

Charmaine Liebertz

De 50 beste spelletjes voor sociaal-emotionele vorming

Panta Rhei mini spelenboekenreeks

**PANTARHEI**
U I T G E V E R I J

De 50 beste spelletjes voor sociaal-emotionele vorming – Charmaine Liebertz

Oorspronkelijke titel: Das Schatzbuch der Herzensbildung

© 2004 Don Bosco Verlag, München

© 2020 Nederlandse vertaling: Uitgeverij Panta Rhei, Katwijk aan Zee

ISBN 9789088402111

NUR 190

Nederlandse vertaling: Pierre Eggels

Grafische verzorging: FTP-Focus to Prepress, Zoetermeer

Niets uit deze uitgave mag worden veeleenvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, internet of op welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Inhoud

Hoofdstuk 1	5
Bewustwording van eigen emoties	
1 Kleine slak, kom naar buiten	7
2 De dobbelsteen met de vele gevoelens	9
3 De geest uit de fles	10
4 Het gezicht met de vele uitdrukkingen	11
5 Het ABC van de gevoelens	13
6 Hoogheid, de paarden staan klaar	14
7 De gevoelenspuzzel	15
8 Mijn vriend de teddybeer	16
9 Het doek gaat op... ..	17
10 Hoe was ik?	18
Hoofdstuk 2	19
Emoties leren hanteren	
11 Kleine slang, vervell	21
12 Wie heeft de klok verzet?	23
13 De emotiebus	24
14 Kijk naar boven!	25
15 Jij vierkante tomaat!	26
16 Leontine de wasmachine	27
17 De woedebal	28
18 Ring vrij voor de worstelaars!	29
19 De zielige kat	30
20 Over ruspen en wepsen	31
Hoofdstuk 3	33
Emoties uiten	
21 De weegschaal	35
22 De toverknikkers	37
23 Sesam, open ul	38
24 Hartenwensen	39
25 In het land van de lach	40

26	Het werk van de kabouterpjes	41
27	Laten we allemaal... ..	43
28	Mijn leerradder	45
29	Tante Lien heeft een tic.....	46
30	De grimassenkoning(in)	48
Hoofdstuk 4		49
Empathie ontwikkelen		
31	Zeg me hoe ik me voel	51
32	De tweelingtoren	52
33	De flessengeest van het gevoel	53
34	De Siamese tweeling	54
35	Gebroken harten	55
36	Schip ahoi!	56
37	Handen lezen	57
38	De dubbelganger	58
39	Mijn schatje	59
40	Jouw mocassins	60
Hoofdstuk 5		63
Sociaal vaardig worden		
41	Waardering is fijn	65
42	Wie is de baas?	66
43	Tunnelbal	67
44	Blinde architecten	68
45	Van directeur tot schoonmaker.....	69
46	Het stille stilleven	71
47	De emotiecarrousel	72
48	De toverdrank	74
49	De zorgenbrievibus.....	75
50	Krabbenvoetbal	76

Hoofdstuk 1

Bewustwording van eigen emoties



1. Kleine slak, kom naar buiten!

Voor: 3 tot 8 jaar

Duur: 5 minuten

Spelvorm: individueel

Deze oefening helpt de kinderen om op een drukke schooldag even rust en bezinning te vinden. In plaats van op de grond hurken of liggen kunnen de kinderen ook met hun bovenlichaam op hun tafeltje gaan liggen.

In een kleine droomreis kan je kinderen zo'n veilig plekje geven waarin ze hun gevoelens goed kunnen waarnemen: "Ga maar lekker op je hurken zitten. Doe je hoofd tussen je knieën, maak je rug helemaal bol, leg je handen op je hoofd en doe je ogen maar dicht. Stel je voor dat je een kleine slak bent die zich in zijn huisje terugtrekt om een veilig beschut plekje te hebben. Haal heel rustig en diep adem. Nu voel je dat een lieve persoon je voorzichtig in zijn armen neemt. Terwijl je in zijn armen ligt ontspant elke spier van je lichaam zich. Je wordt heel zacht en je hoofd voelt heel licht aan. Je voelt de warmte van het slakkenhuisje door je hele lichaam, tot in je tenen. Je krijgt een heel warm en fijn gevoel. Je voelt je nu ook weer sterk genoeg om uit je slakkenhuisje tevoorschijn te komen. Je bent nieuwsgierig naar wat daar buiten allemaal is.

Heel voorzichtig strek je je armen langs je lichaam naar voren, net zoals een slak zijn voelsprietten voorzichtig uitsteekt. Ook je lichaam wordt weer langer en langer. Langzaam doe je de ogen weer open. Misschien lukt het je om nu ook een glimlach op je gezicht te toveren."

2. De dobbelsteen met de vele gevoelens

Voor: 3 tot 6 jaar

Duur: 10 minuten

Spelvorm: groep of tweetal

Materiaal: een dobbelsteen met gezichten die elk een ander gevoel uitdrukken

Voordat ze met dit spel beginnen, maken de kinderen samen eerst een grote dobbelsteen van piepschuim. Op elke kant wordt vervolgens een gezicht geplakt dat telkens een ander gevoel uitdrukt, bijvoorbeeld vreugde, verdriet, woede, angst, enzovoort. De gezichten kunnen getekend worden, maar er kunnen ook foto's gemaakt worden van de kinderen terwijl ze telkens een ander gevoel uitdrukken.

Nu gooien de kinderen om de beurt met de dobbelsteen. Het gevoel dat boven komt te liggen moet het kind dan met zijn hele lijf, gezicht en met geluiden uitdrukken. Na afloop kan gediscussieerd worden over de verschillende manieren waarop één en hetzelfde gevoel getoond wordt.