

In de cirkel

Lesplan 3



Doel: Verbinding creëren en het bewustzijn vergroten

Duur: 45-60 minuten

Materialen: Tape, overzicht van uitspraken

Een woord vooraf

Dit lesplan is gevuld met verschillende oefeningen die bijdragen aan de ontwikkeling van inclusief en pro-sociaal gedrag van jongeren tussen de 12 en 16 jaar oud.

Alle oefeningen in dit lesplan zijn ontwikkeld en getest door ons of andere professionals met jarenlange ervaring op het gebied van coaching, gedragswetenschap, sociale psychologie en het onderwijs. All-in heeft deze oefeningen met de grootst mogelijke zorg verzameld en getoetst of doorontwikkeld.

Mocht je een oefening tegenkomen waarvan de bron mist, onjuist staat vermeld of heb je zelf een effectieve oefening bedacht die je graag met je collega's zou willen delen?

Stuur ons dan een mail via:

exercises@all-in.foundation

LESUITLEG

Maak een grote cirkel op de grond van het lokaal met tape en vraag leerlingen om de cirkel heen te gaan staan. Vraag leerlingen om bij uitspraken die bij hen van toepassing zijn in de cirkel te stappen en uit de cirkel te stappen als de uitspraak niet op hen van toepassing is.

Bespreek na afloop met de klas hoe zij de oefening ervaren hebben, wat hen is opgevallen en welke conclusies ze op basis daarvan kunnen trekken.

NABESCHOUWING

Veel leerlingen stapten in de cirkel bij de vraag of ze zich wel eens buitengesloten hebben gevoeld. Hoe voelde dat? Wat hadden ze er op dat moment zelf aan kunnen doen? Zijn er mensen om je heen die zich misschien ook buitengesloten voelen? Hoe zou je ze kunnen betrekken? En hoe zouden zij jou kunnen betrekken?

Wat kunnen we als klas doen om ervoor te zorgen dat we ons allemaal veilig, gewaardeerd en gerespecteerd voelen?



VRAGENLIJST VOOR BIJ DE CIRKELOEFENING

Stap in de cirkel als:

- Je de oudste thuis bent
- De jongste thuis bent
- Enig kind bent
- Als je ouders gescheiden zijn
- Als je gelovig bent opgevoed
- Als je uit een rijk milieu komt
- Als je uit een armer milieu komt
- Als Nederlands niet je moedertaal is
- Als je meer dan één taal goed spreekt
- Als je een beperking of chronische/blijvende ziekte hebt
- Als je wel eens het gevoel hebt gehad dat je ergens niet thuis hoorde of hoort
- Als je wel eens ontevreden bent geweest met je uiterlijk
- Als je wel eens dom genoemd werd door een ander of iemand je het gevoel gaf dat je dom was
- Als je ooit vernederd of gepest bent door iemand anders
- Als iemand wel eens tegen je gelogen heeft
- Als je zelf wel eens gelogen hebt tegen een ander
- Als je wel eens iemand gepest of vernederd hebt
- Als je kleedgeld krijgt
- Als je wel eens ruzie hebt met je ouders
- Als je ooit is verteld dat jij je niet zo moest aanstellen wanneer je moest huilen
- Als iemand je wel eens uitgelachen heeft



VRAGENLIJST VOOR BIJ DE CIRKELOEFENING

Stap in de cirkel als:

- Als je er vroeger van droomde om popster of acteur te worden
- Als je ooit ergens getuige van bent geweest/ ergens bij bent geweest waarbij je niet goed wist wat je moest doen
- Als je wel eens niet serieus wordt genomen omdat je “jong” bent
- Als je wel eens het gevoel hebt dat een ander jou niet begrijpt
- Je wel eens bang bent geweest voor een leeftijdsgenootje of iemand op school
- Je verliefd bent geweest
- Je ouders wel eens klagen over de rommel in je kamer
- Je ooit iemand waarvan je hield verloren bent door ziekte, een ongeluk of ouderdom
- Als je het leuk vindt om nieuwe dingen te leren
- Als je ooit discriminerende uitspraken hebt gehoord op school
- Als je ooit iemand veroordeeld hebt op uiterlijk of afkomst
- Als je jezelf wel eens anders hebt voorgedaan dan je bent in de hoop dat een ander je leuker zou vinden
- Als je ooit het gevoel hebt gehad dat je ergens werd buitengesloten
- Als mensen wel eens over jou praten alsof je er niet bij bent
- Als je wel eens uit je dak bent gegaan van woede over hoe iemand jou behandelde
- Als je je wel eens schuldig hebt gevoeld over hoe jij iemand behandeld hebt
- Als je deel zou willen zijn van een school waar jij je veilig, gewaardeerd en gerespecteerd voelt voor wie je echt bent.

