

# Gooi in dankbaarheid

KINDNESS BUITEN DE CLASSROOM™  
HELE GROEP • OPTIE 3 • ZORGZAAM

Tijdschema van de les  
15-20 minS

## Materialen

- ❑ Strandbal (of andere lichte bal om mee te gooien)
- ❑ Zorgposter (optioneel)



## Deel

Bespreek dat voor anderen zorgen iets is dat we elke dag kunnen oefenen. Wanneer anderen om ons geven, kunnen we DANKBAARHEID gebruiken om hen te bedanken. Het gevoel dat we hebben als iemand om ons geeft, wordt DANKBAARHEID genoemd. Definieer zorgzaam: ZORGEN IS ZORG VOOR ANDEREN VOELEN EN TONEN. (Laat desgewenst de Caring-poster zien.)

Brainstorm over verschillende manieren waarop u voor anderen heeft gezorgd.

- Hoe zorg je voor mensen in je huis?
- Hoe zorg je voor mensen in je klas of hier in ons programma?

Zorg ervoor dat u antwoorden uit verschillende leeftijdsgroepen opneemt.



## Inspireren

We worden elke dag op de een of andere manier verzorgd, maar we beseffen het misschien niet. Hoe we anderen bedanken voor de vriendelijke manieren waarop ze ons helpen, is hoe we dankbaarheid tonen. Het is erg belangrijk om anderen te bedanken voor hun zorgzame woorden en daden. Er zijn heel veel manieren om dankbaarheid te tonen.

Leg uit dat we vandaag verschillende manieren zullen bespreken om dankbaarheid te tonen aan degenen die om ons geven. Onthoud dat je dankbaarheid kunt tonen door zowel daden als woorden. Begin na te denken over verschillende manieren om je dankbaarheid aan anderen te tonen wanneer ze om je geven. Hoe kun je verder gaan dan het vereiste "dankjewel"?



## Machtigen

We kunnen onze dankbaarheid ook tonen door een 'shout-out' te geven aan de mensen die om ons geven en ons vriendelijk behandelen. Het voelt goed om mensen te vertellen dat je ze dankbaar bent. Dus, laten we dat nu doen! Alleen grote groep, vorm een gigantische cirkel in je kamer. Begin met een volwassene en gooi de strandbal naar iemand in de kamer. Terwijl je de bal gooit, voltooi je de volgende prompt: "**Ik ben dankbaar voor \_\_\_\_\_ (naam hier invullen) omdat...**" Terwijl elke persoon de bal vangt, moeten ze de prompt afmaken en deze naar iemand gooien die geen kans heeft gehad om te antwoorden.

Herhaal dit totdat elke student de kans heeft gehad om deel te nemen.



## Reflecteer

Leid een heel groepsgesprek rond ZORGEN en DANKBAARHEID.

- Hoe zorgen anderen voor ons?
- Wat is DANKBAARHEID?
- Hoe kunnen we dankbaarheid tonen voor anderen die ons gedurende de dag helpen?
- Wat zou er kunnen gebeuren als we nooit dankbaarheid tonen aan degenen met wie we samenleven? Hoe kunnen ze zich voelen?



