

# Communiceer op de RAK-manier: respectvol, zelfverzekerd, vriendelijk

Deze les geeft leerlingen de kans om lichaamstaal en de boodschappen die we door ons lichaam sturen te onderzoeken; ze zullen lichaamstaal identificeren, het verzonden bericht een naam geven en vervolgens oefenen met luisteren met het hele lichaam tijdens een rollenspel. Deze les geeft studenten een kleine kans om meningen en overtuigingen over bepaalde onderwerpen te uiten, maar ook om te luisteren, vragen te stellen en positieve en respectvolle gespreksvaardigheden te oefenen. Dit is een goed voorproefje van Project #1, waar leerlingen klassikaal over een onderwerp zullen debatteren.

## Respecteer subconcept(en)

Zelfzorg, vriendelijkheid

## Tijdschema van de les

45 minuten

## Benodigde materialen

- ☐ Situatiekaarten (hieronder)
- ☐ Achtergrondinformatie voor luisteren met het hele lichaam: <https://www.teachingchannel.org/videos/whole-body-listening>

## Normen kaart

Deze les sluit aan bij CASEL-competenties, National Health Education Standards en Common Core State Standards. Raadpleeg de Normen kaart voor meer informatie.



AANGEWEZEN DOOR CASEL  
ALS EEN AANBEVOLEN PROGRAMMA  
VOOR SOCIAAL EN EMOTIEEL LEREN.  
Zie laatste pagina voor details.

## Lesdoel

Studenten zullen:

- Geef respectvol feiten en meningen en luister naar die van hun leeftijdsgenoten.
- Gebruik lichaamstaal om respectvolle boodschappen te sturen.
- Doe mee aan luisteren met het hele lichaam.

## Leraarverbinding / zelfzorg

Respect voor je gemeenschap is een natuurlijk resultaat wanneer je zelfrespect en respect voor anderen bezit. Dit is het derde puzzelstukje onder de noemer respect. Hoe toont u respect binnen uw school en uw gemeenschap? Betrokken raken bij georganiseerde kansen stelt u in staat om op een gestructureerde, concrete manier terug te geven. Vergeet echter niet de dagelijkse willekeurige daden van vriendelijkheid waartoe u toegang hebt binnen de school en uw stad. Simpele taken zoals het schoonmaken van de campus of het uitschakelen van ongebruikte lichten in je huis om het elektriciteitsverbruik te verminderen, zijn ook geldige manieren om je gemeenschap te respecteren. Blijf alert op de kansen die u worden geboden. Dit zal je op zijn beurt helpen om deze oefening door te geven aan je studenten.

## Tips voor diverse leerlingen

- Koppel studenten van tevoren, zodat u bepaalt wie met wie koppelt; rollenspel of laat een assistent van een leraar een rollenspel spelen met leerlingen met een beperkte taalvaardigheid.

- Gebruik het whiteboard of krijtbord om aanwijzingen weer te geven voor actief luisteren en de vragen die leerlingen kunnen stellen om leerlingen tijdens het rollenspel aan hun taak te helpen herinneren.



## Deel

2-3 minuten

*In deze module hebben we gesproken over wat het betekent om respect te tonen voor onszelf, voor anderen en voor onze gemeenschap. In onze les over anderen respecteren, leerden we over overtuigingen, waarden en meningen, en hoe we verschillende overtuigingen, waarden en meningen kunnen hebben. Ook al zijn we misschien verschillend, het is nog steeds belangrijk om elkaar te respecteren en vriendelijkheid naar elkaar te tonen. Wat zijn enkele manieren om anderen respect en vriendelijkheid te tonen die we een paar weken geleden hebben besproken?*

Nodig reacties van leerlingen uit.



## Inspireren

5-7 minuten

*Een manier waarop u kunt zien of iemand echt naar u luistert en uw ideeën respecteert, is door hun lichaamstaal. Als ik lichaamstaal zeg, waar heb ik het dan over?*

Nodig studentenreacties en zelfs demonstraties uit; als iemand zegt "je kunt zien dat iemand boos is omdat ze boos kijken en hun armen over elkaar slaan", laat een leerling dat dan demonstreren.

*Goed! We gaan een beetje praten over lichaamstaal en hoe we dat kunnen gebruiken om respect te tonen aan anderen wanneer we met hen praten, vooral als we het niet eens zijn met wat ze zeggen. TO oefen, laten we een paar foto's van mensen bekijken. We gaan de stemming van de situatie identificeren door de lichaamstaal te lezen.*

**\*\*Kies de/het aantal voorbeelden uit de onderstaande lijst zoals u wilt. Weergave op het whiteboard of print. Nodig leerlingen uit om te onderzoeken wat er op de foto gebeurt: wat de persoon (personen) voelen op basis van lichaamstaal. Voorbeeldafbeeldingen hieronder gelinkt:**

<https://pixabay.com/en/listen-informal-meeting-chatting-1702648/>

<https://pixabay.com/en/human-children-girl-talk-763156/>

<https://pixabay.com/nl/watergevecht-kinderen-waterspelen-442257/>

<https://pixabay.com/en/high-school-football-confrontation-1579498/>

<https://pixabay.com/nl/relatie-paar-conflict-2418155/>

<https://pixabay.com/en/angry-mad-upset-person-young-3126438/>

<https://pixabay.com/nl/persoon-vrouw-meisje-alleen-409127/>

<https://pixabay.com/en/book-bored-college-education-15584/>

*Wanneer we onze ideeën delen en luisteren naar de ideeën van andere mensen, is het niet de bedoeling dat we simpelweg ruzie maken of afwijzen wat de ander zegt. Onze taak is luisteren. We kunnen respect en uiteindelijk vriendelijkheid tonen aan anderen als we de tijd nemen om echt naar hen te luisteren.*



## Machtigen

15 minuten

*Nu gaan we een denk-, paar-, deelactiviteit doen waarbij je om de beurt praat over een probleem dat je uit deze emmer gaat halen. Met je partner praat je over de kant van de kwestie waar je het mee eens bent en je partner speelt actief luisteren. Het is jouw taak om je ideeën te presenteren en het is de taak van je partner om de juiste lichaamstaal te gebruiken om je te laten weten dat hij/zij luistert.*

*Partners, het is ook jouw taak om vragen te stellen. Het is niet jouw taak om ruzie te maken met de spreker, maar om vragen te stellen die je helpen te begrijpen wat hij of zij zegt.*

*Hier is hoe dit eruit zou kunnen zien:*

Selecteer een leerling om deze activiteit te demonstreren met een van de onderwerpen (of een nieuwe) en bereid de leerling voor met enkele van de onderstaande vragen en luistervaardigheden voor het hele lichaam.

*"Dat is interessant. Vertel me daar meer over!"*

*"Ik geloof niet dat ik begrijp wat je bedoelt. Kan je het nog een keer zeggen?"*

*'Eens kijken of ik het begrijp. Je zegt dat...!', en herhaal dan de belangrijkste ideeën.*

*Daarna wissel je van rol. De persoon die aan het luisteren was, bespreekt het probleem dat ze uit de emmer hebben gehaald en jij wordt de luisteraar.*

*Als het jouw beurt is om te luisteren, wil ik dat je met het hele lichaam luistert: gebruik je ogen, je lichaamshouding, je bewegingen, je armen/handen om te laten zien dat je oplet. Heb je gezien hoe [naam leerling invullen] dat deed in onze demonstratie? Doe de luisterhoudingen van het hele lichaam opnieuw na of laat de cursist het als model doen.*

*Denk na over de berichten die uw lichaamstaal naar uw partner stuurt. Weet je nog hoe we het hadden over het respecteren van de overtuigingen en meningen van anderen in onze 2e les; we kunnen iemands ideeën respecteren, zelfs als we het er persoonlijk niet mee eens zijn. Vergeet niet naar je partner te kijken als je aan het praten bent. Aangezien ze uw recht van spreken respecteren, kunt u hen respecteren en "dank u wel" zeggen voor hun goede luisteren door een oprechte boodschap over te brengen.*

*OK! Ik kom nu langs met de onderwerpen; Maak een duo met de persoon naast je (of koppels die jij kiest als dat beter is voor je groep) en we beginnen.*

Stel een timer in zodat iedereen evenveel tijd heeft; 3-5 minuten zou geschikt zijn.



## Reflecteer

5 minuten

*OK! Laten we terugkeren naar de klas. Ik wil wat van je ervaringen horen. Hoe voelde het om te praten over iets waar je in geloofde?*

Nodig reacties van leerlingen uit.

*Hoe voelde het om iemand naar je te laten luisteren die oprecht luisterde en geïnteresseerd was?*

Nodig reacties van leerlingen uit. Idealiter merken studenten dat ze zich zelfverzekerd, op hun gemak, gerespecteerd en gewaardeerd voelden.

*Kan iemand een goede actieve luisterhouding delen die ze bij hun partner hebben opgemerkt?*

Nodig reacties uit.

*Akkoord! Je doel voor de rest van vandaag is om respectvolle luister- en gespreksvaardigheden te gebruiken. Ik zal de hele dag naar voorbeelden hiervan kijken!*

Overweeg een speciale stimulans of exit-ticketprijzen aan te bieden voor degenen die u deze vaardigheden ziet oefenen.



AANGEWZEN DOOR  
CASL  
ALS EEN AANBEVOLEN  
PROGRAMMA VOOR  
SOCIAAL EN EMOTIEEL  
LEREN.

De Collaborative voor academisch, sociaal en emotioneel leren (CASL) beoordeelt sinds 2003 evidence-based SEL-programma's. Vriendelijkheid in de klas® voldoet aan CASL's SELECT-programma en is opgenomen in de CASL Gids voor effectieve sociale en emotionele leerprogramma's.

Vriendelijkheid in de klas® voldeed of overtrof alle criteria van CASL voor hoogwaardige SEL-programmering. Kindness in the Classroom® ontving CASL's hoogste onderscheiding voor hoogwaardige SEL-programmering.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

Stelling	Ja of Nee, en waarom?
Vierde klassers zouden een extra pauze moeten hebben tijdens de schooldag.	
De kunsten (zoals kunst, muziek, drama) zijn belangrijker dan vakken als wiskunde en wetenschappen.	
Leraren mogen geen huiswerk opgeven.	
Scholen moeten toestaan dat leerlingen telefoons gebruiken tijdens schooltijd.	
School zou het hele jaar door moeten zijn.	