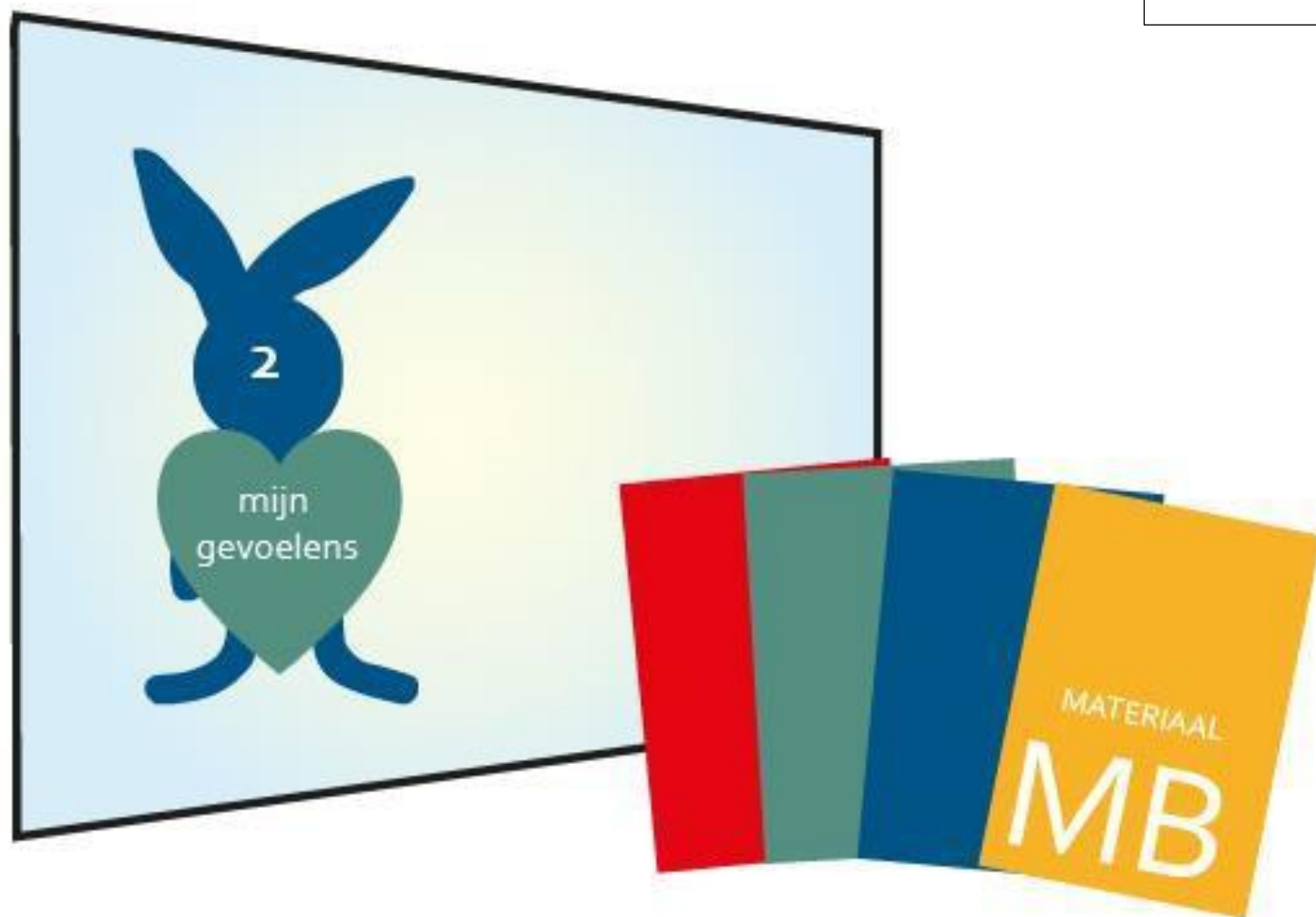


PRINTEN



Inhoudsopgave Thema 2 MIJN GEVOELENS middenbouw

2.0 groep 4, Kerngloedkaartjes memory.....	3
2.1 groep 4, Buskaartje trots en schaamte	8
2.3 groep 4, Top 5 van het geluk.....	21
2.4 groep 4, Fotomomentje	24
2.6 groep 4, Rustig of druk	26
2.2 groep 5, Dit voel ik en wat voel jij?	31
2.4 groep 5, Gevoelige situaties	41
2.5 groep 5, Complimentje: expres iets aardigs zeggen	45
2.6 groep 5, Doe-strategieën	47
2.4 groep 6, Mijn signalen	55
2.5 groep 6, Het sorry-ijsje	59
2.6 groep 6, Denk-strategieën.....	67

2.0 groep 4, Kerngloedkaartjes memory

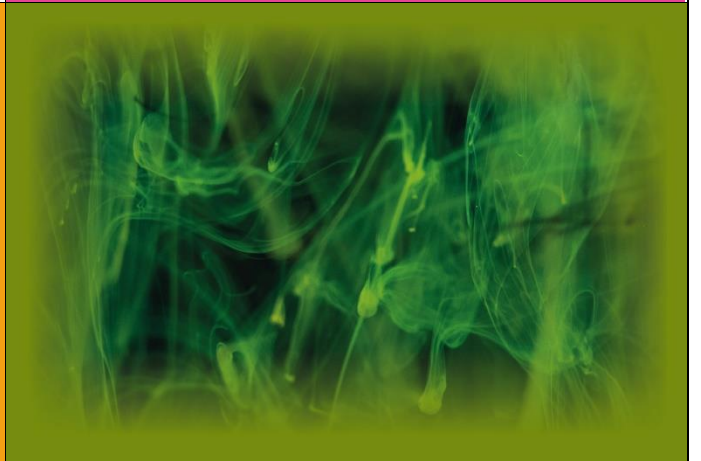
Werkblad 0

Kerngloedkaartjes memory

Groep 4

Thema 2 | les 0

Printen en snijden of knippen per groepje





blij

KEN
TA
LIS

boos

KEN
TA
LIS

verdrietig

KEN
TA
LIS

bang

KEN
TA
LIS

kalm

KEN
TA
LIS

verliefd

KEN
TA
LIS

verbaasd

KEN
TA
LIS

walging

KEN
TA
LIS

trots

KEN
TAS
LIS

teleurgesteld

KEN
TAS
LIS

moe

KEN
TAS
LIS

2.1 groep 4, Buskaartje trots en schaamte

Werkblad 1

Buskaartjes
Trots en schaamte

Groep 4
Thema 2 | les 1

Eenmaal printen en snijden of knippen



Je bent in de hondenpoep gestapt.
Je hebt poep onder je schoen als je de bus in stapt.
Ik stink!



Je hebt een mooie tekening gemaakt
voor mama.

Dat heb ik goed gedaan!



Je bent gevallen.
Iedereen ziet dat ik een gat in mijn broek heb!



Je had vandaag al je sommen goed.
Ik kan het!



Vandaag heeft iemand je uitgescholden.
Ze vinden me stom!



Meisjes kunnen niet boksen, zei iedereen.
Maar vandaag heb jij je eerste boksles gehad.
Ik kan het wél!



Je hebt vandaag iemand uitgescholden die je eigenlijk heel leuk vindt. Ze ging huilen.
Ze vindt me stom!



Je hebt helemaal zelf koekjes gebakken.
Ze waren heerlijk!



Op weg naar de bus stonden er kinderen achter je rug over je te fluisteren en te lachen.

Niemand vindt mij leuk!



Je hebt je zwemdiploma gehaald.
Je bent een kanjer!



Vandaag heb je je zusje heel hard aan haar haar getrokken.

Dat was eigenlijk wel gemeen.



Je tante wilde je vandaag heel hard knuffelen,
maar jij liet merken dat je dat niet wilde.
Goed gedaan!.

2.3 groep 4, Top 5 van het geluk

Werkblad 2

Gelukschaal

Dit maakt mij gelukkig

Groep 4

Thema 2 | les 3

Voor alle leerlingen printen

2.4 groep 4, Fotomomentje

Werkblad 3

Gevoelsthermometer Fotomomentje

Groep 4

Thema 2 | les 4

Voor alle leerlingen printen op A3

2.6 groep 4, Rustig of druk

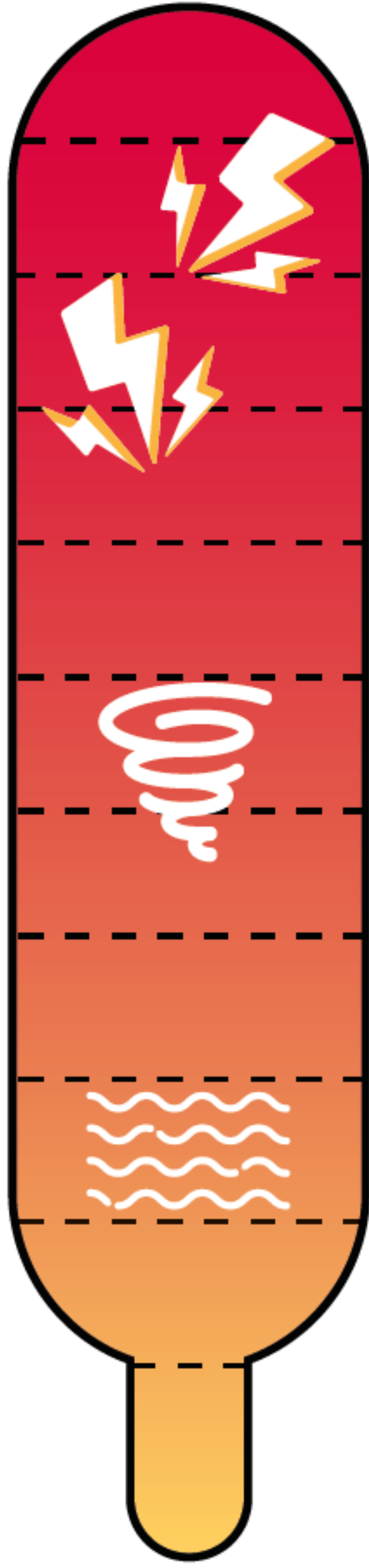
Werkblad 4

PeTOS-gevoelsthermometer Rustig-Druk-kaartjes Overzichten Rustige en Drukke manieren

Groep 4
Thema 2 | les 6

Voor alle leerlingen printen op A4
Rustig-druk-kaartjes doormidden snijden

GEVOELSTHERMOMETER



R

D



rustig zitten en ademen



Sta stevig op je beide voeten.
Stel je voor dat je een boom bent.
Met wortels tot diep in de grond.
En mooie groene bladeren aan je vingertoppen.
Strek je armen uit en maak je heel lang.
Zo lang als je kan.
Voel je je voeten nog op de grond?

Breng nu je gewicht op één been.
Er groeien wortels uit je tenen, je voeten en je hielen!
Til langzaam je rechtervoet tegen je linkerbeen en zet je handen tegen elkaar.
Kun je nu nog stevig staan?
Blijf even zo staan en adem rustig.
Breng nu je beide voeten terug op de grond en wissel van kant.

staan als een boom



je terugtrekken



in jezelf zingen of neuriën



2.2 groep 5, Dit voel ik en wat voel jij?

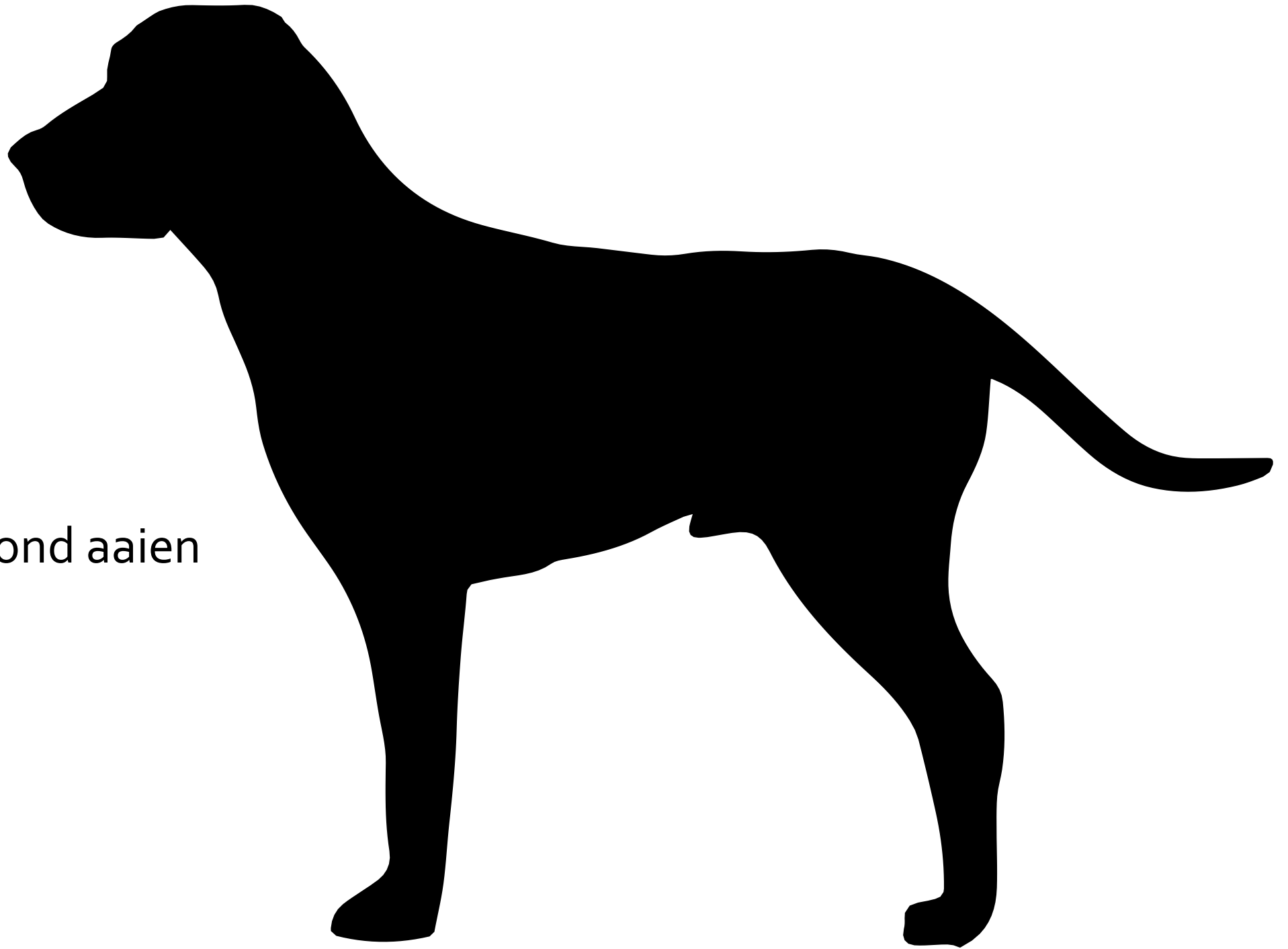
Werkblad 1

Niet iedereen voelt hetzelfde

Groep 5

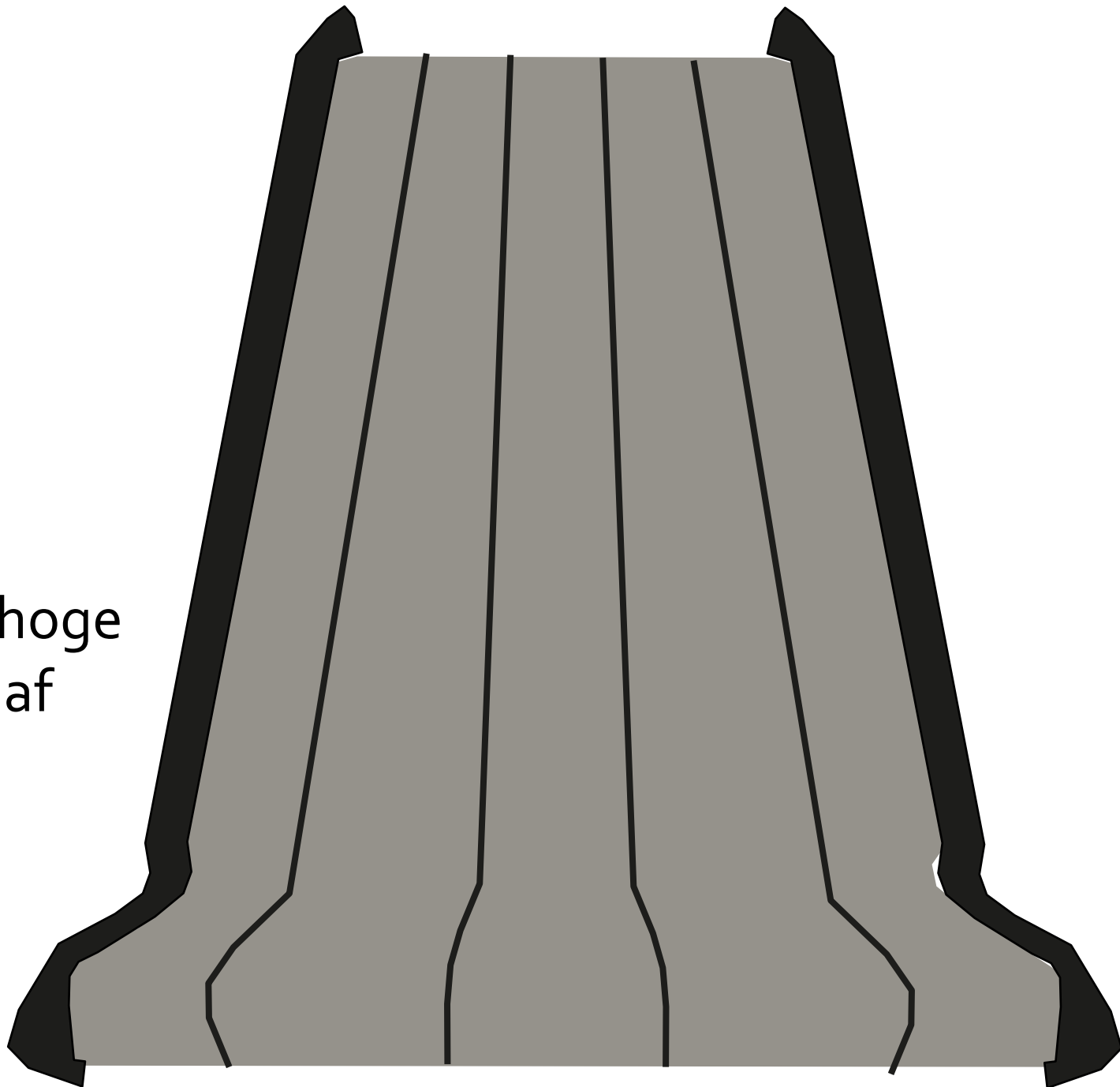
Thema 2 | les 2

Voor alle leerlingen printen op A4



hond aaien

van een hoge
glijbaan af



knuffelen met
papa



fietsen





dansen



in bomen klimmen



alleen zijn



samen zijn



feest vieren

2.4 groep 5, Gevoelige situaties

Werkblad 2

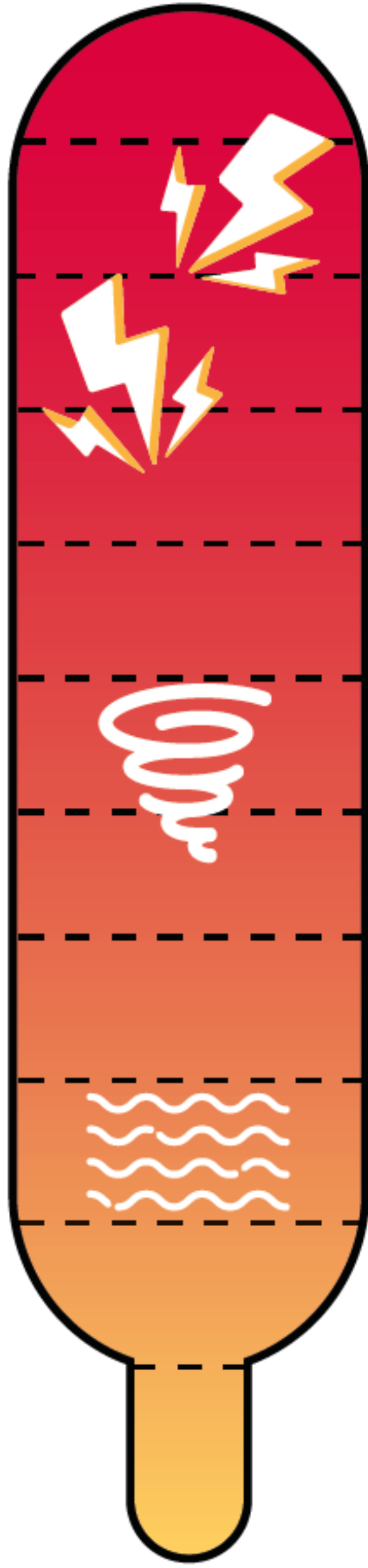
Kerngloedkaartjes
Gevoelsthermometer
Gevoelige situaties

Groep 5
Thema 2 | les 4

Voor alle leerlingen printen op A4



GEVOELSTHERMOMETER



PeTOS-werkblad Gevoelige situaties



	Ik zie	Gevoel	Thermometer
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

2.5 groep 5, Complimentje: expres iets aardigs zeggen

Werkblad 3

PeTOS complimentenlijstje

Groep 5

Thema 2 | les 5

Voor alle leerlingen printen op A4



Complimenten-lijstje

Compliment	Voor

2.6 groep 5, Doe-strategieën

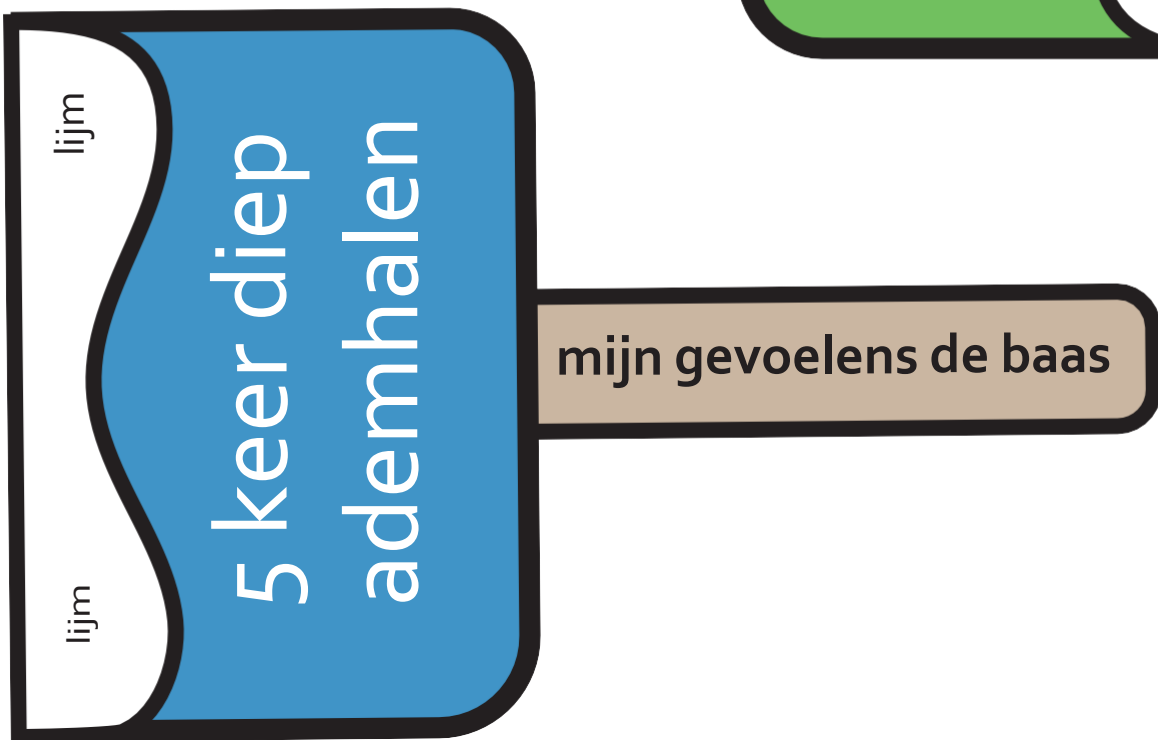
Werkblad 4

Mijn gevoelens de baas: doe-strategieën

Groep 5

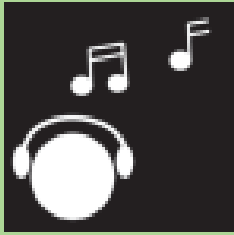
Thema 2 | les 6

Voor alle leerlingen printen op A3



lijm

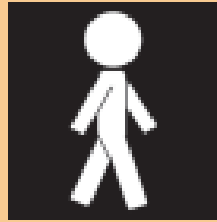
lijm



naar
muziek
luisteren

lijm

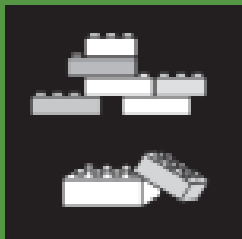
lijm



een
eindje
lopen

lijm

lijm



iets
bouwen

lijm

lijm



rennen
of
springen

lijm

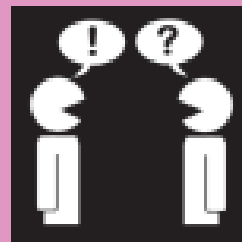
lijm



iets
schoonmaken
of opruimen

lijm

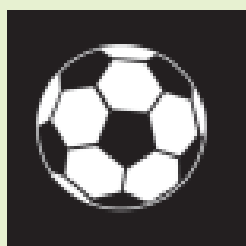
lijm



met
iemand
praten

lijm

lijm



voetballen

lijm

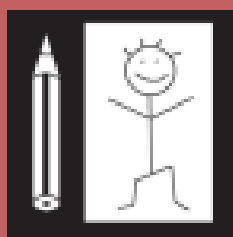
lijm



om
hulp
vragen

lijm

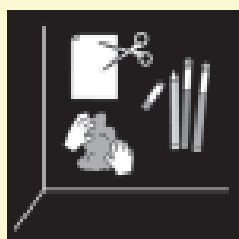
lijm



een
tekening
maken

lijm

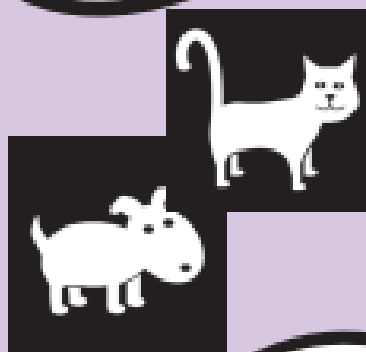
lijm



iets
knutselen

lijm

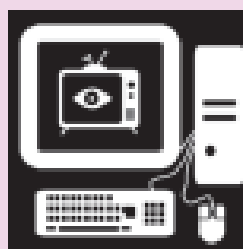
lijm



met mijn
hond/poes
knuffelen

lijm

lijm



filmpjes
kijken

IK KAN...

IK KAN...

IK KAN...

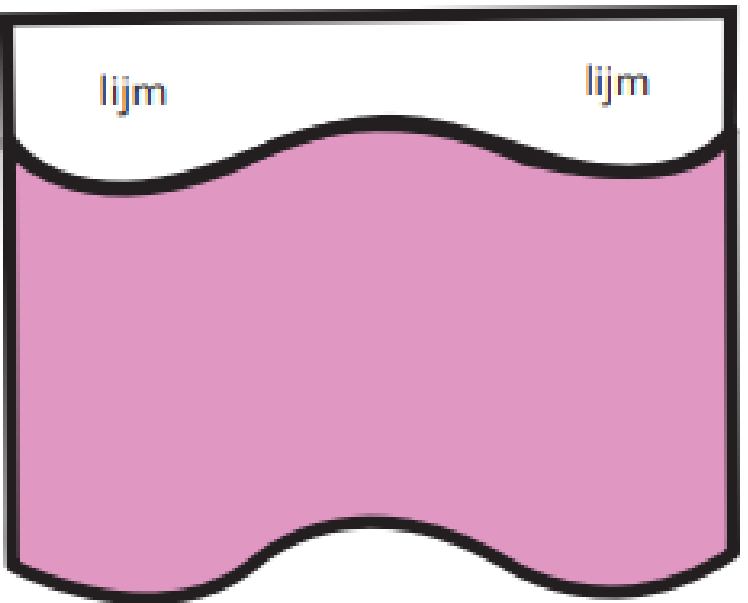
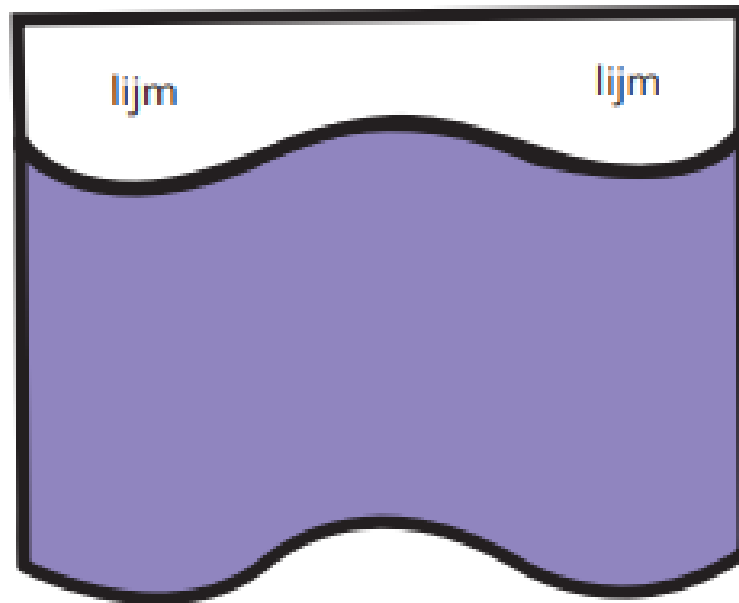
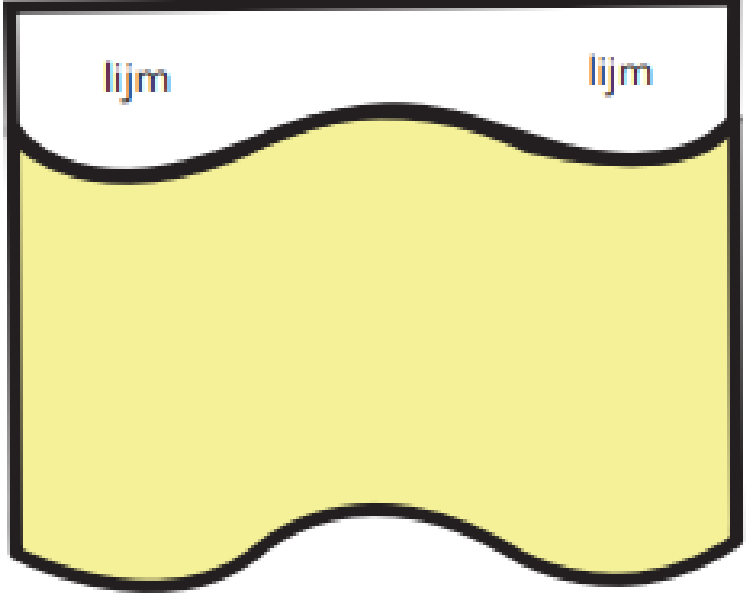
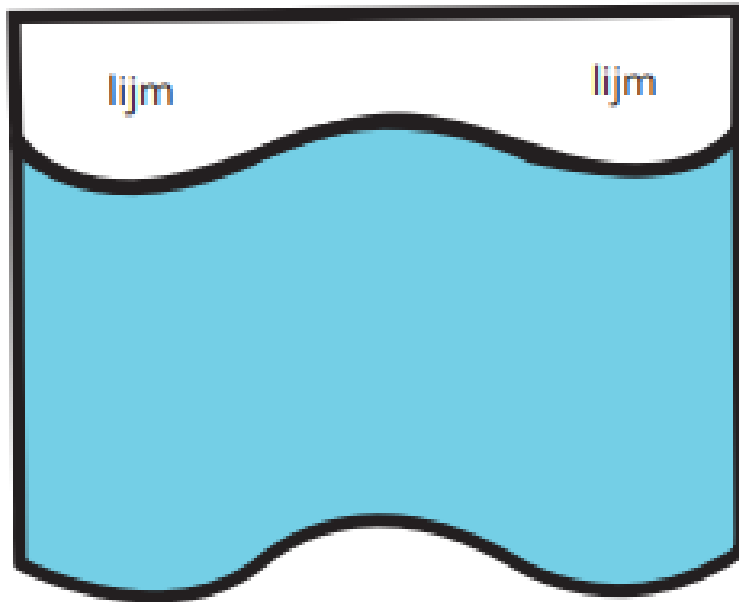
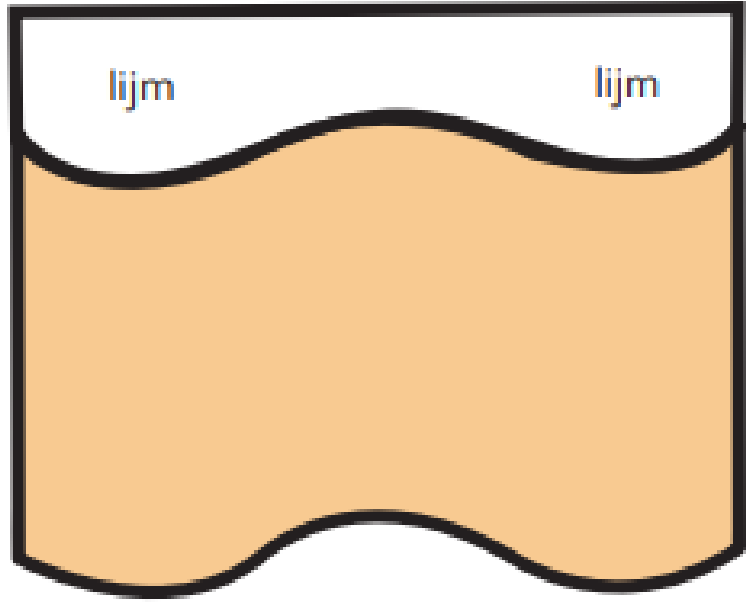
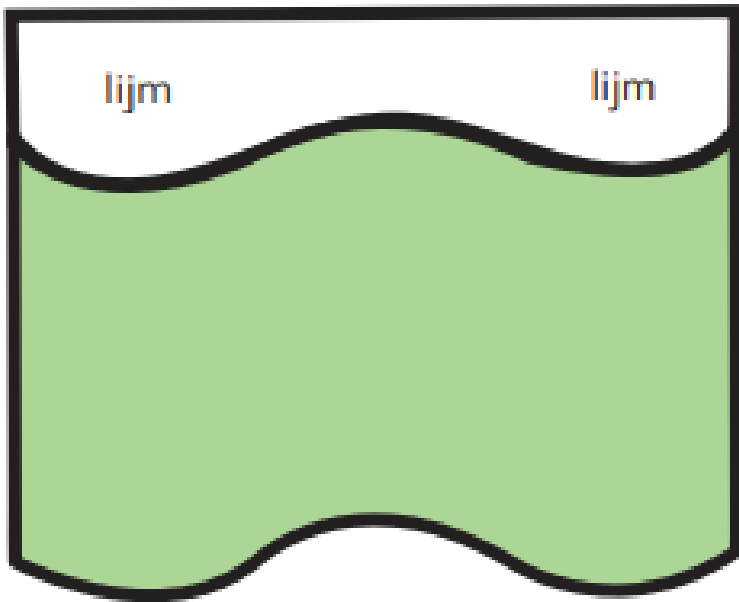
IK KAN...

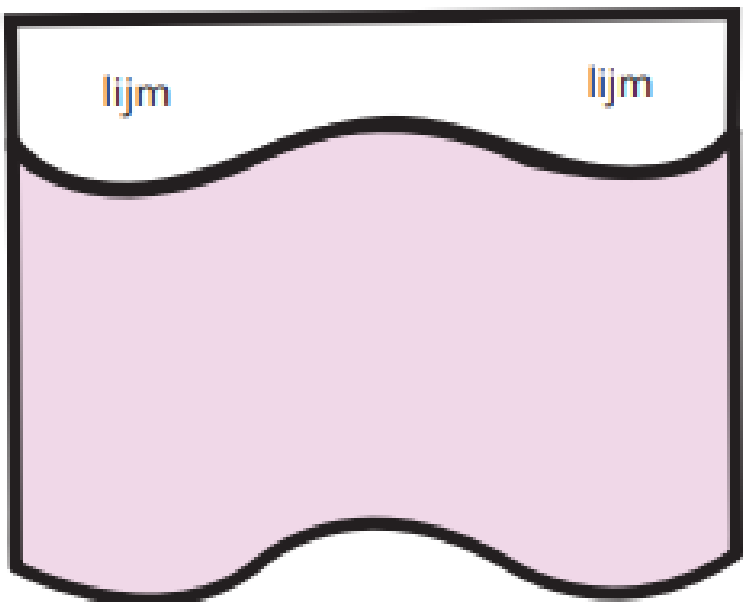
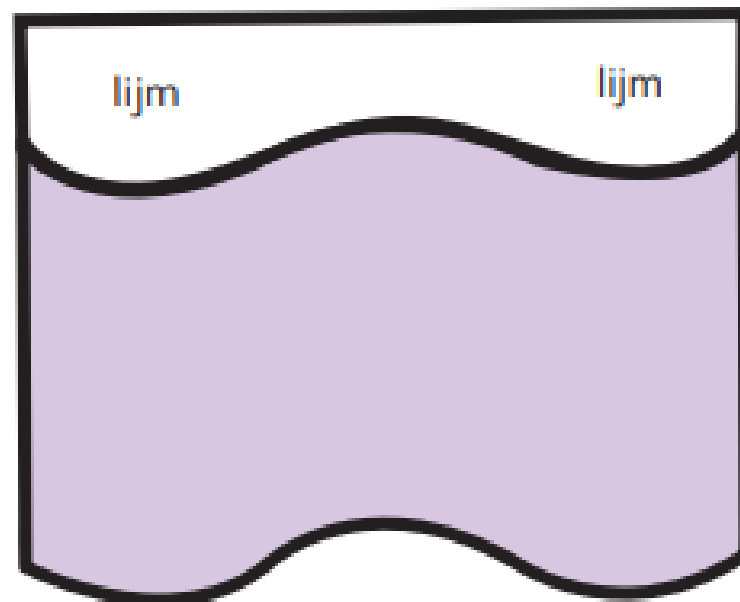
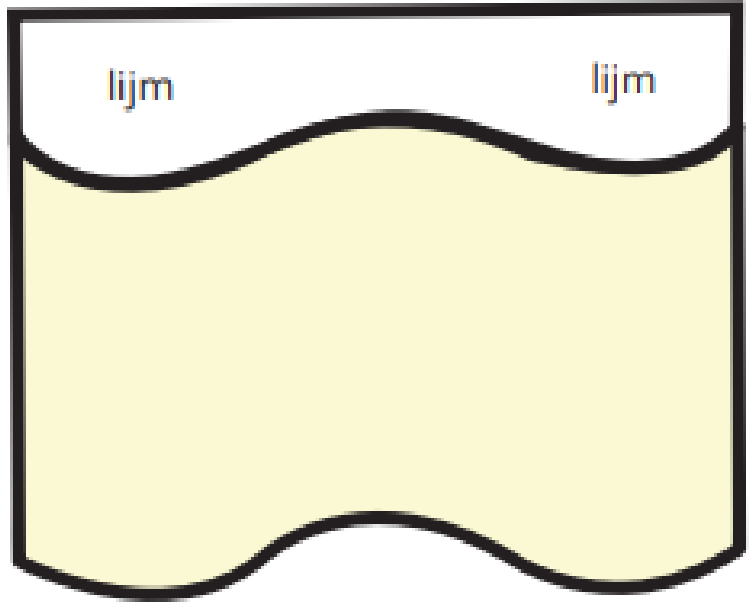
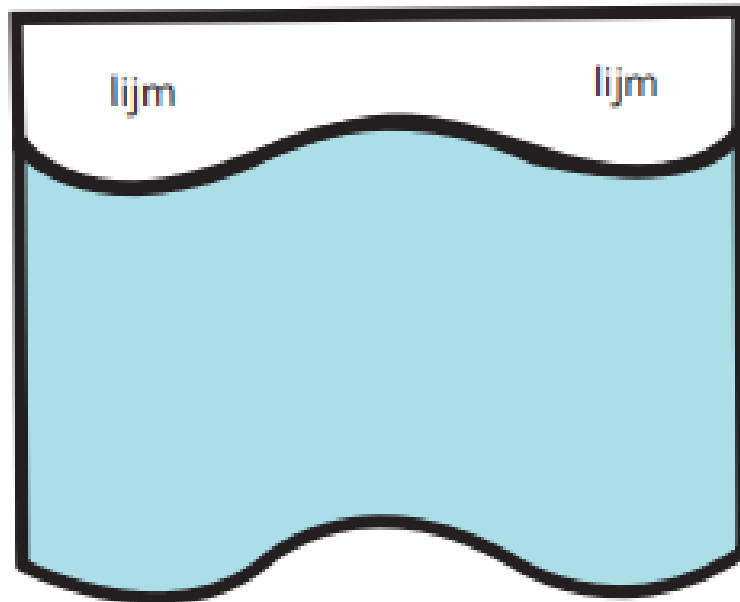
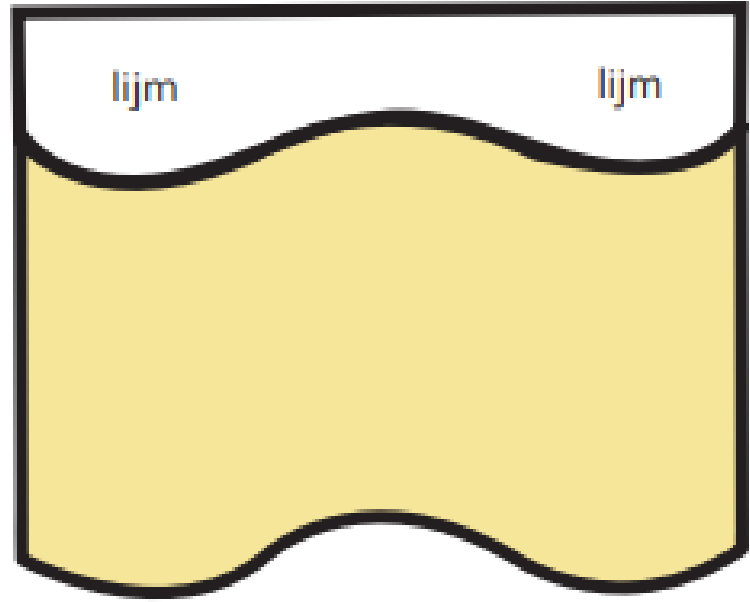
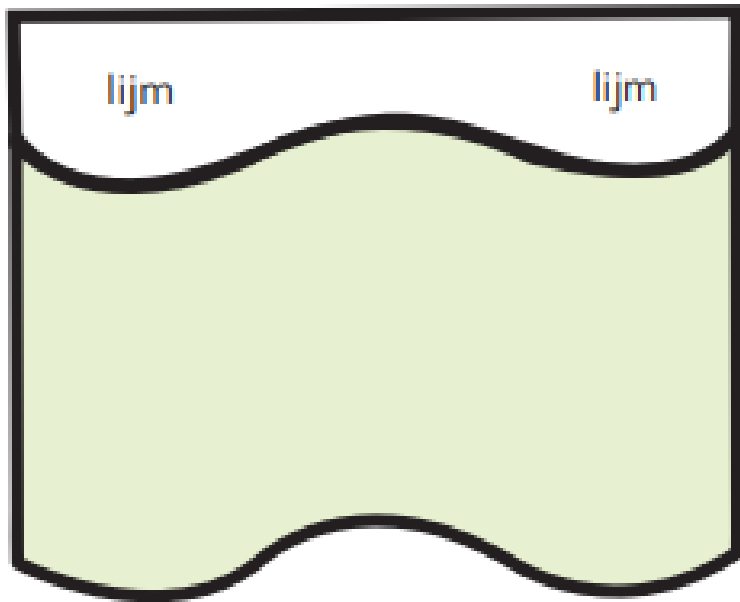
IK KAN...

IK KAN...

IK KAN...

IK KAN...

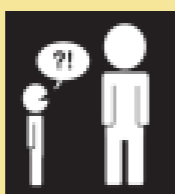




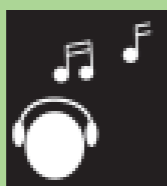
IK KAN...



voetballen



om
hulp
vragen



naar
muziek
luisteren

5 keer diep
ademhalen

mijn gevoelens de baas

2.4 groep 6, Mijn signalen

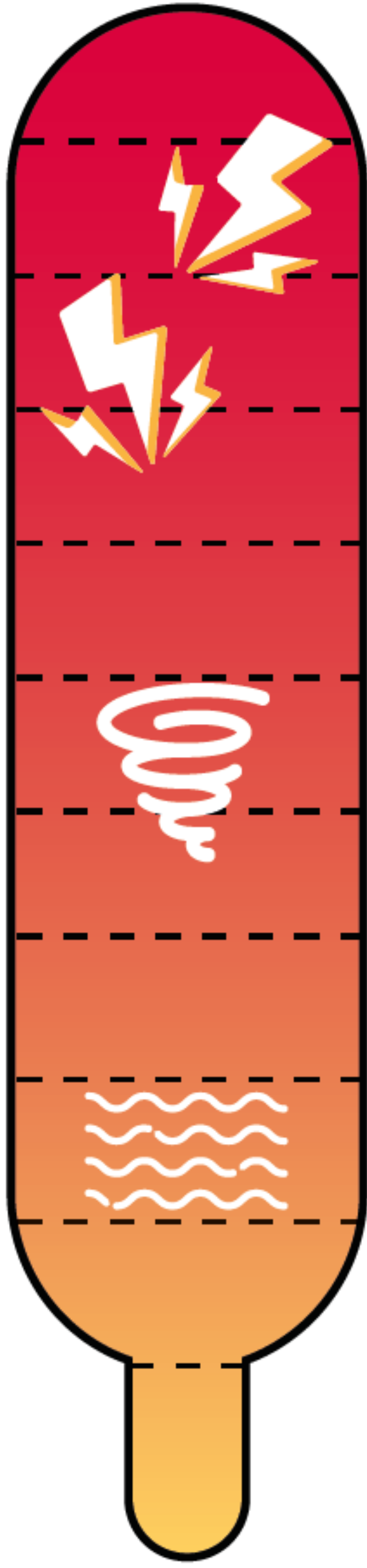
Werkblad 1

PeTOS gevoelsthermometer PeTOS gevoelsthermometer-signalen

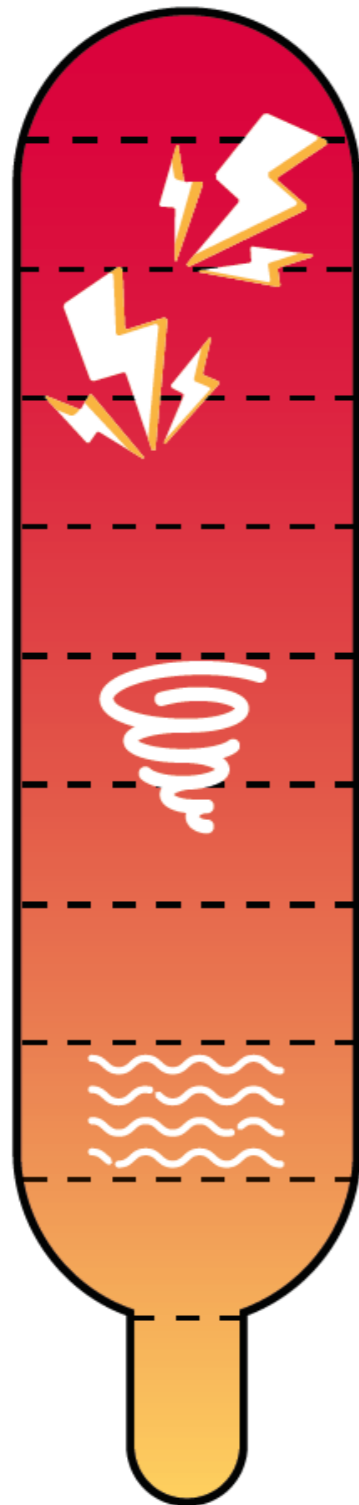
Groep 6
Thema 2 | les 4

Voor alle leerlingen printen en lamineren

GEVOELSTHERMOMETER



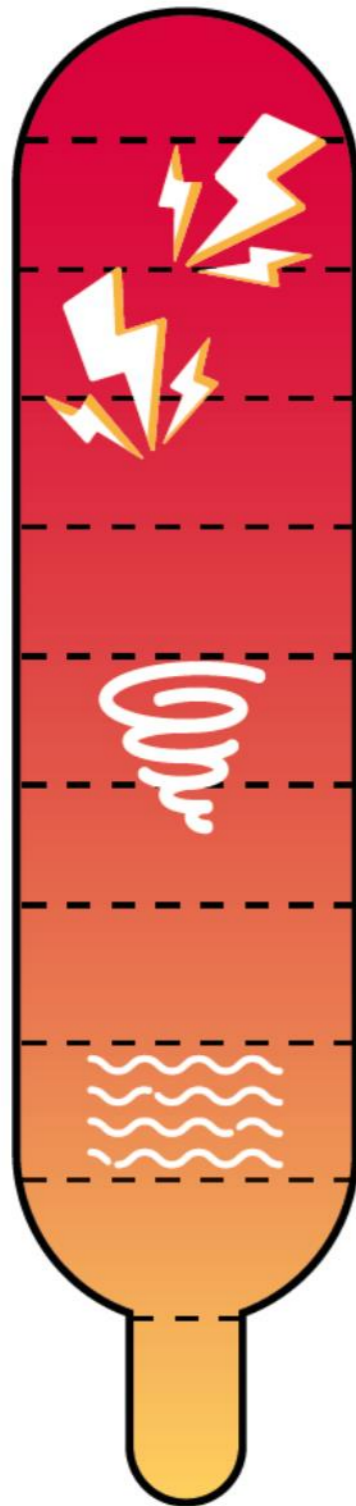
GEVOELSTHERMOMETER



			
blij	boos	bang	verdrietig

dit merkt een ander

GEVOELSTHERMOMETER



			
blij	boos	bang	verdrietig

dit merk ik zelf

2.5 groep 6, Het sorry-ijsje

Werkblad 2

Sorry-poster (eenmaal op A3, voor alle leerlingen op A4)

Sorry-opbouwwijsjes (eenmaal op A4)

Sorry werkbladen (driemaal op A3)

Groep 6

Thema 2 | les 5



Wat kan ik
doen om het
goed te maken?

Voortaan zal ik...

Stom, want..

Sorry, dat ik..

Het spijt me!

Soms doe je iets
verkeerd.

Per ongeluk of
expres.

Het helpt als
je laat merken
dat het je spijt.

Gebruik de 4
ijsbolletjes als je
sorry wilt zeggen
tegen iemand.

Je hebt iets van iemand afgepakt

Sorry

dat ik iets
van je afpakte

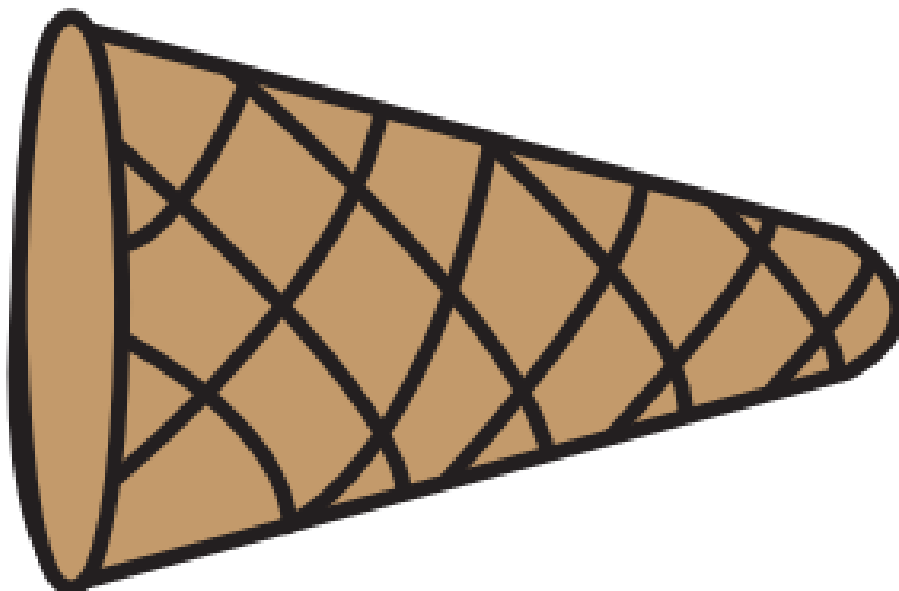
Stom

want ik had
het ook kunnen
vragen

Voortaan

zal ik
het aan
je vragen

**Wat kan ik
doen om het
goed te maken?**



Je hebt iets gemeens gezegd tegen een klasgenoot

Sorry

dat ik iets
gemeens tegen
je zei

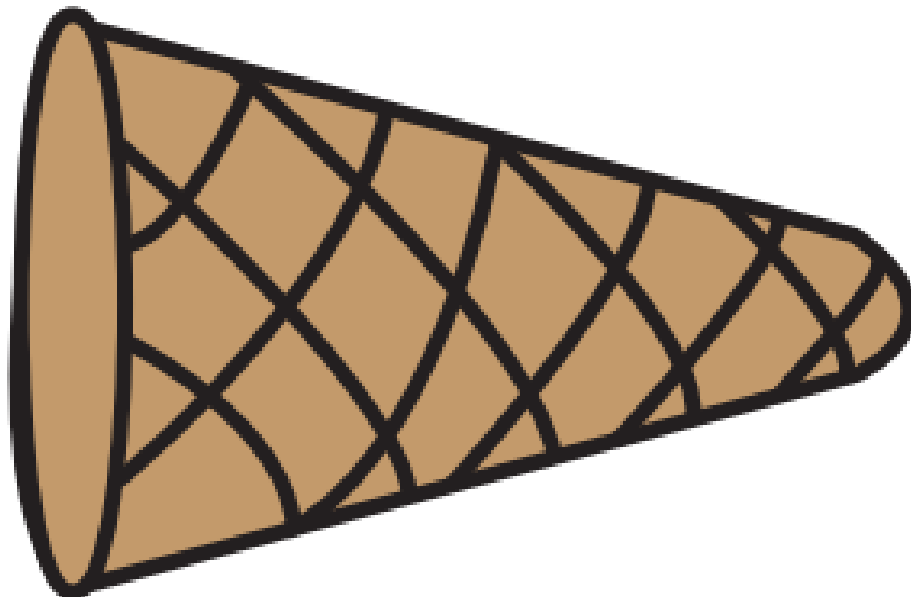
Stom

want het is
niet aardig en
niet waar

Voortaan

zal ik me
inhouden als ik
boos ben

Wat kan ik
doen om het
goed te maken?



Je liet een ander niet aan de beurt komen

Sorry

dat ik jou
niet aan de
beurt liet komen

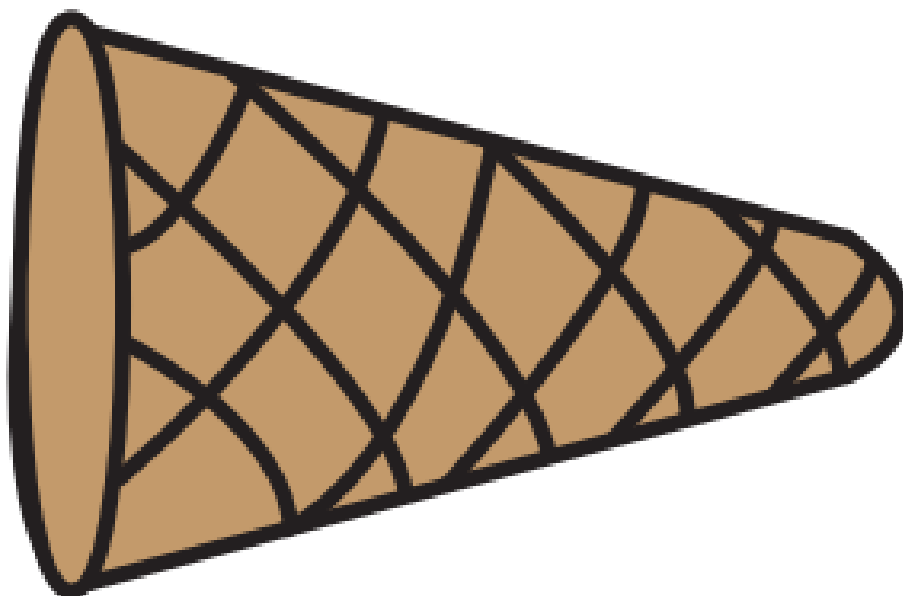
Stom

want iedereen
wil aan de
beurt komen

Voortaan

zal ik jou ook
aan de beurt
laten komen

**Wat kan ik
doen om het
goed te maken?**



Voorgedrongen, iemand geduwd

Sorry dat

...

Stom want

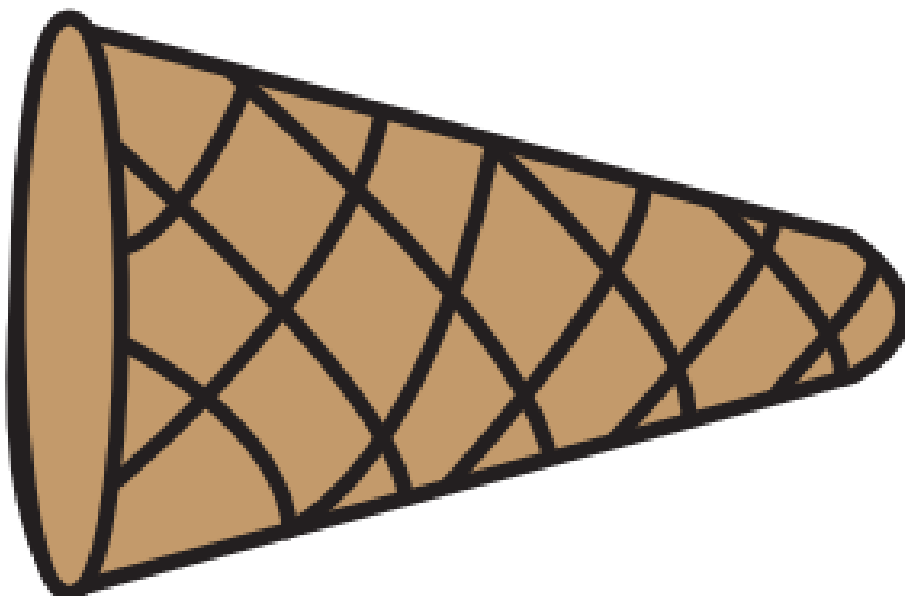
...

Voortaan zal ik

...

Zo maak ik
het goed

...



Boos geworden, iets kapot gegooid

Sorry dat

...

Stom want

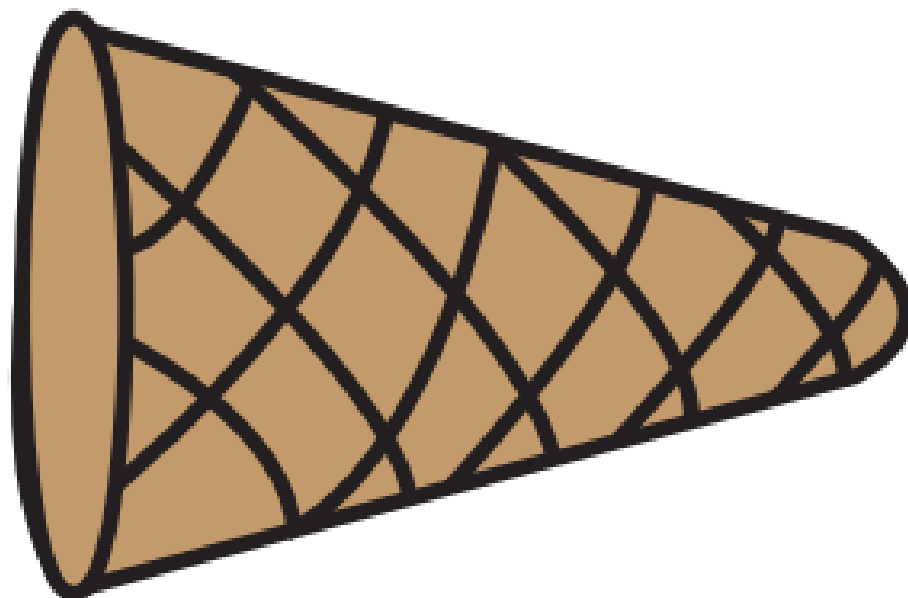
...

Voortaan zal ik

...

Zo maak ik
het goed

...



Iemand uitgelachen

Sorry dat

...

Stom want

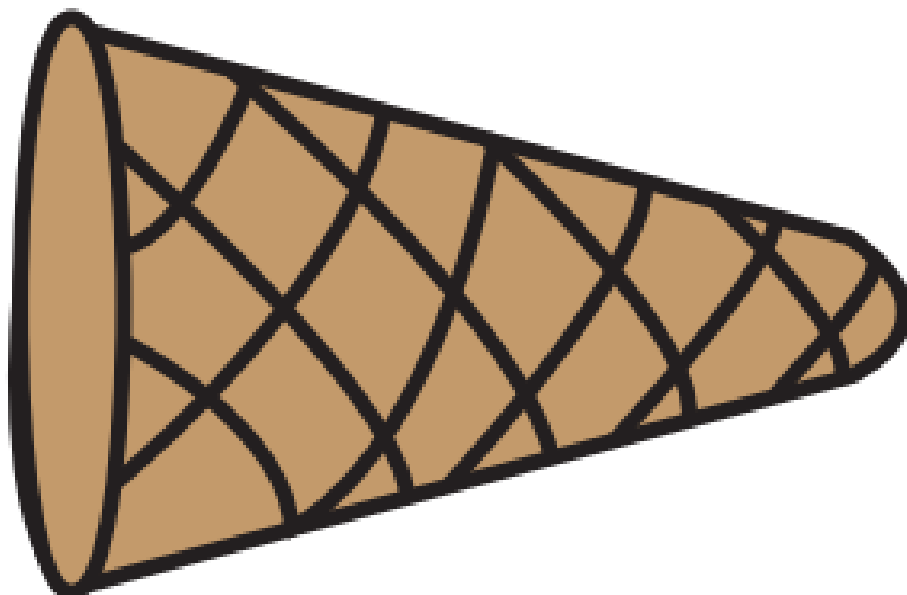
...

Voortaan zal ik

...

Zo maak ik
het goed

...



2.6 groep 6, Denk-strategieën

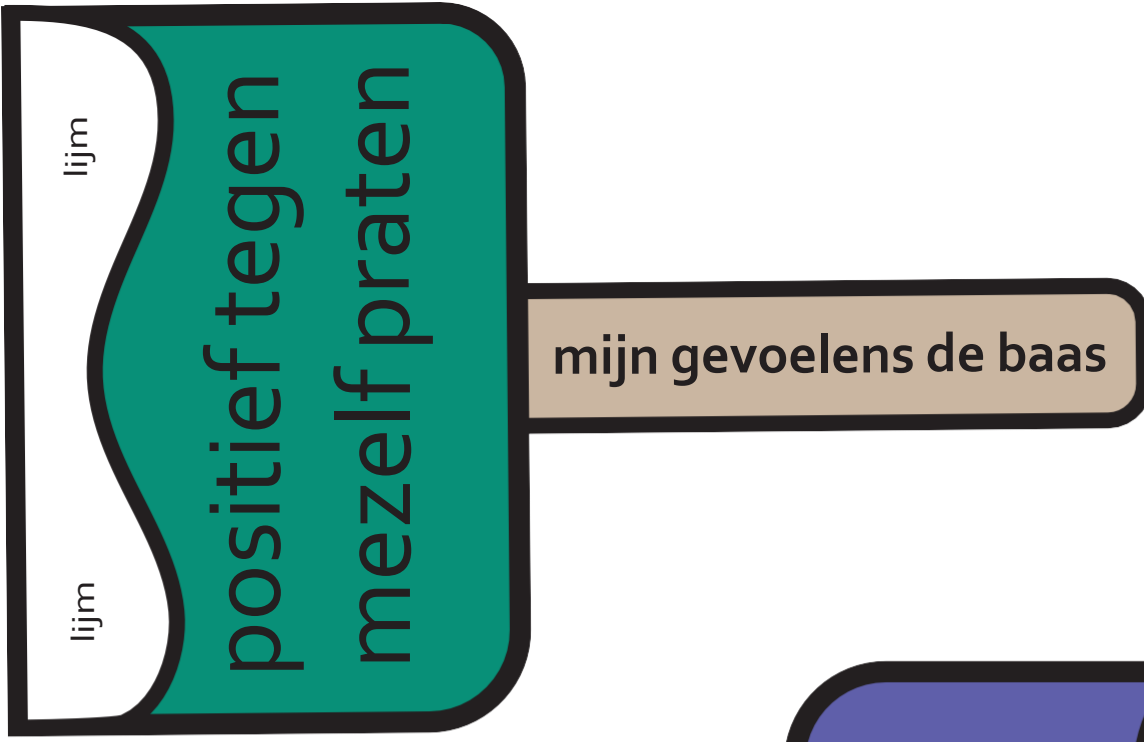
Werkblad 3

Mijn gevoelens de baas: denk-strategieën

Groep 6

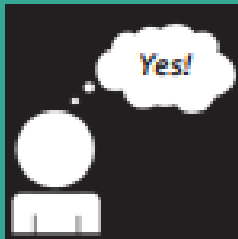
Thema 2 | les 6

Voor alle leerlingen printen op A3



lijm

lijm



denken:
je *kan*
het!

lijm

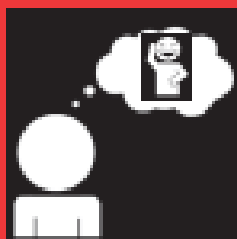
lijm



denken aan
de vorige
keer dat het
goed ging

lijm

lijm



aan iets
grappigs
denken

lijm

lijm



bedenken:
fouten maken
mag!

lijm

lijm



bedenken
wat de juf
zou zeggen

lijm

lijm



mezelf een
compliment
geven

lijm

lijm



bedenken
wat ik
nodig heb

lijm

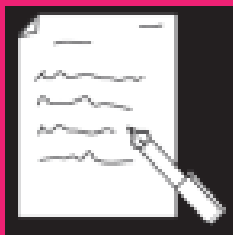
lijm



tot
10
tellen

lijm

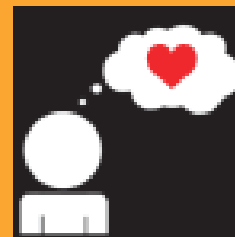
lijm



in
dagboek
schrijven

lijm

lijm



aan iemand
denken die
ik lief vind

lijm

lijm



aan
iets fijns
denken

lijm

lijm



tegen mezelf
zeggen dat
het goed komt

IK KAN...

IK KAN...

IK KAN...

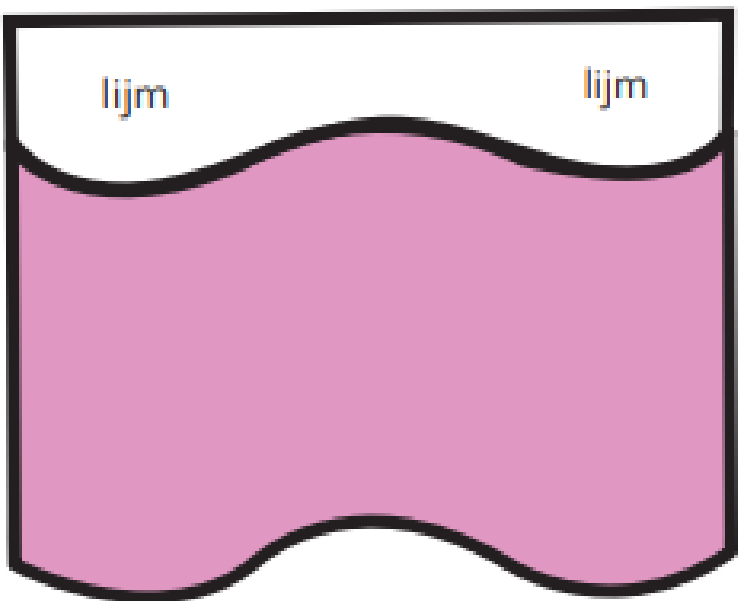
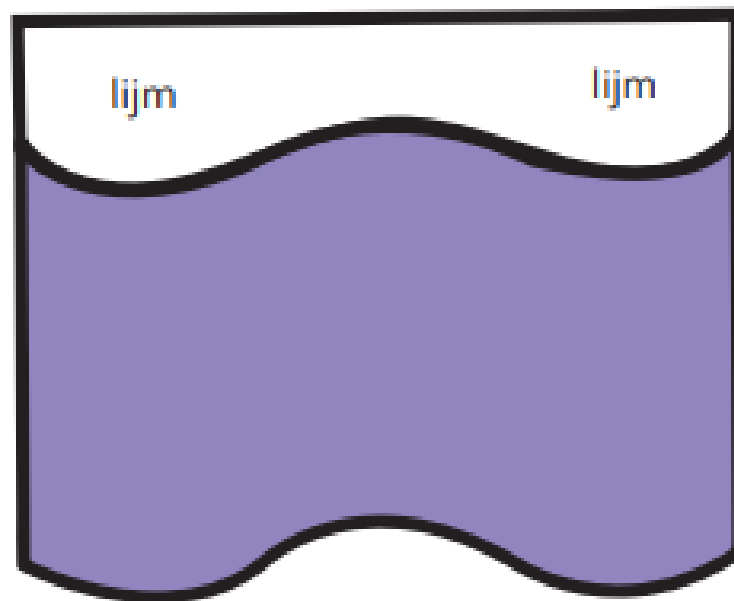
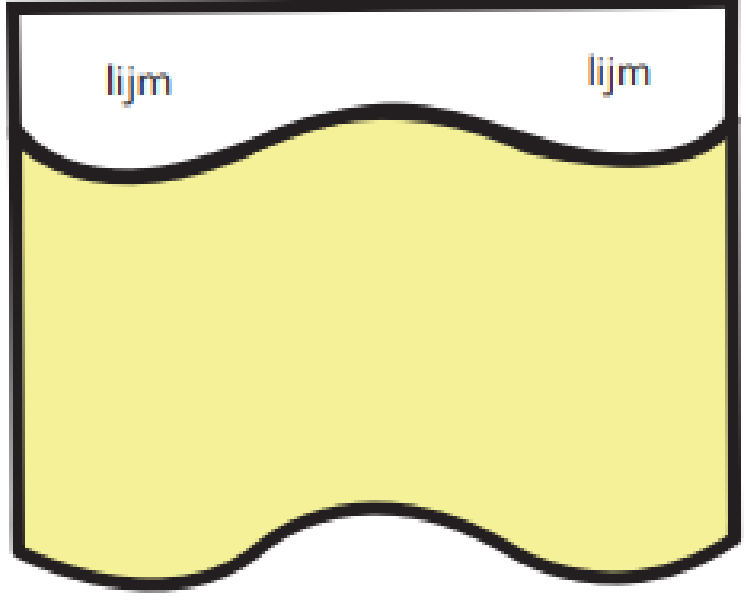
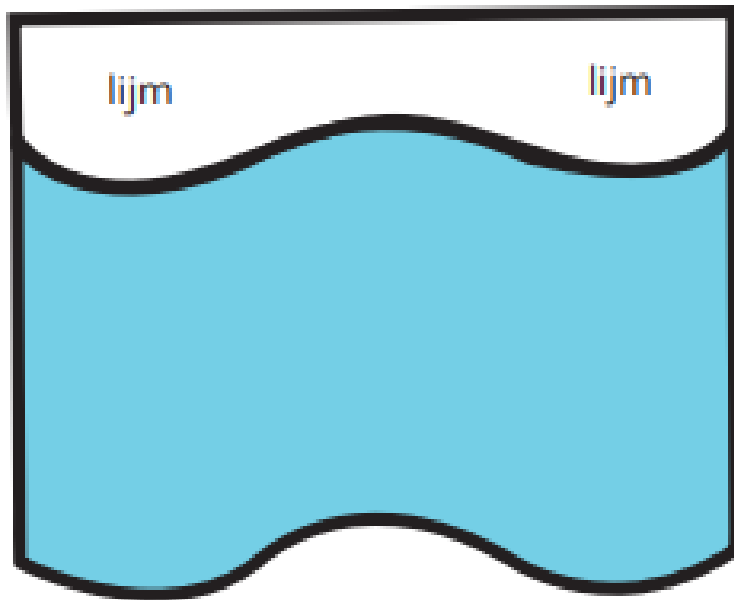
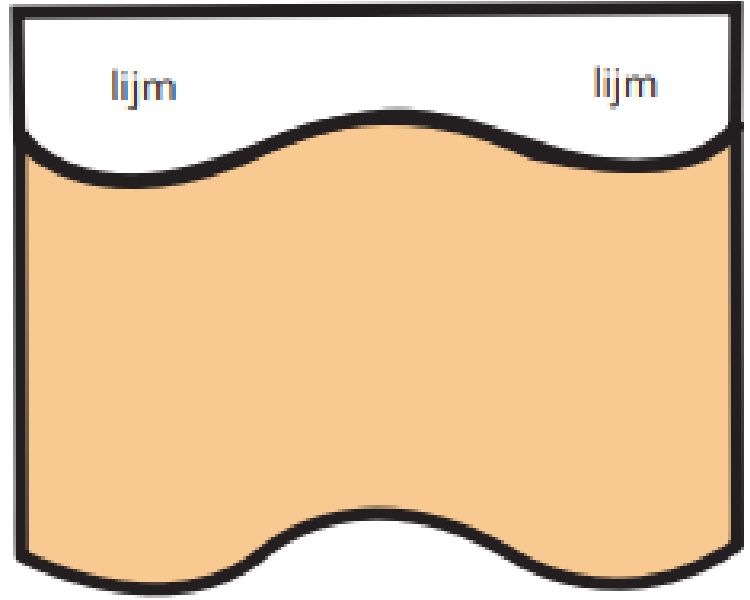
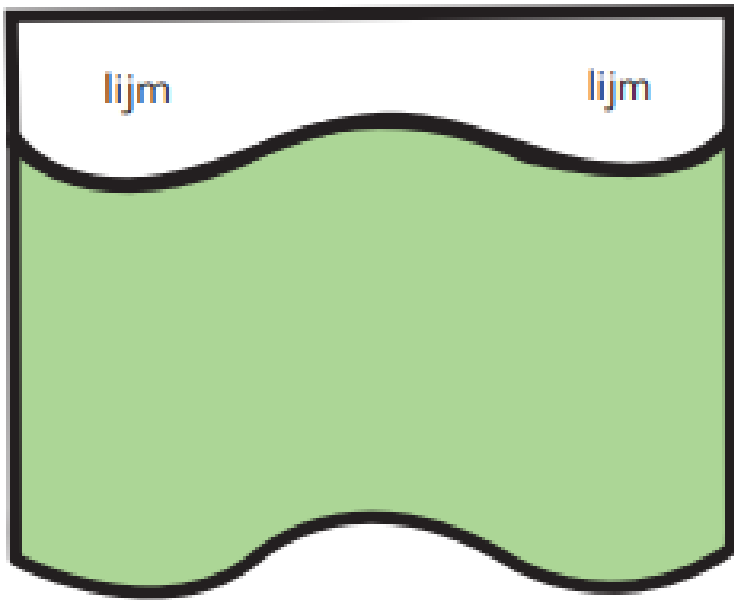
IK KAN...

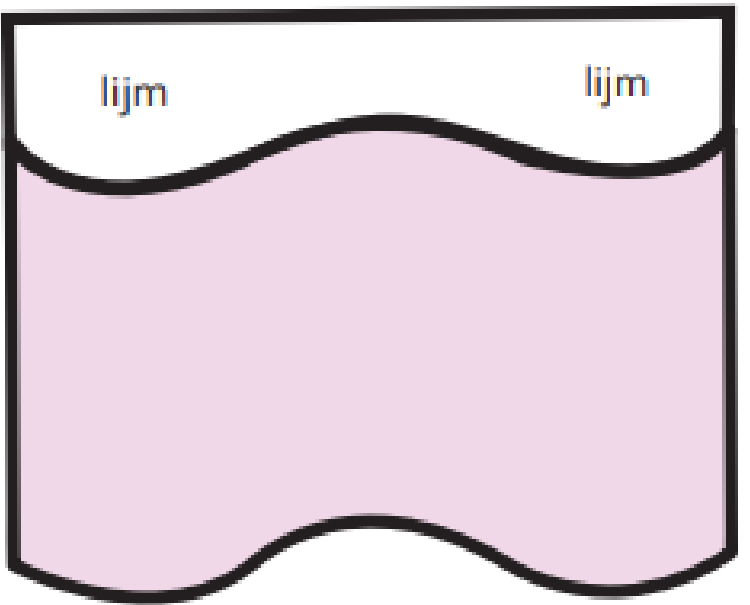
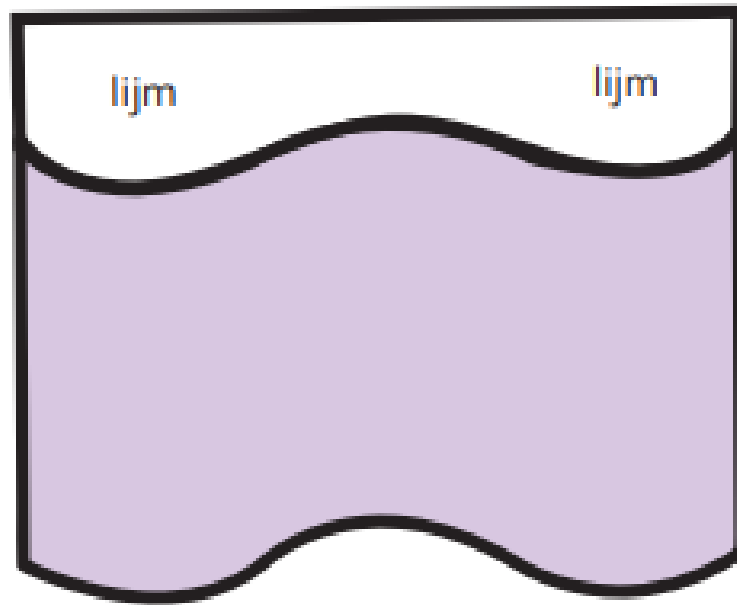
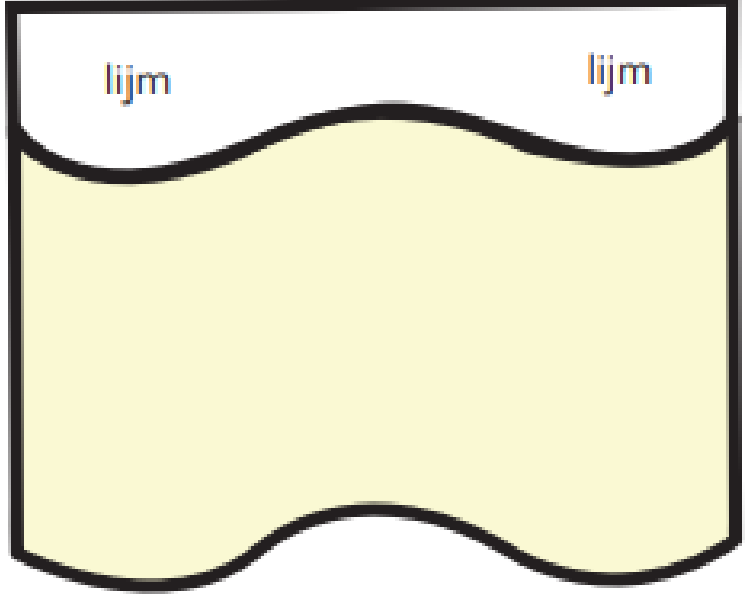
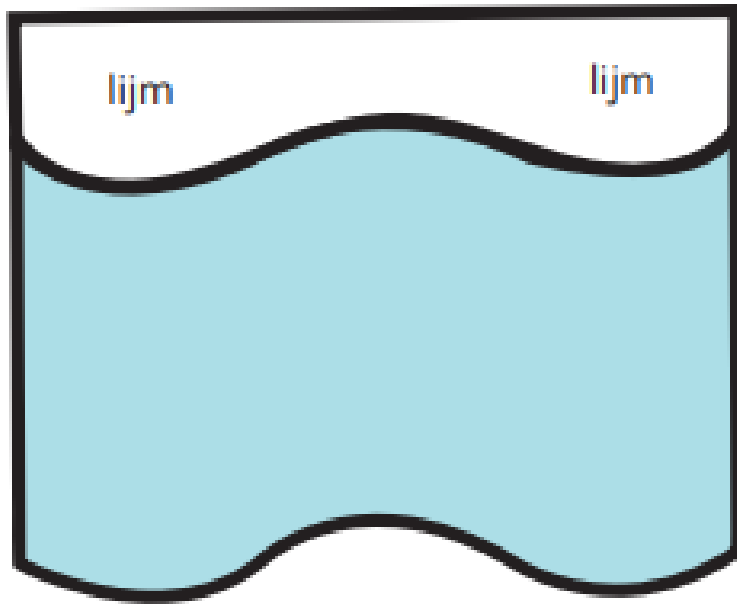
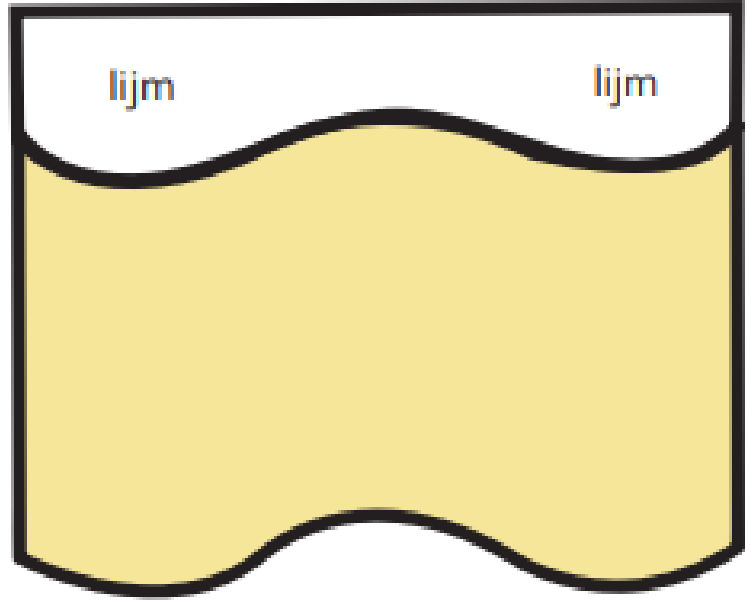
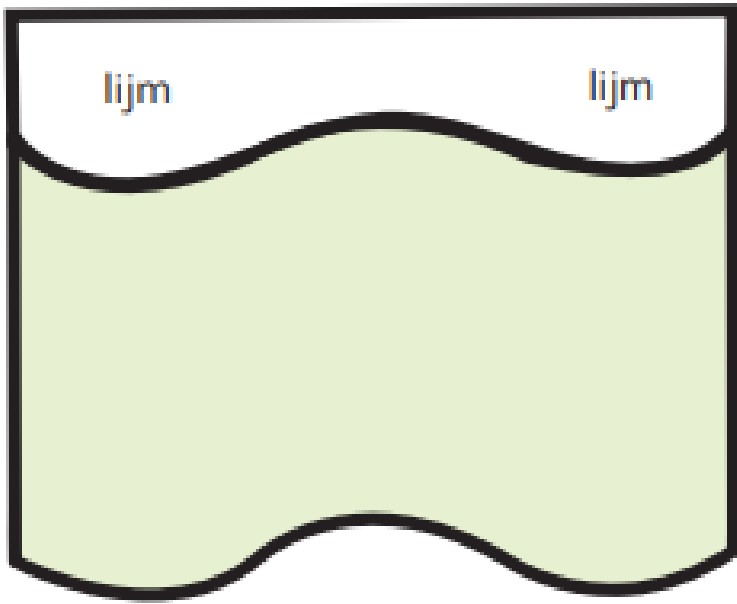
IK KAN...

IK KAN...

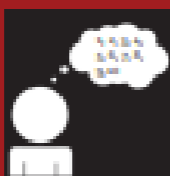
IK KAN...

IK KAN...





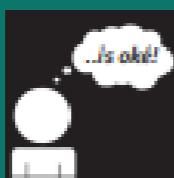
IK KAN...



tot
10
tellen



mezelf een
compliment
geven



bedenken:
fouten maken
mag!

positief tegen
mezelf praten

mijn gevoelens de baas