



Lief zijn voor jezelf en anderen

Doel: Kinderen leren dat iedereen bijzonder is, dat fouten maken mag en dat liefde geven en krijgen belangrijk is.

Lesduur: 45-60 minuten

Materialen: Groot vel papier per kind / Kleurpotloden en/of stiften/ Stickers of glitter (optioneel)

Wat is liefde? (10 min)

- Wat betekent liefde? (bijv. houden van iemand, aardig zijn voor jezelf en anderen)
- Wie geef jij liefde? (ouders, vrienden, huisdieren, jezelf!)
- Hoe kun je laten zien dat je van iemand houdt? (knuffels, een lieve tekening, helpen, luisteren)
- Mag je ook van jezelf houden? (JA! Iedereen is bijzonder en mag trots op zichzelf zijn.)

Sluit af met te zeggen tegen de kinderen: "Vandaag gaan we ontdekken waarom iedereen speciaal is en hoe je lief kunt zijn voor jezelf en anderen."

Verhaaltje: Het kleine hartje dat zichzelf vergat (10-15 min)

- Lees het volgende verhaaltje voor:

Er was eens een klein hartje, genaamd Lila. Lila was een warm en vrolijk hartje. Ze hield ervan om liefde te geven aan anderen. Ze maakte mooie tekeningen voor haar vrienden, gaf haar mama elke ochtend een knuffel en zei altijd iets aardigs tegen haar juf.

Maar op een dag voelde Lila zich een beetje verdrietig. Ze had een tekening gemaakt voor haar vriendje Sam, maar hij vergat haar te bedanken. "Misschien ben ik niet bijzonder," dacht Lila verdrietig.

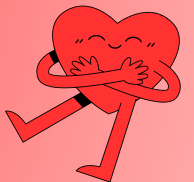
Lila ging op zoek naar wijze raad en vond een oud, groot hart genaamd Oma Hart. "Oma Hart, ik geef zoveel liefde, maar soms voelt het alsof ik niet genoeg ben."

Oma Hart glimlachte en zei: "Lieve Lila, je bent een prachtig hartje. Maar weet je wat heel belangrijk is? Je moet ook van jezelf houden! Wat is iets waar jij trots op bent?"

Lila dacht even na. "Ik ben goed in tekenen! En... ik ben een lieve vriendin!"

"Precies!" zei Oma Hart. "Liefde geven is mooi, maar je mag niet vergeten dat jij óók speciaal bent."

Lees verder op de volgende pagina



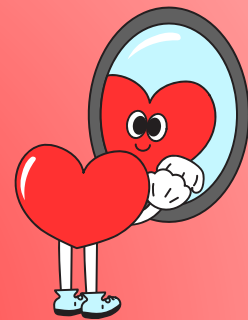


Lief zijn voor jezelf en anderen

Schrijf drie dingen op die je mooi vindt aan jezelf, en je zult zien dat je hartje weer gaat stralen."
Lila deed wat Oma Hart zei, en plots voelde ze zich warm en blij vanbinnen. Ze gaf zichzelf een grote denkbeeldige knuffel en huppelde weer vrolijk verder.
Vanaf die dag vergat Lila nooit meer om óók van zichzelf te houden.

Gesprek over het verhaal (10 min)

- Stel de volgende vragen aan de kinderen:
 - Waarom was Lila verdrietig?
 - Wat leerde ze van oma Hart?
 - Waarom is het belangrijk om van jezelf te houden?
 - Wat maakt jou speciaal?



Knutselopdracht: "Ik ben bijzonder!" (15-20 minuten)

- Opdracht:
 - Elk kind krijgt een groot vel papier in de vorm van een hart.
 - Schrijf bovenaan (de juf of de leerlingen zelf als ze dat kunnen): "Ik ben bijzonder omdat..."
 - Laat de kinderen drie dingen opschrijven of tekenen waar ze trots op zijn over zichzelf (bijv. "Ik ben een goede vriend", "Ik kan goed tekenen", "Ik ben behulpzaam").
 - Laat ze het hart versieren met kleuren, stickers en glitter.

Tip: Hang de harten op een goed zichtbare plek op in de klas, bijvoorbeeld op een speciale hartenmuur!

Afsluiting: Complimenten geven (5-10 minuten)

- Laat de kinderen elkaar complimentjes geven
 - Bijvoorbeeld: Iedereen zegt iets aardigs tegen de persoon naast zich
 - Een voorbeeld kan zijn: "Ik vind dat jij vaak aan anderen denkt."
 - Bespreek hoe het voelt om een compliment te krijgen.

Sluit eventueel nog af met: "Jullie hebben enorm je best gedaan en jullie mogen trots zijn op wie je bent."





valentijn

Ik ben bijzonder

omdat...

