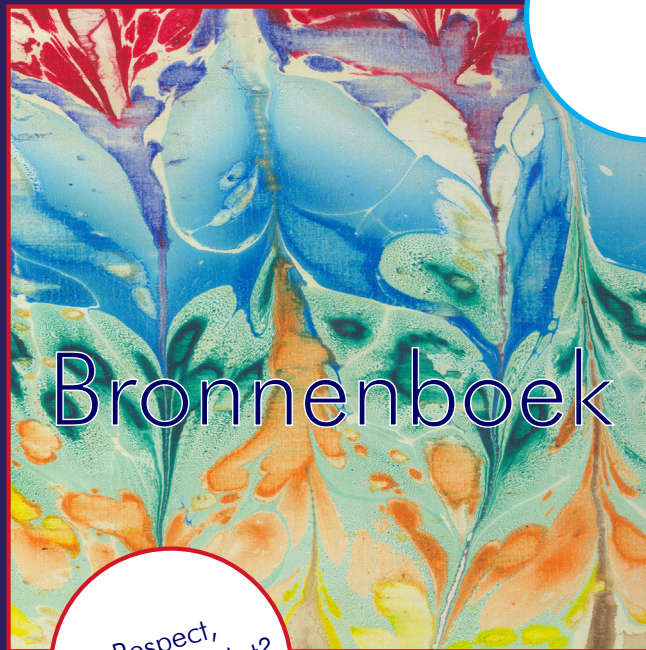


ZICHTZENDING

Kracht van 8 Bronnenboek

0226 341 171 | 06 3014 6699 | INFO@AL-LICHT-5.NL
WWW.AL-LICHT-5.NL



Respect,
hoe doe je dat?



KRACHTKAARTEN

Vorm:	trek een kaartje om in je kracht te komen
Leeftijd:	vanaf 4 jaar
Intelligentie:	woordslim/zelfslim
Aantal:	individueel of in een groep(je)
Benodigdheden:	- krachtkaartjes zoals bv. de EigenWijsjes van uitgeverij dubbelzes: (www.dubbelzes.nl) - of de knuffelkaartjes (van Mercurius bv. in Best ISBN 90-805066-1-3) - of gebruik het Kracht van 8 kaartspel (zie achterin het spelregelboekje)



EEN KRACHTIGE WINDMOLEN

Vorm:	tekenen, knutselen
Leeftijd:	vanaf 8 jaar, groep 5
Intelligentie:	beeldslim/mensenslim
Aantal:	groepje van 4 kinderen
Benodigdheden:	Verf; donker bruin, citroen geel, goud, brand wit, rood, licht blauw, donker blauw, oranje, groen. Kwasten, potjes water, tekenpapier; klein formaat (per kind/kaart één vel), grijze en gekleurde potloden, lijm, schorten, krantenpapier voor op de tafels, het 'Kracht van 8' kaartspel, acht te grote vellen papier voor de wieken. Afmeting: minstens vel van 30 cm bij 30 cm diagonaal doorsnijden, er moeten speelkaarten op passen
Tijdsduur:	30 minuten

Doel van de activiteit:

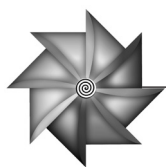
Kennismaken met 'De Kracht van 8', kennismaken met beeldende coaching, kennismaken met de aanleiding van de activiteiten, kennismaken met de windmolen en de kleuren van 'De Kracht van 8'.

Activiteit:

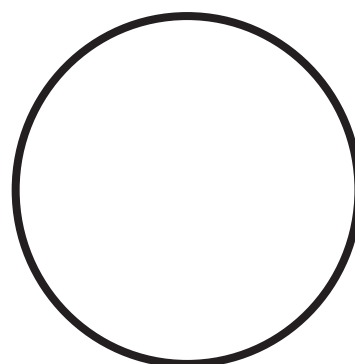
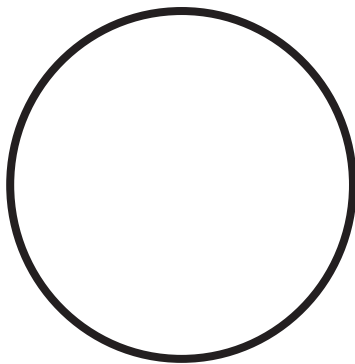
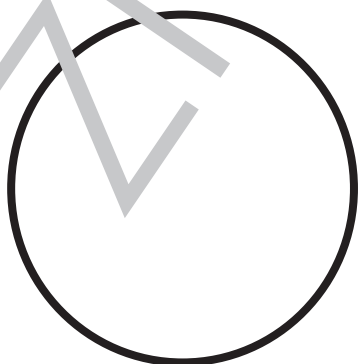
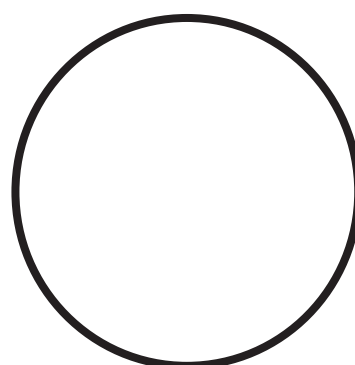
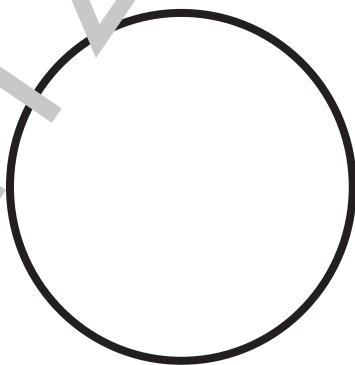
De kinderen krijgen ieder één van de 32 krachtkaarten van het 'Kracht van 8' kaartspel. Alle kinderen die dezelfde kleur kaart hebben, gaan bij elkaar staan bij de puzzelkaart van deze kleur en het witte windmolen – onderdeel. Deze windmolen moet in dezelfde kleur geveerd worden.

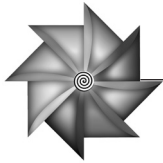
Ieder kind heeft een kaartje, naar aanleiding van dit kaartje maakt ieder kind een nieuwe tekening op een blaadje. Opdracht= teken het plaatje na of bedenk een eigen plaatje dat de onderstaande tekst duidelijk maakt. Deze tekening mag vervolgens ingekleurd worden en op het windmolen onderdeel worden geplakt.



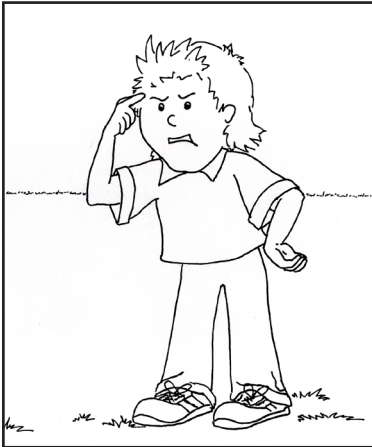


Werkblad 2.1
Gevoelspictogrammen





Verhaal 3.2



Bram - Margrete Stoute-Boots

Bram is gek op voetballen. Twee keer per week gaat hij naar de training; hij is er altijd, omdat hij het heel erg leuk vindt. Inmiddels heeft hij een vaste plek gekregen, hij staat als laatste man, hij is verdediger. Daardoor staat hij vlakbij Roel, die keeper is.

Roel is ook in training om goede lere hoe hij moet keepen. Dat is nog niet zo gemakkelijk voor hem, want hij is de jongste van het hele team.

Vandaag is het weer zaterdag, ze spelen thuis.

Ze hebben er zin in! Het fluitje van de scheidsrechter blinkt en de wedstrijd begint.

Het is een gekrioel van benen en veel stemmen galmen over het veld.

Ineens komt de bal richting Bram, die zijn best doet om hem weg te schoppen. Het gras is nog nat en daardoor is zijn schoen glad.

De bal vliegt langs zijn schoen naar het doel.

Het gaat allemaal ineens zo snel, dat Roel de bal niet meer kan stoppen. 1-0 !

"Hè jammer", denkt Roel en schopt de bal weer uit naar het middenveld.

Dan hoort hij Bram roepen: "Joh, sukkel, die kon je toch makkelijk hebben? Je moet sneller uitlopen!"

De tranen springen Roel in de ogen. Hij doet toch zijn best?

Gesprekje:

Wat vind je van deze reactie?

Hoe zou het anders kunnen?

Een aantal werkvormen bij Kracht 4.



FLAUW

Vorm: gedicht
Leeftijd: vanaf 8 jaar
Intelligentie: woordslim
Aantal: in een groep(je)
Benodigdheden: gedicht "flauw" (4.4)
met verdiepvragen (filosofie en)
(zie ook bijlage 12)



TWEE GEDICHTEN

Vorm: gedicht
Leeftijd: vanaf 8 jaar
Intelligentie: woordslim
Aantal: in een groep(je)
Benodigdheden: gedicht "flauw" (4.4)



WELK WOORD LEES JE?

Vorm: puzzel
Leeftijd: vanaf 8 jaar
Intelligentie: woordslim/beeldslim
Aantal: individueel
Benodigdheden: werkblad met puzzel (4.5)



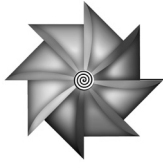
COÖPERATIEF MANDALA KRIJTEN

Vorm: kleuren
Leeftijd: vanaf 4 jaar
Intelligentie: beeldslim
Aantal: in een groep(je)
Benodigdheden: stoepkrijt in allerlei kleuren, tentharing of grote
spijker en een stuk touw van een paar meter
(beschrijving 4.10)



ZEE EN SPIEGEL

Vorm: tekenen met kleurpotlood
Leeftijd: vanaf 8 jaar
Intelligentie: beeldslim
Aantal: individueel
Benodigdheden: papier, passer of bordje om cirkels te
trekken, kleurpotloden.
Twee voorbeelden in bijlage 4.12 en 4.13



Gedicht 5.1 **Luisteren**

Luisteren,
oren open.
Aandacht voor elkaar.
Mond dicht, oren open,
luister...

Mirjam van Eekelen, 2006

FILOSOFEREN

Krachtvraag:

Moet je altijd luisteren naar elkaar?

Startvraag:

Wat is het verschil tussen horen en luisteren? Luisteren gaan op een groot vel de kenmerken en de verschillen opschrijven.

Verdiepingsvragen:

Deze vragen kan je gebruiken als het gesprek vastloopt of als het gesprek te oppervlakkig blijft:

Hoe luister je naar jezelf?

Kun je naar jezelf luisteren?

Moet je altijd doen wat de anderen zeggen?

Mag je doen wat je wil?

Wil je altijd doen wat je mag?

Is het altijd nodig om te luisteren naar wat anderen zeggen?

Heb je alleen je oren nodig om te luisteren?

Wanneer wil je dat anderen naar jou luisteren?

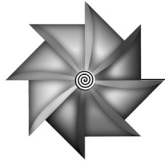
Wat is dat; luisteren naar een ander? (elkaar)

Wat doe je dan?

Is het belangrijk wat anderen zeggen/vertellen?

Waarom / Wanneer luister je naar een ander?

Wanneer luister je niet?



Hoe niet, hoe wel

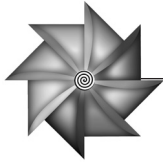
Soms zeg je iets waarbij je het woordje “niet” gebruikt.
Dan zeg je iets wat je eigenlijk niet wilt.
Het is handiger om te zeggen wat je wel wilt!
Dat is duidelijk voor jezelf en een ander.

Hoe zou jij de volgende zinnen “vertalen” in wat je wél wilt?

HOE NIET

- kom niet aan mijn pen
- niet slaan!
- niet doen!
- ik wil niet met jou spelen
- ik vind jou niet leuk
- ik kan niet springen
- je moet niet duwen
- bemoei je er niet mee
- ik wil geen ruzie
- ik ben niet stem, hoor!
- ik ga niet met je mee!
- je moet me niet uitschelden

HOE WEL



Liedtekst 7.5

Kinderen voor Kinderen

DE PEST AAN PESTEN

(Kinderen voor kinderen, album nr. 17 / 1996 / tekst en muziek: M. Lusterhouwer)

Ik heb een schuldgevoel, waardoor ik heel vaak heel lang wakker lig en ik durf er niet over te praten, het is mijn eigen schuld. Want ik doe dingen, die ik niet wil doen, maar ik vind het zo moeilijk om te laten.

Ik pest al tijden lang een meisje in de klas, omdat ik vreselijk jaloezie ben en zou willen dat ik was zoals zij, want zij is meestal wel de beste.

In alle vakken, daarom ben ik haar gaan pesten en al gauw deed ook een ander met me mee. Dat is gemakkelijker treiteren met z'n twee.

Het is een kwestie van meedoen met de rest, want anders wordt jezelf misschien gepest.

Oh, natuurlijk zie ik ook wel haar verdriet, toch pest ik haar ook in de klas, wanneer de meester het niet ziet.

En toen ze laatst gigantisch kwaad werd en ging slaan,

Toen keek hij wel en moest zij snel de klas uit gaan.

En op de gang zag ik haar huilen en ik kreeg toch best een rotgevoel van binnen, maar ik zweeg. Omdat ik bang was voor de straf en voor de rest, die mij daar vast en zeker mee hadden gepest.

Ik heb een schuldgevoel, waardoor ik heel vaak heel lang wakker lig, maar ik wil er nu met iemand over praten. Ik wil geen schuldgevoel. Ik zag haar straks dat het me spijt en dat ik best begrijp, dat ze me wel zal haten.

En zonder schuldgevoel hou ik de pest aan anderen die pesten.

Zonder schuldgevoel, de pest aan die pesten.

Een aantal werkvormen bij Kracht 8.



SAMEN SPELEN

Vorm:	spel
Leeftijd:	4-12 jaar
Intelligentie:	getalslim/beeldslim/mensenslim
Aantal:	variërend
Benodigdheden:	alle spellen zoals genoemd bij kracht 4 (samenwerken en elkaar helpen). Iedereen mag meedoen!



VERBINDENDE VORM

Vorm:	spel
Leeftijd:	vanaf 4 jaar
Intelligentie:	getalslim/beeldslim/lichaamslim
Aantal:	vanaf minimaal 8 deelnemers
Benodigdheden:	lint in de vorm van alle kleuren van De Kracht van 8 – krachten; 8 x 4 tot 8 m. lang. Knoop alle kleuren aan elkaar en maak een bal van alle lint; te beginnen met rood, dan goud, donkerblauw, lichtblauw, groen, oranje, geel en als laatste bruin.

Werkwijze:

Neem hiervoor de ruimte. Ga met zijn allen in een cirkel staan. Iemand houdt de opgerolde bal van gekleurd lint in zijn hand en start met gooien. Let op: degene die gooit houdt met zijn andere hand ook het lint vast, zo ontstaat er een mooie stervorm. Er kan een opdracht bij gedaan worden. Bedenk zoveel mogelijk woorden die horen bij het begrip "eenheid" of "allemaal". Als je aan de beurt bent, zeg je jouw woord en gooi je de bal naar iemand anders.



ONTDEK JE KRACHT

Vorm:	spel
Leeftijd:	vanaf 10 jaar
Intelligentie:	beeldslim/lichaamslim/zelfslim
Aantal:	in een groep(je)
Benodigdheden:	beschrijving van het spel (8.9), het inkleurvel (8.10) en/of een groot rond rood kleed voor de bewegende versie van het spel

Werkwijze.

Dit spel kan als afsluiting (integratie) van alle krachten gespeeld worden of aan het begin bij kracht 1 als introductie van De Kracht van 8.

In een stap – voor – stap versie of als doorlopende opdracht, afhankelijk van de beschikbare tijd en ruimte.

Kracht 4: Ik kan samenwerken, delen en helpen.

Iedereen is even waardevol in een samenwerkingssituatie,
je kunt van elkaar leren en je kunt elkaar helpen.

Naam:

Geslacht: Jongen / Meisje



dit past bij mij;
dit weet ik;
dit doe ik al.



soms lukt dit al,
soms nog niet;
ik leer dit.



o nee, doe ik nooit;
doe ik nog niet;
lukt me nog niet.

Kracht 8: Ik hoor bij alles en iedereen. Iedereen hoort erbij:

Elk mens is een deel van een groep. Ik weet dit en kan dit toepassen.

1. Ik geniet van het samenzijn in een groep

0-----8

Bijvoorbeeld:

- ik ken mijn plek in een groep
- ik hoor erbij
- ik vind het leuk om samen dingen te doen

ja / nee / soms

ja / nee / soms

ja / nee / soms

Dit is wat een ander (mijn juf/meester, begeleider) waarneemt (ziet, hoort, voelt) bij mij:

Zo kan ik deze kracht verder laten groeien (beschrijf wat je daarvoor gaat doen):

Afspraak hierover:

2. Ik ervaar alles en iedereen als uniek en waardevol.

0-----8

Bijvoorbeeld:

- ik ben graag in de natuur
- ik heb respect voor de natuur
- ik zorg voor mijn omgeving

ja / nee / soms

ja / nee / soms

ja / nee / soms

Dit is wat een ander (mijn juf/meester, begeleider) waarneemt (ziet, hoort, voelt) bij mij:

Zo kan ik deze kracht verder laten groeien (beschrijf wat je daarvoor gaat doen):

Afspraak hierover:

3. Ik nodig anderen uit om mee te doen

0-----8

Bijvoorbeeld:

- ik sluit niemand uit
- ik start met uitnodigen
- ik hou een groep bij elkaar

ja / nee / soms

ja / nee / soms

ja / nee / soms

Dit is wat een ander (mijn juf/meester, begeleider) waarneemt (ziet, hoort, voelt) bij mij:

Zo kan ik deze kracht verder laten groeien (beschrijf wat je daarvoor gaat doen):

Afspraak hierover:

8