

DIGIBORD



Inhoudsopgave Thema 2 MIJN GEVOELEN middenbouw

2.0 groep 4, Kerngloedkaartjes memory	3
2.1 groep 4, Buskaartje trots en schaamte	5
2.2 groep 4, Wat is er gebeurd?	8
2.3 groep 4, Top 5 van het geluk	32
2.5 groep 4, Oeps.....	35
2.6 groep 4, Rustig of druk.....	37
2.1 groep 5, Bewonderen of jaloers zijn	48
2.2 groep 5, Dit voel ik en wat voel jij?	51
2.3 groep 5, Gefrustreerd!	53
2.4 groep 5, Gevoelige situaties	57
2.5 groep 5, Complimentje: expres iets aardigs zeggen	68
2.6 groep 5, Doe-strategieën	70
2.1 groep 6, Verlegen	72
2.2 groep 6, Verkeerd begrepen!	76
2.3 groep 6, Vraag me niet waarom!	78
2.4 groep 6, Mijn signalen	81
2.5 groep 6, Het sorry ijsje.....	84
2.6 groep 6, Denk-strategieën	87

2.0 groep 4, Kerngloedkaartjes memory

DIGIBORD 0
Animatie Kleurenmonster

Groep 4
Thema 2 | les 0

[Animatie 'Het kleurenmonster' - YouTube](#)



2.1 groep 4, Buskaartje trots en schaamte

DIGIBORD 1

Buskaartje trots en schaamte

Kerngloedkaartjes trots en beschaamd

Weerwoord woordkasten 'trots zijn op' en 'zich schamen
voor'

Groep 4

Thema 2 | les 2

trots

KEN
TAS
LIS



beschaamd

KEN
TAS
LIS



trots zijn op

= je wilt graag laten zien
dat je iets goed hebt
gedaan



*Ik ben trots op de woorden die
ik al ken.*

zich schamen voor

= schaamte voelen



*Ik schaam me voor mijn slechte
cijfer.*

2.2 groep 4, Wat is er gebeurd?

DIGIBORD 2

Wat is er gebeurd?

Overzichten kernvloedkaartjes

Emotiekaarten

Groep 4

Thema 2 | les 2



blij



opgewonden



zelfverzekerd



prettig



veilig



trots



bang

bezorgd



zenuwachtig

schuldig



beschaamd

moe



boos



gefrustreerd



verdrietig



teleurgesteld



woedend

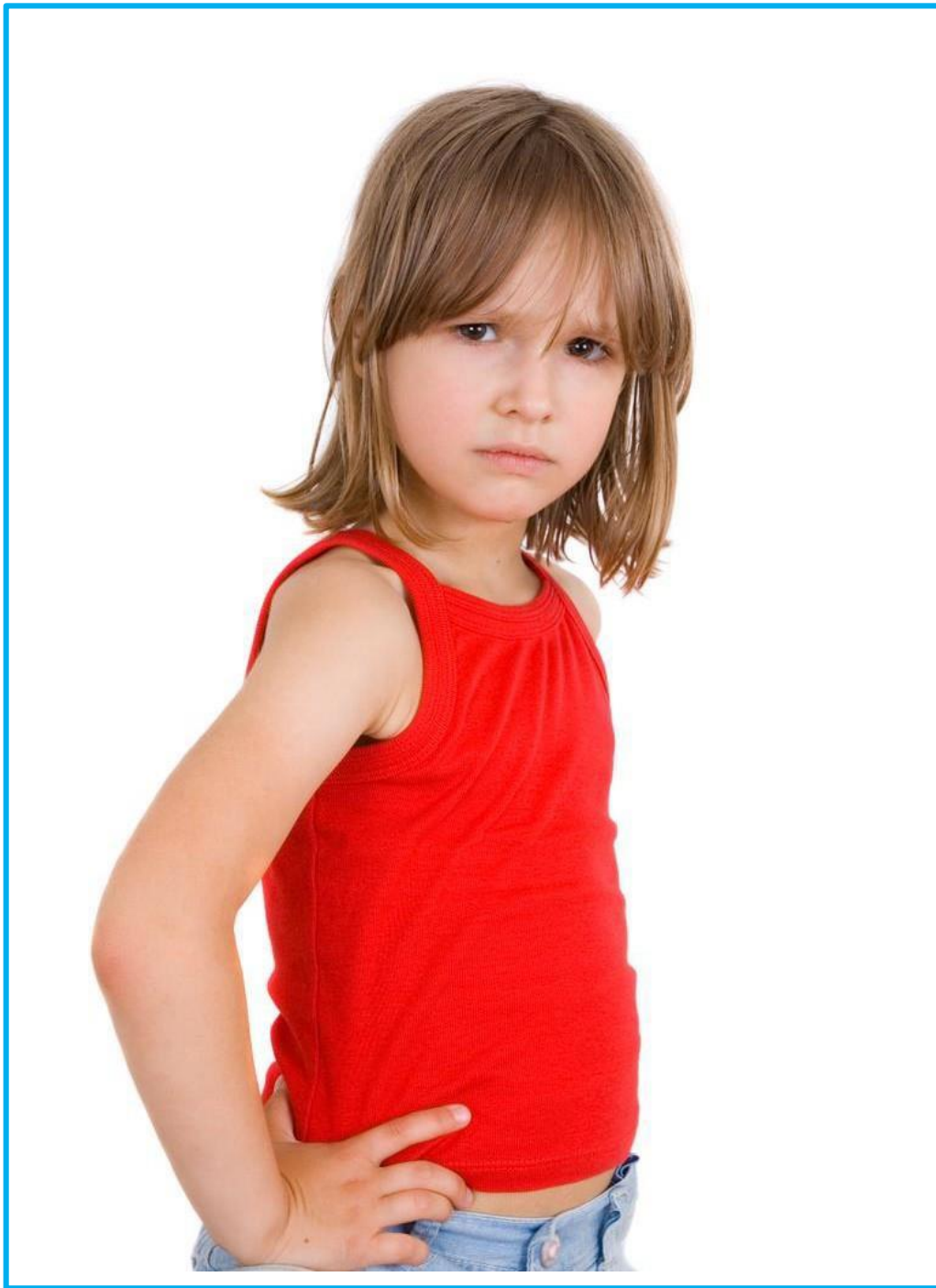


jaloers



eenzaam







































2.3 groep 4, Top 5 van het geluk

DIGIBORD 3
Top 5 van het geluk
Video geluk
Overzicht gele kerngloedkaartjes

Groep 4
Thema 2 | les 3

[Geluk - Sesamstraat - YouTube](#)





blij



opgewonden



zelfverzekerd



prettig



veilig



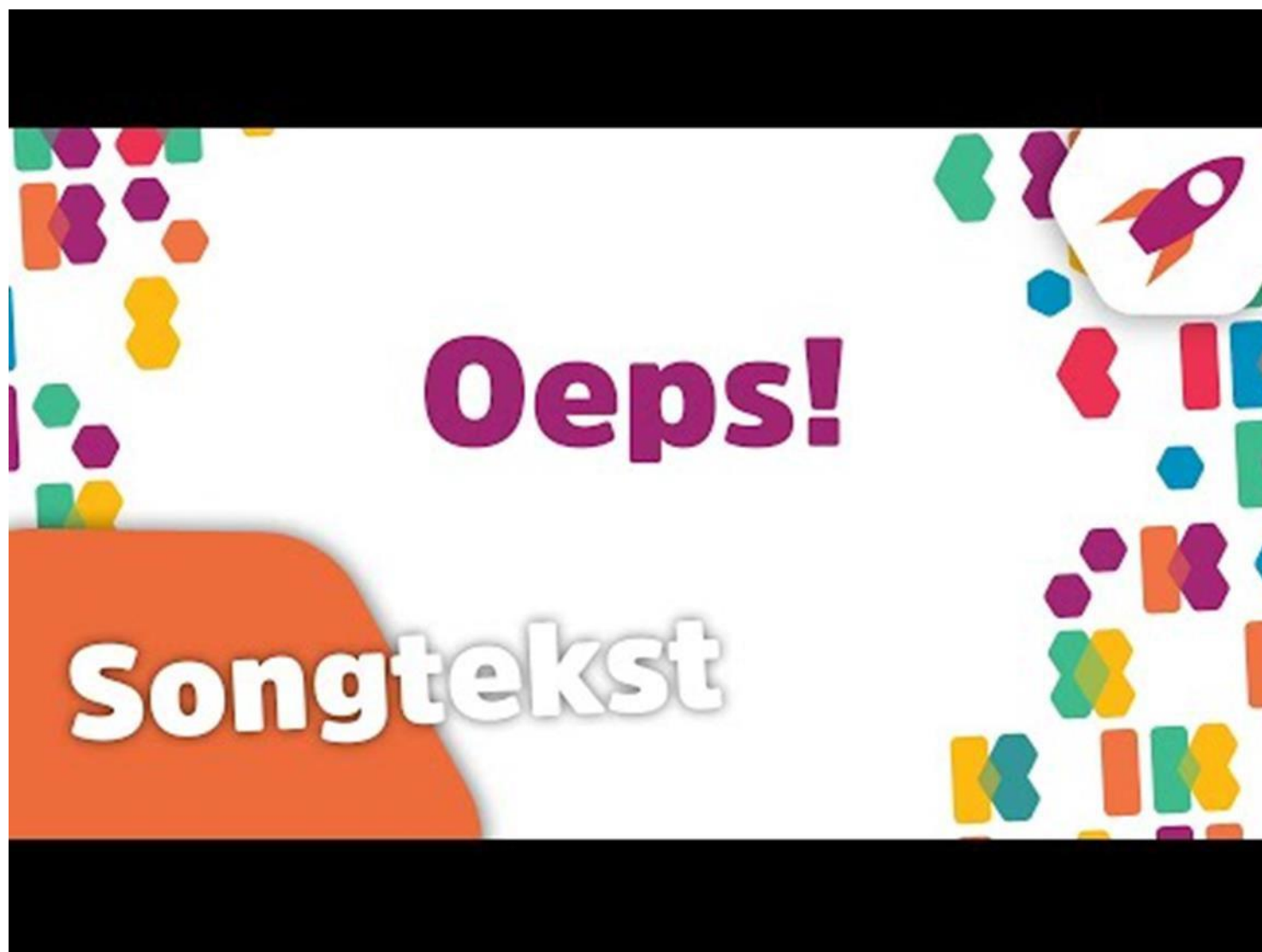
trots

2.5 groep 4, Oeps

DIGIBORD 4
Video Oeps!

Groep 4
Thema 2 | les 5

[Oeps! \(songtekst\) - Kinderen voor Kinderen - YouTube](#)



2.6 groep 4, Rustig of druk

DIGIBORD 5

PeTOS gevoelsthermometer

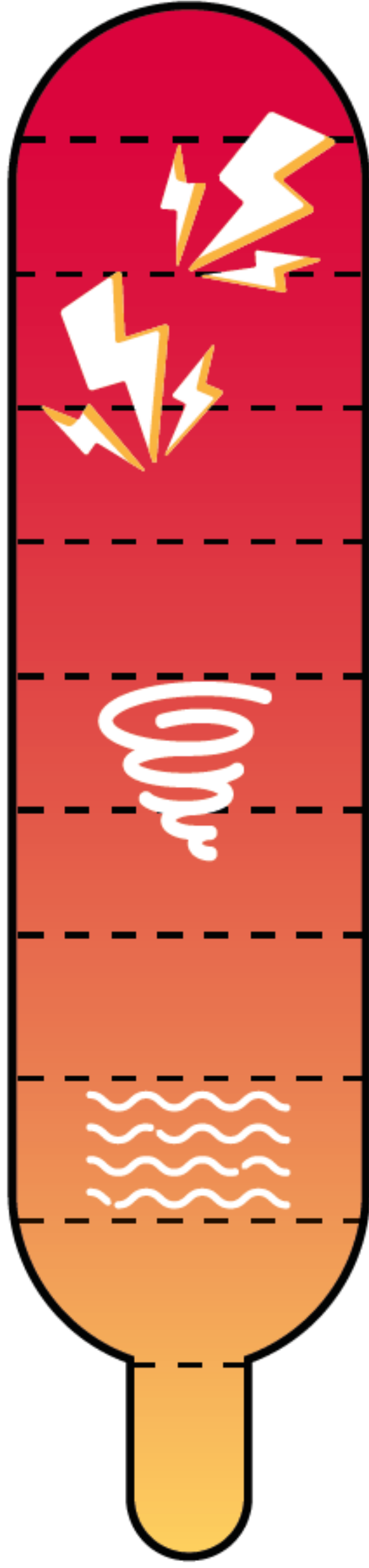
Rustig en druk

Rustig en druk van geel naar groen

Groep 4

Thema 2 | les 6

GEVOELSTHERMOMETER



R

D



rustig zitten en ademen

staan als een



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.



je terugtrekken



,1
/
(

in jezelf zingen of neurien



rennen



gek doen



dansen



springen

2.1 groep 5, Bewonderen of jaloers zijn

DIGIBORD 1
Kerngloedkaartje jaloers
Bewondering en jaloezie

Groep 5
Thema 2 | les 1

jaloers

KEN
TAS
LIS





wel voor jou



knap!
lekker!
fijn!
leuk!

bewondering



niet voor mij



jaloerie

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

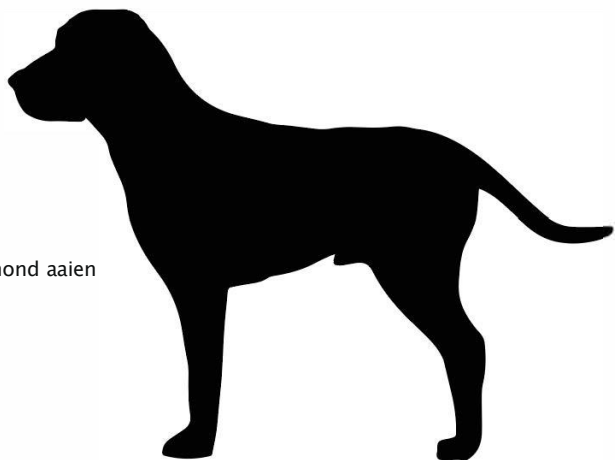
DIGIBORD 2

Niet iedereen voelt hetzelfde

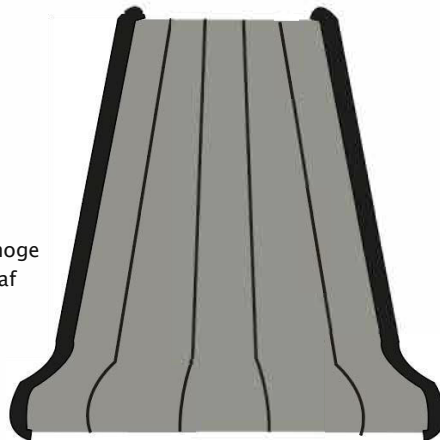
Groep 5

Thema 2 | les 2

hond aaien



van een hoge
glijbaan af



knuffelen met
papa



fietsen



dansen



in bomen klimmen



alleen zijn



samen zijn



feest vieren



Niet-iedereen-voelt-hetzelfde-digi

2.3 groep 5, Gefrustreerd!

DIGIBORD 3
Gefrustreerd |
Video Houd het helder

Groep 5
Thema 2 | les 3

boos

KEN
TAS
LIS

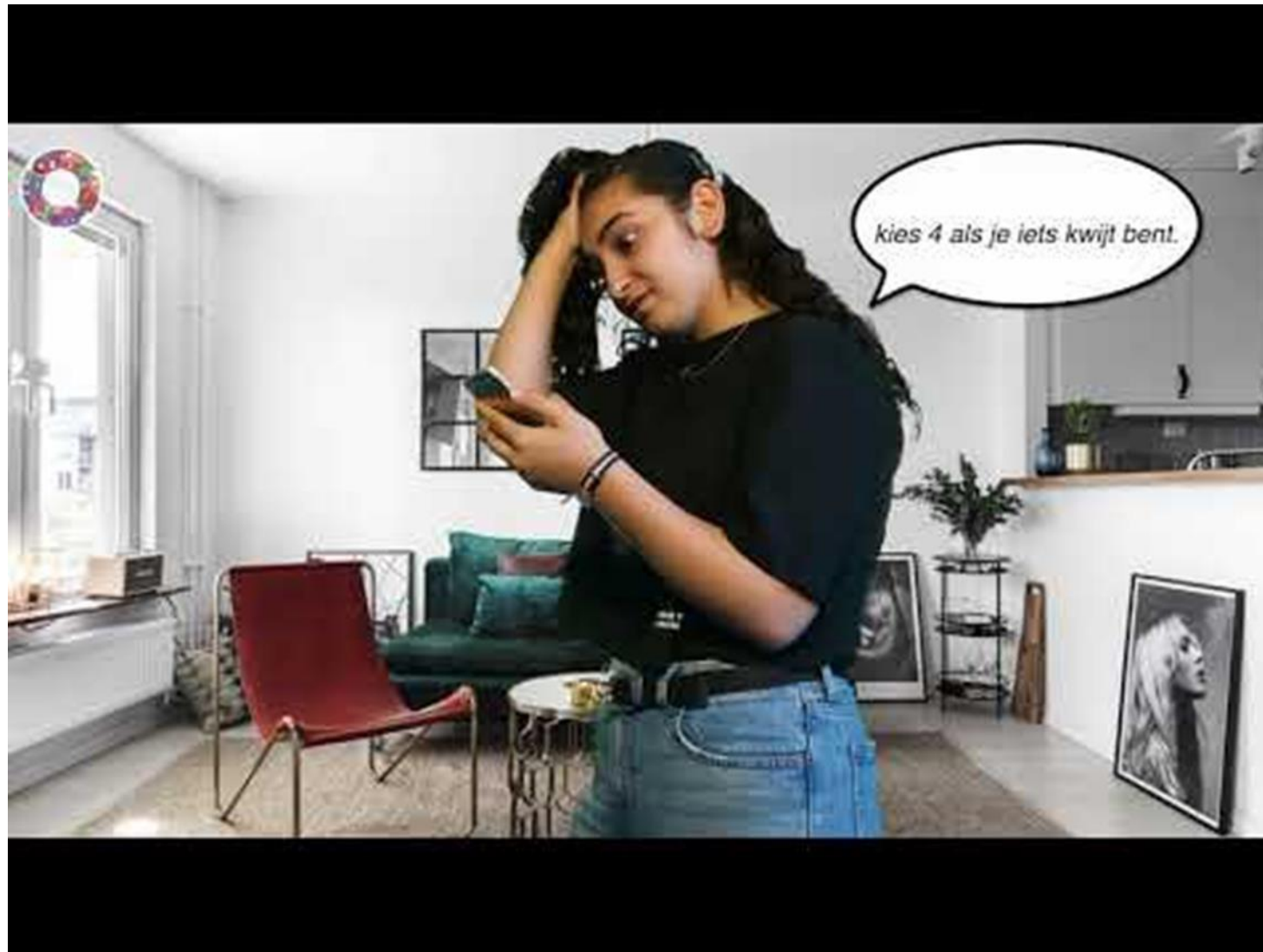


gefrustreerd

KEN
TAS
LIS



[Houd het helder aan de telefoon - YouTube](#)



2.4 groep 5, Gevoelige situaties

DIGIBORD 4
Gevoelige situaties

Groep 5
Thema 2 | les 4



1. Photo by [Scott Webb](#) on [Unsplash](#)



2. Photo by [Robert Collins](#) on [Unsplash](#)



3. Photo by [Rene Bernal](#) on [Unsplash](#)



4. Photo by [Annie Spratt](#) on [Unsplash](#)



5. Photo by [Jordan Whitt](#) on [Unsplash](#)



6. Photo by [Daiga Ellaby](#) on [Unsplash](#)



7. Photo by [Felipe Salgado](#) on [Unsplash](#)



8. Photo by [Philipp Pilz](#) on [Unsplash](#)



9. Photo by [Kat J](#) on [Unsplash](#)



10. Photo by [Andrew Le](#) on [Unsplash](#)

2.5 groep 5, Complimentje: expres iets aardigs zeggen

DIGIBORD 5
Complimenten
Video Jeugdjournaal

Groep 5
Thema 2 | les 5

[Het regent complimenten op Complimentendag! - YouTube](#)



2.6 groep 5, Doe-strategieën

DIGIBORD 6
Doe-strategieën
PeTOS-ijsje-doen

Groep 5
Thema 2 | les 6

IK KAN...

mijn gevoelens de baas

2.1 groep 6, Verlegen

DIGIBORD 1

Verlegen

Groep 6

Thema 2 | les 1

verlegen

KEN
TA
LIS







2.2 groep 6, Verkeerd begrepen!

DIGIBORD 2
Video Verkeerd begrepen

Groep 6
Thema 2 | les 2

[Disney·Pixar Binnenstebuiten | Officiële Trailer | Nederlands gesproken - YouTube](#)



2.3 groep 6, Vraag me niet waarom!

DIGIBORD 3

Vraag me niet waarom
Video Boos-verdrietig

Groep 6

Thema 2 | les 3

[Boos, verdrietig of blij? \(schooltv.nl\)](http://schooltv.nl)



Vraag me niet waarom!

Voel jij dat ook weleens: zo'n boos gevoel van binnen?

En je weet niet wat je daarmee moet beginnen?

Zo'n boze bui die zomaar in je opkomt,

zo'n boze brom die bonkend in je oor bromt.

Dan wil ik stampen, schreeuwen, gillen,

al vindt iedereen mij stom!

Ik voel dat zo van binnen, maar vraag me niet waarom?

Voel jij dat ook weleens: zo'n droef gevoel van binnen?

En je weet niet wat je daarmee moet beginnen?

Zo'n naar verdriet dat plots'ling in je opkomt,

alsof er zomaar iemand tranen in je oog stompt.

Dan wil ik, huilen, janken, snikken, al vindt iedereen mij stom!

Ik voel dat zo van binnen, maar vraag me niet waarom?

Voel jij dat ook weleens: zo'n blij gevoel van binnen?

Nou je weet wel wat je daarmee moet beginnen!

Zo'n blij bui die zomaar in je opkomt,

zo'n blij gevoel dat al het blij naar je hart pompt.

Dan ga ik dansen, lachen, zingen, al vindt iedereen mij stom!

Ik voel dat zo van binnen

Maar vraag me niet,

nee vraag me niet,

nee vraag me niet waarom.

Tekst en muziek: André Rooymans © 2003

2.4 groep 6, Mijn signalen

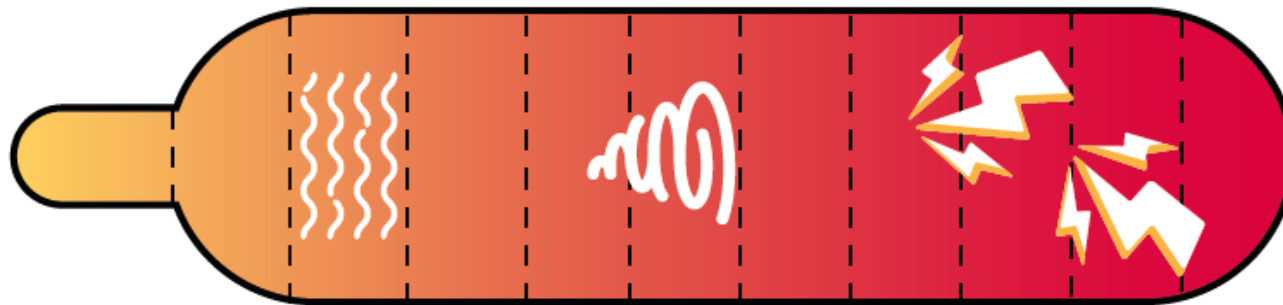
DIGIBORD 4

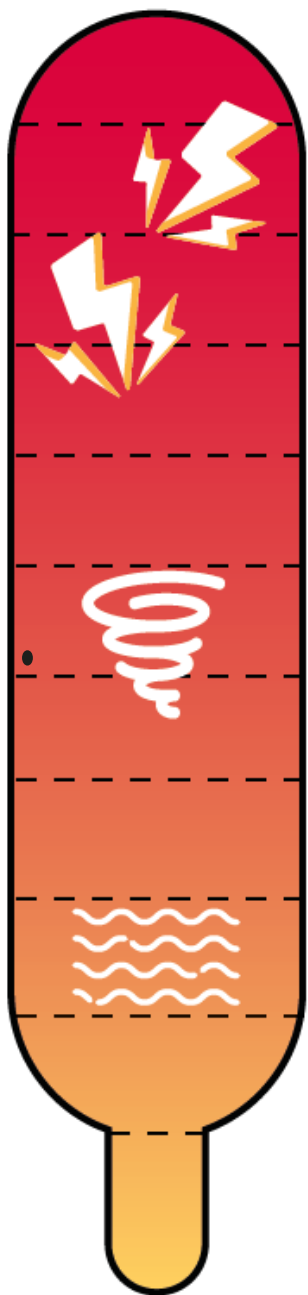
Gevoelsthermometer
Gevoelsthermometer signalen

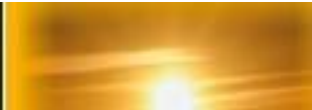
Groep 6

Thema 2 | les 4

GEVOELSTHERMOMETER





			
blij	boos	bang	verdrietig
dit merkt een ander			

2.5 groep 6, Het sorry ijsje

DIGIBORD 5
Sorry-poster
Video Akwasi

Groep 6
Thema 2 | les 5

[ReChill \(schooltv.nl\)](http://schooltv.nl)





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.

Perongeluk of
expres.

Het helpt als
je laat merken
dat het je
spijt.

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

2.6 groep 6, Denk-strategieën

DIGIBORD 6
PeTOS-ijsje-denken

Groep 6
Thema 2 | les 6

IK KAN...

mijn gevoelens de baas