In deze les gaat het over plagen en lol maken.</p>



			gezichtspunten bekijken en kunnen verschillende oorzaken bedenken voor problemen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen oefenen in zelfcontrole, gevoelens verbergen en</li></ul>	
8	12	44	IL: Ze zijn zich beter bewust van de gevoelens van andere mensen.  SF: kunnen een probleem vanuit verschillende gezichtspunten bekijken en kunnen verschillende oorzaken bedenken voor problemen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen worden zich bewust van de gevoelens van andere mensen en begrijpen ze beter.</li><li>• De leerlingen kunnen een probleem vanuit verschillende gezichtspunten bekijken.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen hoe ze kunnen omgaan met gemene pesterijen waarvan de pester zegt dat hij het 'alleen maar voor de lol' deed.
8	13	46	SF: werken samen bij het oplossen van problemen. Ze kunnen verschillende en creatieve oplossingen bedenken.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen werken samen bij het oplossen van problemen.</li><li>• De leerlingen bedenken creatieve oplossingen.</li></ul>	In deze les herhalen de leerlingen door het spelen van een spel hoe ze de stappen van het probleemoplossen kunnen gebruiken om samen een probleem op te lossen. Deze les kan meerdere lessen in beslag nemen.





8	14	50	SF: kennen de eerste drie stappen van het probleem oplossen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren hoe ze erachter kunnen komen wat precies het probleem is, wat bij henzelf ligt en wat hij de ander.</li><li>• De leerlingen kennen de eerste drie stappen van het probleemoplossen.</li></ul>	In deze en de volgende les herhalen de leerlingen de eerste drie stappen van het probleemoplossen: rustig worden en nadenken, vaststellen wat het probleem is en hoe ze zich voelen en leren deze stappen toe te passen.
8	15	52	SF: kennen de eerste drie stappen van het probleem oplossen.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren hoe problemen en gevoelens met elkaar te maken hebben.</li><li>• De leerlingen kennen de eerste drie stappen van het probleemoplossen.</li></ul>	In deze en de volgende les herhalen de leerlingen de eerste drie stappen van het probleemoplossen: rustig worden en nadenken, vaststellen wat het probleem is en hoe ze zich voelen en leren deze stappen toe te passen.
8	16	58	SF: kunnen een positief doel bepalen om tot een goede oplossing te kunnen komen (vierde stap van het elfstappenplan).	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten wat een doel is.</li><li>• De leerlingen begrijpen het belang van positieve doelen.</li><li>• De leerlingen kennen de vierde stap van het probleemoplossen: een doel bepalen.</li></ul>	In deze les herhalen de leerlingen de vierde stap van het probleemoplossen; het doel bepalen. Ze leren hoe ze voor zichzelf een doel kunnen stellen en hoe ze dit in de praktijk kunnen toepassen.



8	17	62	SF: kunnen de eerste vijf stappen van het elf stappenplan toepassen om een probleem op te lossen. Kennen de verschillende manieren om tot een oplossing te komen. Kunnen voor een probleemsituatie zoveel mogelijk oplossingen te bedenken.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen weten dat je een probleem op veel verschillende manieren kunt oplossen.</li><li>• De leerlingen kunnen verschillende soorten oplossingen bedenken voor een probleem.</li></ul>	In deze les herhalen de leerlingen stap 5 van het probleemoplossen: verschillende soorten oplossingen te bedenken voor problemen en passen dit toe.
8	18	64	SF: kunnen bedenken welke gevolgen een gekozen oplossing kan hebben (zesde stap in het elf stappenplan. Kunnen uit verschillende alternatieven de beste oplossing kiezen. (zevende stap in het elf stappenplan)	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kennen het begrip 'gevolgen'.</li><li>• De leerlingen kunnen mogelijke gevolgen bedenken.</li></ul>	In deze les herhalen de leerlingen stap 6 en 7 van het probleemoplossen: nadenken over de mogelijke gevolgen van oplossingen die zij bedenken en de beste oplossing kiezen.



			SA: kunnen een eigen keuze voor een oplossing maken op basis van verschillende oplossingsalternatieven.		
8	19	66	SF: kunnen een probleem oplossen aan de hand van het elf stappenplan.  IB: begrijpen het belang van 'eerst denken, dan doen'.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen herhalen de stappen van het probleemoplossen.</li><li>• De leerlingen begrijpen het belang van 'eerst denken, dan doen'.</li></ul>	In deze les herhalen de leerlingen stap 8 van het probleemoplossen: een plan maken. Met andere woorden eerst nadenken voordat ze wat gaan doen en leren dit toepassen.
8	20	70	SF: kunnen een probleem oplossen aan de hand van het elf stappenplan. De nadruk ligt op het maken van een ander plan als het eerste plan mislukt.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen oefenen de stappen van het probleemoplossen.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen om een goed plan te bedenken voordat ze een oplossing uitproberen.
8	21	74	SF: kunnen een probleem oplossen aan de hand van het elf stappenplan. De nadruk ligt op het maken	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren dat je soms moet doorzetten als je een probleem wilt oplossen.</li></ul>	In deze les leren de leerlingen om het niet op te geven als een plan is mislukt, maar door te zetten en een nieuw plan te



			van een ander plan als het eerste plan mislukt.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen kunnen hindernissen herkennen.</li><li>• De leerlingen begrijpen waarom ook goede oplossingen soms mislukken.</li><li>• De leerlingen kennen de elfde stap van het probleemoplossen: een ander plan proberen als het eerste niet lukt.</li></ul>	bedenken. Stap 9, 10 en 11 van het probleemoplossen: een plan uitvoeren, bekijken of het werkt en andere oplossingen uitproberen.
8	22	78	SF: kunnen een probleem oplossen aan de hand van het elf stappenplan. De nadruk ligt op het maken van een ander plan als het eerste plan mislukt.	<ul style="list-style-type: none"><li>• De leerlingen leren dat je soms moet doorzetten als je een probleem wilt oplossen.</li><li>• De leerlingen kunnen hindernissen herkennen.</li><li>• De leerlingen begrijpen waarom ook goede oplossingen soms mislukken.</li><li>• De leerlingen kennen de elfde stap van het probleemoplossen: een ander plan uitproberen als het eerste niet lukt.</li></ul>	In deze les oefenen leerlingen nogmaals om het niet op te geven als een plan is mislukt, maar door te zetten en een nieuw plan te bedenken.