Activiteit 4.3

Aap is bang

Doel Blok 4

De leerlingen leren omgaan met gevoelens van zichzelf, en leren zich in te leven in de gevoelens van anderen.

Kern van de activiteit

Bespreken, uitbeelden en herkennen van het gevoel ‘bang’. Leerlingen verkennen situaties waarin je bang kunt zijn en wat ze dan kunnen doen.

Woorden

bang, schrikken, dapper

Hulpzinnen

- Ik ben bang
- Ik schrik ervan
- Stop! Hou op met...!

Materialen

- De illustratie Bang, Blij, Verdrietig, Niet leuk, Dapper
- Illustraties Stop! Hou op met…!, Zoek iemand die
- Aap en Tijger
- Een plastic spin, of een plaatje van een spin in een ondoorzichtig doosje
- De tekening van het lijf waarin in een eerdere activiteit is aangegeven waar je verdriet voelt.
- Touw, voor iedere leerling een knijper met naam, de illustraties Blij, Verdrietig en Bang geplastificeerd. Een wit geplastificeerd A4
- Een knijper voor Aap

Voorbereiding

- Zet muziek klaar om af te spelen (waarop de leerlingen kunnen rondlopen).
- Hang de lijn op in uw klas op een hoogte waar de leerlingen goed bij kunnen.

Aap is bang

De leerlingen zitten in de kring. Haal Aap en Tijger in de kring en speel het volgende spel:
Tijger: *Aap, ik heb iets leuks bij me!*
Aap heel nieuwgierig: *Oh ja? Laat eens zien!*
Tijger: *Kijk, het zit in dit doosje!*
Aap enthousiast: *Laat zien! Laat zien dan!*
Tijger: *Ho, ho, wacht even, dat gaat zomaar niet! Eerst aftellen!* Tijger vraagt aan de groep: *Doen jullie mee? 1-2-3!* Tijger opent heel voorzichtig en langzaam het doosje en kijkt er eerst zelf in.
Aap: *Kom nou, Tijger, laat zien!* Tijger laat Aap in het doosje kijken en Aap schrikt heel erg van de spin. Hij rent geschrokken van het doosje vandaan: *Help, een spin!* **Ik ben bang** *voor spinnen!*
Tijger lacht: *Je hoeft niet* **bang** *te zijn, hij is niet echt! Kijk maar!*
Aap komt voorzichtig weer naar Tijger toe en gluurt voorzichtig in het doosje.
Aap: *Oh gelukkig! Je liet mij* **schrikken***!*
Tijger: *Sorry, dat was niet mijn bedoeling.*
Tijger laat de inhoud van het doosje ook aan de leerlingen zien.
Zeg: *Tjonge, Tijger, je liet Aap wel een beetje schrikken, want* **hij is bang** *voor spinnen.*
Laat de illustratie Bang zien.
Wie is er ook bang voor spinnen? Laat een paar leerlingen reageren.

Vraag de helft van de groep te gaan staan. *Laat eens zien wat Aap doet als hij bang is?*
Laat de andere leerlingen benoemen wat ze de leerlingen zien doen.
Vraag nu de andere helft van de groep te gaan staan. *Doe eens voor wat jij doet als je bang bent?*

Vraag aan alle leerlingen aan te wijzen waar ze het gevoel ‘bang’ in hun lijf voelen.
Laat het aanwijzen op de tekening waarin leerlingen het gevoel ‘verdrietig’ aangaven. Geef het gevoel ‘bang’ een andere kleur.

Afhankelijk van uw groep, bespreekt u het gevoel ‘dapper’.
Tijger: *Ik durf een spin wel op te pakken hoor. Ik ben niet bang voor spinnen!*
Aap: *Dat vind ik wel* **dapper** *van jou, Tijger!* Laat de illustratie Dapper zien. *Dapper is dat je bang bent, maar het toch probeert.*
Wie durft er ook een spin op te pakken, net als Tijger? Wie is er ook dapper?
Laat leerlingen kort reageren.
Laat Tijger het doosje weer dicht doen en laat Aap en Tijger afscheid nemen van de groep.



De gevoelslijn

De leerlingen staan in de kring. Laat de drie illustraties met gevoelens zien die tot nu toe aan bod kwamen: blij, verdrietig en bang. We gaan *Zoek iemand die* doen. Laat de illustratie zien. Demonstreer de bedoeling met een leerling. U zet muziek op, tijdens de muziek loopt u met de leerling door de klas. De rest van de groep kijkt toe.
Stop de muziek en zeg: *Zoek een maatje.* U doet uw hand omhoog (het beschikbaarheids-teken) en loopt naar de leerling toe. U doet de opgestoken handen tegen elkaar aan en weer naar beneden.
Degene met de langste haren mag laten zien hoe het gevoel ‘blij’ er uit ziet. Daarna mag de ander. Doe voor hoe u met uw hele houding het gevoel laat zien (handen juichend in de lucht, huppelen, springen op de plaats, lachen).
Wanneer de muziek weer begint neemt u afscheid: *Dag!* en loopt u naar een andere leerling.

Geef nu de hele groep de gelegenheid dit te doen. Wanneer u een oneven aantal leerlingen hebt maakt u van tevoren een tweetal, dat steeds een nieuw maatje zoekt.
Herhaal dit voor de gevoelens blij, verdrietig en bang. Laat ze hun hele lijf gebruiken.
Laat de leerlingen weer gaan zitten.
Hang de drie illustraties aan de lijn. En zet eventueel de voorwerpen die u gebruikt hebt in het spel met Aap en Tijger onder de illustraties als geheugensteuntje (een foto van een gek gezicht bij blij/ de kapotte auto bij verdrietig/ het doosje met de spin bij bang). Laat de voor-werpen aan nieuwe leerlingen zien en vertel kort (of door leerlingen in hun eigen taal) waar ze voor staan.
Geef iedereen een knijper met zijn naam en vraag de leerlingen uit om hun knijper te hangen bij het gevoel dat ze nu hebben.
Trek samen met de leerlingen een conclusie over hoe de leerlingen hun knijper hebben opgehangen. *Dit gaan we iedere ochtend als we op school komen doen.* Als ze dit willen kunnen leerlingen er dan iets over vertellen.



Wat kun je doen?

De leerlingen zitten in de kring. Aap en Tijger komen samen aan rennen. Aap voorop.
Aap blijft staan en houdt zijn handen voor zijn ogen en is in elkaar gedoken. Tijger maakt harde brullende geluiden.
Aap, wat is er aan de hand?
Al trillend zegt Aap een beetje piepend: *Ik ben bang!*
Tijger brult nog een keer en Aap krimpt in elkaar.
Aap: *Ik ben bang van Tijger, hij brult zo hard!*
Goed dat je het tegen ons zegt, Aap! Nu kunnen wij jou helpen.

Laat een leerling de knijper van Aap ophangen aan de gevoelslijn bij het gevoel van Aap: bang.
Zien jullie ook dat Aap bang is? Laat twee leerlingen voordoen wat ze Aap zien doen of doe dit zelf terwijl u er woorden aan geeft (in elkaar gedoken, handen voor zijn oren).
Wij kunnen jou wel helpen, Aap.
Geef de leerlingen de tijd om te reageren en maak gebruik van hun reacties.
Bied ook Stop! Hou op met…! aan als mogelijkheid (uit Blok 1). Speel een aantal mogelijkheden uit met Aap en Tijger. Laat Aap duidelijk zeggen dat hij bang wordt van het gebrul van Tijger.
Laat Tijger stoppen met brullen.
Tijger: *Oké, ik zag niet dat je bang was, ik zal niet meer brullen!*
Geef de leerlingen een opsteker voor het helpen en Aap en Tijger voor het feit dat ze het samen hebben opgelost.
Het is niet leuk om bang te zijn, hè Aap! Laat de illustratie Bang en illustratie Niet leuk zien.
Je kunt er iets aan doen. En je kunt ook iemand helpen die bang is. Dat hebben jullie heel goed gedaan.



Leerkrachtgedrag

- Bekijk iedere ochtend de gevoelslijn. Met welk gevoel komen de leerlingen binnen? Kies of u er met de hele groep bij stil wilt staan, of dat u het even één op één bespreekt met een leerling.
- Sta open voor wat een leerling zegt en laat ruimte om stil te staan bij het gevoel, zonder het weg te willen halen.
- Laat leerlingen eventueel in de eigen taal gevoelens onder woorden brengen.
- Benoem de verschillende basisgevoelens die tot nu toe aan bod zijn geweest zodra u ze ziet bij leerlingen.
- Geef ook woorden aan uw eigen gevoel. Ben hierin het voorbeeld voor leerlingen.
- Hang ook af en toe uw eigen knijper aan de gevoelslijn en meld het wanneer uw gevoel weer veranderd is en waardoor dit kwam.
- Als leerlingen uit zichzelf andere gevoelens ter sprake brengen kunt u die toevoegen aan de lijn. U vindt de illustraties op de site.
- Bespreek met ouders/ verzorgers de functie van de gevoelslijn en hoe u deze gebruikt met de groep. Het biedt een mogelijkheid om met hen in gesprek te raken over het omgaan met gevoelens.