

Een plek voor iedereen, toch?



Lesroute

Lesdoelen	1
Lesthema's	2
Lesverloop	2
• Vooraf: samen werken aan veiligheid	2
• Verhaal	3
• Wat zou jij doen?	4
• Vierkant in de kring	4
• In het vierkant	5
• Samen tekenen	5
• Plagen/ruzie maken/pesten	6
• Durf je te helpen bij ruzies en bij pesten?	7
• Speel eens uit	8
• Wat zou jij doen?	8
• Wat kunnen we van elkaar leren?	9
• Een plek voor iedereen!	9
• Kijk, hoor, voel	9
• Kanjermaatjes	10
• In de kring	10
• Je maatje en jij: teken je maatje	11
• Grenzen aangeven	11
• Kanjerposter voor de Week tegen Pesten	12

Lesdoelen

- Saamhorigheid ervaren
- Een ander het gevoel kunnen geven erbij te horen
- Je kunnen inleven in het gevoel 'zich buitengesloten voelen'
- Je bewust zijn dat je onderdeel bent van een groep
- Beseffen dat je in goede vriendschappen het beste in elkaar naar boven brengt
- Het verschil weten tussen plagen/pesten/ruzie maken
- Weten wat je kunt zeggen/doen wanneer iemand iets onaardigs zegt of doet

- Groepsgevoel
- Vriendschap
- Meningsverschillen en conflicten
- Plagen en pesten

 Materiaal en voorbereiding

- Download 'Durf jij te helpen bij ruzies en pesten?' (eventueel uitgeprint op A3-formaat)
- Download poster 'Kanjermatjes' (eventueel uitgeprint op A3-formaat)
- Download 'complimentenblad'
- Download poster 'Week tegen pesten'
- Alle downloads zijn ook beschikbaar als bijlage bij deze leskaart.

 Lesverloop Slide 57**Vooraf: samen werken aan veiligheid**

De Kanjertraining gaat uit van het belangrijke uitgangspunt dat alle kinderen te vertrouwen willen zijn. Dat betekent dat zij gedrag willen laten zien dat prettig is voor henzelf én voor hun omgeving. Hoewel de meeste mensen het goed bedoelen, gaat het soms toch weleens mis. Daarom willen wij kinderen leren om rekening met elkaar te houden en oog te hebben voor de gevoelens van de mensen om hen heen.

Kinderen leren daarom om stil te staan bij de vraag of de ander zich nog prettig voelt bij hun gedrag. Andersom geldt ook dat het hun verantwoordelijkheid is om aan te geven wanneer zij zich ergens niet prettig bij voelen. Bij tegengestelde belangen of conflicten oefenen we met de kinderen hoe zij samen tot oplossingen kunnen komen die voor iedereen aanvaardbaar zijn. Daarbij gaan we uit van een positieve benadering van de ander: je wilt rekening houden met de ander en je veronderstelt dat de ander ook rekening wil houden met jou. Door samen naar verhalen te luisteren, oefeningen te doen in de klas, gesprekken te voeren en het positieve in jezelf en de ander naar boven te halen, helpen we kinderen om deze uitgangspunten in de praktijk te brengen. Zo werken we samen aan een prettig en veilig pedagogisch klimaat.

De onderdelen uit de les zijn daarnaast zeer geschikt om zichtbaar te maken op een 'Kanjermuur' in de school. Op deze manier is er op een centrale plek aandacht voor de manier waarop leerkrachten, kinderen en ouders met elkaar willen omgaan met behulp van de Kanjertraining. Gedurende het schooljaar kan de Kanjermuur steeds verder worden aangevuld en kan worden teruggegrepen op oefeningen over plagen, ruzie en pesten.

Om ouders nog meer te betrekken bij een fijn en veilig schoolklimaat, kun je de poster van de 'Week tegen Pesten' en het info-doeblad, die als bijlage bij deze leskaart zijn toegevoegd, met hen delen.



Info-doeblad

Intervent: _____

Naam: _____

Samen werken aan veiligheid

De Kanjertraining gaat uit van het belangrijke uitgangspunt dat alle kinderen te vertrouwen willen zijn. Dat betekent dat zij gedrag willen laten zien dat prettig is voor hun omgeving. Hoewel de meeste mensen het goed bedoelen, gaat het soms toch wel eens mis. Daarom willen wij kinderen leren om rekening met elkaar te houden en oog te hebben voor de gevoelens van de mensen om hen heen.

Kinderen leren daarom om stil te staan bij de vraag of de ander zich nog prettig voelt bij hun gedrag. Andersom geldt ook dat het hun verantwoordelijkheid is om aan te geven wanneer zij zich ergens niet prettig bij voelen. Bij tegengestelde belangen of conflicten oefenen we met de kinderen hoe zij samen tot oplossingen kunnen komen die voor iedereen aanvaardbaar zijn. Daarbij gaan we uit van een positieve benadering van de ander: je wilt rekening houden met de ander en je veronderstelt dat de ander ook rekening wil houden met jou. Door samen naar verhalen te luisteren, oefeningen te doen in de klas, gesprekken te voeren en het positieve in jezelf en de ander naar boven te halen, helpen we kinderen om deze uitgangspunten in de praktijk te brengen.

Zo werken we samen aan een prettig en veilig pedagogisch klimaat.

Misschien heeft de school van uw kind ook een 'Kanjermuur' gemaakt, waarop verschillende onderdelen uit de lessen zichtbaar maken hoe er aandacht besteed wordt aan het thema van de Week tegen Pesten 2026. Een plek voor iedereen, toch? Het geeft weer hoe we ervoor kunnen zorgen dat de school een plek is waar iedereen zich fijn en veilig voelt. Een plek waar je erbij hoort, jezelf mag zijn, je elkaar kunt vertrouwen en elkaar helpt, je elkaar het goede kunt en kinderen evenveel waard is. Pesten heeft daarin geen plaats en conflicten worden opgelost op een manier die recht doet aan alle betrokkenen.

In de groepen is aandacht besteed aan hoe je op een respectvolle manier je grenzen kunt aangeven. In onderstaande strip staan de stappen. Belangrijk is dat kinderen de juiste taal (en vooral ook hun eigen taal) vinden om hun grenzen aan te geven. Ook lichaamstaal speelt hierin mee: oogcontact durven maken, rechtop staan en duidelijk uitspreken wat je wilt of niet wilt tegen iemand.

Stappenplan 'grenzen aangeven'

Ik vind dit vervelend. Wil je ermee stoppen?

We maken een nare opmerking.

Oeps, dat was niet leuk van mij.

We willen niet vervelend doen.

Laten we het goed maken.

Het is opgelost met elkaar.

Ga in gesprek met elkaar over 'erbij horen'

Kies vragen uit die passen bij de leeftijd van de kinderen.

- Heb je wel eens meegemaakt dat iemand niet mee mocht spelen? Wat deed je toen, en hoe voelde dat?
- Wat zou jij doen als je ziet dat een klasgenootje altijd alleen op het schoolplein staat?
- Hoe zorg je ervoor dat iemand anders zich welkom voelt in de groep?
- Ben je wel eens opgekomen voor iemand, omdat hij/zij er niet bij mocht horen?
- Als je niet wordt uitgenodigd voor een verjaardagstafel, hoor je er dan niet bij? Waarom wel of niet?
- Kun je 'erbij horen' zonder bevriend te zijn? Waarom wel of waarom niet?
- Hoe merk je of je 'erbij hoort'?
- Is het volgens jou belangrijk om precies hetzelfde te zijn als de rest om erbij te horen? Waarom wel of niet?
- Wat maakt jou uniek en anders dan andere kinderen?
- Ben je wel eens bang geweest dat anderen je niet zouden accepteren? Waar kwam dat door?
- Wat vind je leuk aan de mening of hobby van een ander, ook al deel je die zelf niet?

Wat kunnen we met elkaar doen om er op school voor te zorgen dat er een plek is voor iedereen?

Ouders kunnen:

.....

.....

.....

.....

Kinderen kunnen:

.....

.....

.....

.....

Juffen en meesters kunnen:

.....

.....

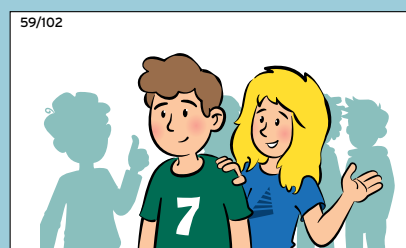
.....

.....

Info-doeblad



Slide 58



Slide 59

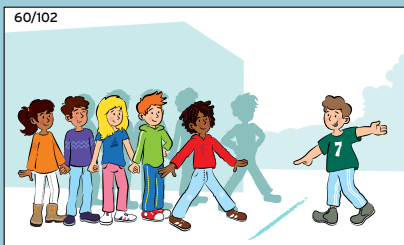
Verhaal

De kinderen hebben met gym een leuk spel gedaan in twee rijen. Ze moesten samenwerken om zo snel mogelijk met de hele groep naar de overkant te komen. In de pauze willen ze het spel nog een keer spelen op het plein.

Mitchell staat buiten al met Joost te regelen welke kinderen bij hen in het team mogen. Als Max naar buiten komt ziet hij dat er al twee groepen gevormd worden. 'Jij moet nog bij ons', zegt Mitchell tegen Arie. Dan komt Dexter naar buiten. 'Ga jij maar bij hen!' zegt Mitchell. 'Dat gaat niet!' reageert Rik daarop. 'Wij zijn al met genoeg. Dexter moet bij jullie.' Dexter blijft staan en kijkt naar de beide groepen. Waarom mag hij er niet bij? Het geeft een vervelend gevoel en net als hij naar het groepje van Mitchell wil lopen zegt Joost: 'Neehee, jij ben niet bij ons!' Max is blij dat hij al een team heeft en weet niet goed wat hij moet doen, dus zegt hij niks.

Iris zit ook bij Max in het team, ze durft altijd dingen te zeggen die anderen denken. Fijn dat ze dat zo goed kan, denkt Max.

'Misschien kunnen we dan steeds wisselen. We zijn met een oneven aantal, maar Dexter hoort er ook bij!' Meteen gaan er kinderen met Iris mee. 'Ja dat is een goed idee', zegt Rik. 'We kunnen het zo doen dat we steeds iemand hebben die het startsein geeft en ook als scheidsrechter het spel in de gaten houdt.'



▶ Slide 60

Dexter staat er nu heel anders bij. 'Jullie gaan daar staan achter die lijn', zegt hij. 'En als ik START roep, dan beginnen jullie. Als de eerste van je team aan de overkant is heb je gewonnen.'

Iedereen staat er klaar voor. Frits staat vooraan en Max staat als tweede. Frits gaat breed staan. Maar ook weer niet te breed, want de anderen moeten er makkelijk onderdoor kunnen. Als ze START horen, begint iedereen te rennen en poortjes te maken. Max en zijn team gaan supersnel, maar opeens wordt er hard getrokken omdat ze te ver uit elkaar willen gaan staan. De handen gaan los en scheidsrechter Dexter ziet het: 'Jullie moeten opnieuw!'

Mitchell en zijn team gaan verder en zijn al zover dat het andere team nooit meer kan winnen. 'Wij hebben gewonnen! Wij hebben gewonnen!' roepen Joost en Arie. Echt vervelend vindt Max dat. Ook al is het waar dan hoeft je dat nog niet op die manier te roepen, denkt hij.

'Gaan jullie weer klaarstaan?' zegt Dexter. Frits maakt plaats voor Dexter en gaat dan zelf als scheidsrechter. Dexter komt voor Max te staan. Ze spelen het spel nog een keer en blijven nu dicht bij elkaar staan. Ze gaan supersnel en als ze over de lijn komen wijst Frits naar de groep van Max. 'Nu hebben jullie gewonnen!' zegt hij en net op dat moment komt de meester erbij staan.

'Wat leuk dat jullie dit spel doen. Misschien kunnen jullie het ook eens met de hele klas doen? Dan neem ik de tijd op.' Dat lijkt de kinderen een leuk idee en snel gaan ze in de rij staan.

Meester begint af te tellen: 'Drie,twee, één.. START!'



▶ Slide 61

Wat zou jij doen?

Bespreek met de kinderen wat zij zouden doen in de situatie van Dexter in het verhaal.

- Hoe zouden ze doen als ze Max waren?
- En wat zou je doen als je Dexter bent?
- En wat zou je doen als je bij Mitchell in het groepje zou zitten?

Dexter krijgt het gevoel dat hij er niet bij mag horen doordat hij eerst niet in een team mag. Heb je weleens het gevoel dat jij er niet bij mag horen? Wat zou Dexter kunnen doen met dat gevoel? Wat kun je doen als je daarbij staat en je ziet dat het voor een ander niet leuk is?



▶ Slide 62

Vierkant in de kring

Maak een grote kring. Laat alle kinderen iets (persoonlijks) pakken. Dat kan een etui zijn of een fietssleutel. Je kunt dit ook een dag van tevoren met de kinderen bespreken. Laat iedereen dan weer in de kring komen zitten. Maak in het midden van de kring met schilderstape een vak op de grond (van ongeveer 1m²). Alle kinderen mogen hun voorwerp een plek in dit vierkant geven. Dat mogen ze in overleg doen, maar laat het overleg niet te lang duren. Laat de kinderen het redelijk snel gewoon neerleggen. Ligt alles in het vierkant? Leg als laatste ook als leerkracht iets neer.



▶ Slide 63

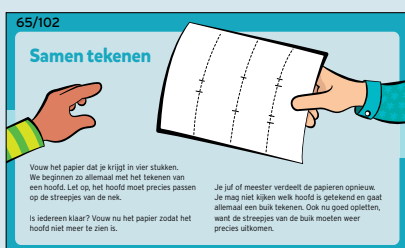
Bekijk dan digibord slide 63. Bekijk nu waar alles ligt. Maak er eventueel een foto van. Hoe liggen de voorwerpen verdeeld? Dicht bij elkaar of juist niet? Het is een manier om met de kinderen een gesprek op gang te laten komen over wat de plek in het vierkant zegt over je verwachting of behoefte in de klas. Vraag de kinderen waarom ze het voorwerp op die plek in het vierkant hebben neergelegd. Kunnen ze dat uitleggen? Waar ligt het voorwerp van de leerkracht? Leg uit waarom het daar ligt. Ook kan er nog gesproken worden over de voorwerpen zelf. Wat zegt het voorwerp over jezelf?



▶ Slide 64

In het vierkant

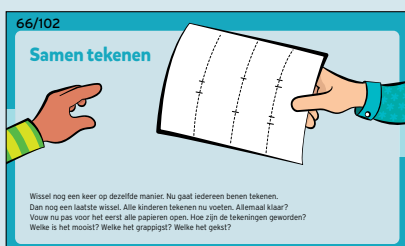
Bekijk slide 64. Bespreek het volgende met de kinderen: Eén leerling gaat in het vierkant staan. Alle andere leerlingen verdelen zich door de klas en gaan zo ver mogelijk bij het vierkant vandaan staan. Als iedereen een plek heeft gevonden, doet de leerling in het vierkant de ogen dicht en zegt: 'In dit vierkant sta ik.' Wanneer de leerling dit met de ogen dicht zegt, bewegen de andere kinderen voorzichtig naar het vierkant. De leerling in het vierkant doet de ogen dan open wanneer hij of zij 'ik' zegt. Als de leerling in het vierkant iemand ziet bewegen moet die terug naar de plek waar hij/zij begon. Daarna doet de leerling dit nog een keer en misschien dan nog een keer. Het is niet aan andere leerlingen om iemand die beweegt aan te wijzen, dat is aan degene die in het vierkant staat. Het spel stopt wanneer iemand ook in het vierkant staat nog voordat de leerling in het vierkant heeft kunnen kijken. Het kan dan opnieuw gespeeld worden met een nieuwe leerling in het midden. Deze oefening gaat over het je houden aan regels en eerlijk spelen met elkaar. Het spel is fijn als er op die manier gespeeld wordt. Gebruik bij de oefening Kanjertaal. Spreek vanuit vertrouwen en stel vragen. Geef benzine aan het positieve.



▶ Slide 65

Samen tekenen

Bekijk slide 65. Deze oefening is bedoeld om alle kinderen te laten samenwerken, als eerste aanzet om samen sterk te staan tegen pesten. Alle kinderen krijgen een blad papier. Vouw dit papier in vier stukken. De kinderen beginnen allemaal met het tekenen van een hoofd. Let op, het hoofd moet precies passen op de streepjes van de nek. Is iedereen klaar (kan zonder of met inkleuren)? Vouw nu de bovenrand om, zodat het hoofd niet meer te zien is. De leerkracht verdeelt de papieren opnieuw en iedereen mag een buik tekenen. Ook nu goed opletten, want de streepjes van de buik moeten weer precies uitkomen.



▶ Slide 66

Bekijk slide 66. Doe het wisselen nog een keer op dezelfde manier. Nu gaat iedereen benen tekenen. Dan nog een laatste wissel. Alle kinderen tekenen nu voeten. Allemaal klaar? Vouw nu pas voor het eerst alle papieren open. Hoe zijn de tekeningen geworden? Welke is het mooist? Welke het grappigst? Welke het gekst?



Slide 67

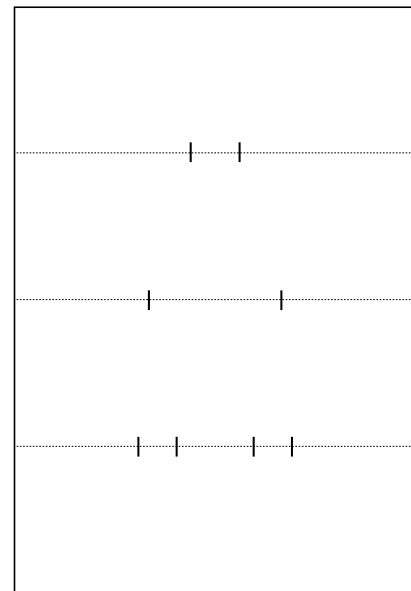


Slide 68

Bekijk slide 67. Hoe is het om zo samen te werken? Je maakt samen iets, zonder veel te praten. Maakt dat het makkelijker of moeilijker?

Er staan streepjes op het papier. Als die er niet zouden staan, wat zou dan mis kunnen gaan? Hoe zou je dat dan moeten doen?

Bekijk slide 68. Hoe is dat in een groep? Wanneer we niet met elkaar zouden overleggen of er geen regels (zoals de streepjes op het papier) zouden zijn, hoe zou dat dan gaan? Wat kan er dan misgaan? Hoe kunnen we het in een klas doen zodat we mooie, grappige en leuke momenten (tekeningen) krijgen?



Werkblad



Slide 69

Plagen/ruzie maken/pesten

Bespreek slide 69. Bespreek wat het verschil is tussen plagen, ruzie maken en pesten.

Plagen

Bespreek met de kinderen: soms word je op een vrolijke, speelse manier uitgedaagd door een ander. Dat hoeft geen pesten te zijn. Meestal bedoelt de ander het niet vervelend. De ander bedoelt het als een grapje. Vaak vindt iedereen dit leuk. Soms maakt de één een grapje, dan weer de ander, het gaat vaak 'om de beurt'. Je wilt elkaar geen pijn doen of verdrietig maken. Maar misschien vind je de grappen niet (meer) leuk. Om erachter te komen of de ander het vervelend bedoelt kun je aangeven dat je het vervelend vindt en vragen of de ander wil stoppen. De ander zal dan stoppen als het niet vervelend bedoeld was en 'sorry' zeggen.

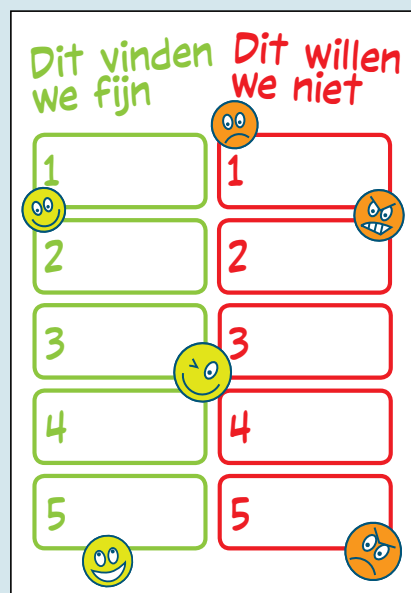
Ruzie

Bespreek met de kinderen: ruzie wil zeggen dat je het niet eens bent met elkaar en je bent boos op elkaar. Meestal voelt het niet leuk als je ruzie hebt. Ben je het met elkaar niet eens, dan is dat niet erg.

Maar wanneer je scheldt of lelijke dingen gaat zeggen, gaat duwen of slaan, dan noemen we dat ruzie. Als je het dan goed wilt maken, dan moet je eerst 'even afkoelen' zeggen we dan. Weten jullie wat wordt bedoeld met 'even afkoelen'? Gelukkig komt het dan weer goed, omdat we geen ruzie willen in de klas. En dat moeten we met elkaar leren.

Pesten

Bespreek met de kinderen: Pesten is op een op een oneerlijke manier steeds weer gemeen doen tegen een klasgenoot (bijv. slaan, uitschelden, buitensluiten, spullen kapot maken). Maak daarna met de kinderen een binnen-/buitenkring. Bespreek in twee rondes deze vragen (laat de kinderen na de eerste ronde drie plaatsen doordraaien):



Werkblad

Ronde 1

- Met wie plaag jij weleens?
- Wat doe je dan?
- Wat maakt plagen leuk of grappig?

Ronde 2

- Wat als je merkt dat het om pesten gaat en het niet meer fijn is, wat kun je dan doen?
- Hoe zou je iemand helpen die gepest wordt?



Slide 70

Durf je te helpen bij ruzies en bij pesten?

Bekijk slide 70. Hier staat een stappenplan hoe je kunt helpen/ingrijpen bij ruzies of buitensluiten. Durf jij te helpen bij ruzies en pesten? Bekijk de plaatjes op slide 70. Soms ben je samen met je vriend(in) en doet je vriend(in) iets vervelends bij iemand anders. Durf jij je vriend(in) dan te stoppen? Wat zou je kunnen doen als je ziet dat iemand anders het niet leuk vindt? Hoe kun je helpen?

Wie wil laten zien wat jij zou doen of zeggen? Laat kinderen uitspelen wat ze zouden doen. Verdeel de rollen en neem zelf als leerkracht de rol van degene die iets vervelends doet of zegt. Vraag wie degene wil spelen tegen wie iets vervelends wordt gezegd en wie jouw vriend wil spelen. De vriend haalt jou uit de situatie en probeert je te stoppen, zodat je geen nare dingen doet.

Speel de situatie dan uit. Laat andere kinderen helpen als degene die steeds lastig wordt gevallen of die de vriend speelt niet precies weet wat je in zo'n situatie kunt doen of zeggen. Eindig met applaus voor het uitspelen. Zijn er nog andere kinderen die dit ook willen oefenen of die wat anders zouden zeggen?

Besprek daarna wat in de tekstballonnen op slide 70 zou kunnen staan. Van deze situatie is ook een download beschikbaar. Je kunt dan de teksten op de poster schrijven en de poster als reminder in de klas (of op de kanjermuur) hangen. Voorbeelden voor in de tekstballonnen:

Ballon 1: Ik vind het niet leuk wat je zegt. Wil je daarmee stoppen?

Ballon 2: Hé, dat is niet leuk wat je doet.

Ballon 3: Kom, wij gaan iets anders doen.

Verdeel dit oefenen en uitspelen eventueel over meerdere lesmomenten.





Slide 71

Speel eens uit

Bekijk slide 71. Een groepje kinderen uit de klas is een spel aan het doen. Iemand uit de klas wil ook meedoen maar de andere kinderen doen alsof ze hem/haar niet zien. De klasgenoot staat erbij en weet niet wat te doen. Kan jij helpen?

Vraag en bespreek met de kinderen het volgende: Wat zou jij doen?

Op de slide staan verschillende opties:

- Ik ga naar de klasgenoot toe. Samen kunnen we vragen of we mee mogen doen met het spel.
- Ik ga naar de klasgenoot en vraag of hij/zij met ons mee wil doen.
- Ik ga naar de juf/meester.
- Ik ga naar de kinderen die het spel doen en vraag waarom de klasgenoot niet mee mag doen.
- Ik doe niks en ga verder met wat ik aan het doen was.

Misschien bedenken de kinderen nog iets anders. Speel de situatie uit met de verschillende aflopen. Speel eventueel zelf mee. Wanneer voelt het goed of fijn? Wanneer voelt het niet goed of minder fijn? Hoe zou dat komen?



Slide 72

Wat zou jij doen?

Bekijk slide 72. Je ziet een plaatje van een situatie. Hoe zouden de kinderen doen/reageren? Bespreek dit klassikaal. De situatie is goed te bespreken met behulp van het innemen van een positie in de klas. Om te antwoorden mogen ze een plek innemen in de klas en mogen ze ook vertellen waarom ze daar zijn gaan staan. Vertel de kinderen wat de verschillende posities betekenen waar ze uit kunnen kiezen.

Een klasgenoot gooit met stenen naar zwanen.

Rechts Ik denk dat ik zou meedoen

Midden Ik zou niet meedoen, maar weet niet of ik er wat van durf te zeggen

Links Ik zou er wat van zeggen

Waar gaan de kinderen staan? Kunnen ze uitleggen waarom ze daar zijn gaan staan?

Extra informatie

Is deze klasgenoot een vriend van je? Bepaalt hij of zij de norm van deze vriendschap? Is om die reden groepsdruk bepalend en ga je dan ook narigheid uithalen? Of geldt: *'Een echte vriend probeert je te stoppen als je rare dingen doet'*?



▶ Slide 73

Wat kunnen we van elkaar leren?

Bekijk slide 73. Lees en bespreek de titel: wat kunnen we van elkaar leren? Bekijk ook de tekening. Het is belangrijk dat kinderen zien dat het de kleine dingen zijn die maken dat je al een verschil kunt maken voor een ander. De vragen nodigen kinderen uit om na te denken over zichzelf én over de ander. Niet kiezen tussen jezelf zijn of erbij horen, maar ontdekken dat een fijne groep ruimte maakt voor allebei. Zing aansluitend het lied met de kinderen *'Je hebt een keuze'* (te vinden via de link op slide 73).



▶ Slide 52

Een plek voor iedereen!

Vertel de kinderen dat ze als afsluiting van het thema de volgende oefening gaan doen: de kinderen bouwen samen een menselijke piramide. Eén à twee kinderen zitten op handen en knieën naast elkaar. Zij vormen het fundament. Twee andere kinderen kunnen dan op de onderrug van deze kinderen gaan zitten met de ruggen tegen elkaar. Afwisselend kunnen kinderen op de knieën gaan staan waarbij ze één hand in de lucht steken en met de andere hand de hand van hun klasgenoot vasthouden. Ook kunnen er kinderen bij een klasgenoot op de voeten gaan zitten (zie digibord). Laat de kinderen hier creatief in zijn. Zie eventueel ook het boek 99 Kanjerspelletjes of de 'Kanjerklobber' voor meer oefeningen die gericht zijn op samenwerken met de groep. De kanjerwaarden zijn vertrouwen en samenwerken.



Kijk, hoor, voel

Bekijk slides 75 t/m 77. Doe de oefening samen. Maak drietallen, deze drietallen werken met elkaar samen. Ieder groepje krijgt een pittenzak, liefst voor ieder groepje een eigen kleur.

Dan volgen drie rondes:



Ronde 'KIJK': C verstopt de pittenzak, alleen A weet niet waar de pittenzak ligt. A gaat de pittenzak zoeken, B mag niet praten en geeft met behulp van gebaren aan waar A heen moet. Kan B dit zo doen, dat A de pittenzak ook echt met zijn hand kan pakken?



Ronde 'HOOR': A verstopt de pittenzak, alleen B weet niet waar de pittenzak ligt. B heeft de ogen dicht en gaat de pittenzak zoeken. C vertelt hoe B moet lopen om de pittenzak te vinden. Kan C dit zo doen, dat B de pittenzak ook echt met ogen dicht met zijn hand kan pakken? C moet ook letten op de veiligheid van B!

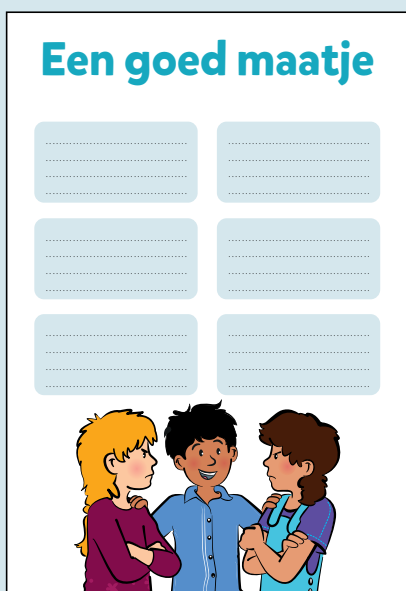
Ronde 'VOEL': B verstopt de pittenzak, alleen C weet niet waar de pittenzak ligt. C houdt ogen en oren dicht. A leidt C voorzichtig aan de schouders naar de pittenzak. Kan A dit zo doen, zonder te praten en zonder gebaren, dat C de pittenzak ook echt met zijn hand kan pakken?

▶ Slide 75 t/m 77

Zie eventueel ook het boek 99 Kanjerspelletjes of de 'Kanjerklobber' voor meer oefeningen die gericht zijn op samenwerken met de groep. De kanjerwaarden zijn vertrouwen en samenwerken.



Slide 78



Werkblad

Kanjermaatjes

Kanjermaatjes kunnen meehelpen om ervoor te zorgen dat er voor iedereen een plek is in de groep. Bekijk slide 78. Bespreek in de klas wat een maatje is. Een maatje is iemand bij wie je terecht kunt als er iets vervelends gebeurt op school. Als je het even niet kunt oplossen ook al heb je er iets van gezegd, dan kun je naar een maatje lopen.

Als kinderen een maatje hebben bij wie ze terecht kunnen, geeft dat ze de mogelijkheid om uit de situatie te stappen en eventueel tot rust te komen. Vaak lost het zich dan wel weer op. Een maatje grijpt niet in door te gaan slaan of schelden, uit te lachen of zielig te doen (die reageert zelf niet met de blauwe, rode of gele pet zonder de witte). Een maatje gaat bijvoorbeeld met jou samen iets anders doen.

Ben je een maatje van iemand die vervelend doet? Dan ben je belangrijk: leid je maatje af, houd je maatje tegen, loop weg, en ga eventueel naar de juf of meester als je denkt dat het niet goed komt.

Soms zie je dat je maatje in een vervelende situatie zit. Je kunt dan op je maatje afstappen en vragen of je kunt helpen. Je kunt je maatje ook helpen door je maatje uit de situatie te halen. Bijvoorbeeld door te zeggen: 'Laat maar even, kom, wij gaan samen ...'

Bespreek daarom in de klas: 'Naar wie kan je toe als er iets vervelends gebeurt op school?' Ga alle kinderen één voor één langs om te checken wie het maatje/maatjes kan/kunnen zijn. Het liefst meer dan één maatje omdat het ook voor kan komen dat je maatje er niet is. Zorg er in ieder geval voor dat ieder kind één maatje heeft (zie ook verderop: teken je maatje). Bespreek tot slot ook met de kinderen of iedereen elkaars maatje kan zijn? Kun je allemaal wat doen als je ziet dat het niet fijn gaat in de klas of op het plein of kan dat alleen als je iemands maatje bent? Misschien komen kinderen er ook wel op dat je soms voor iemand geen maatje kan zijn, omdat er juist gedoe kan zijn tussen kinderen die elkaars vriend zijn. In zo'n geval heb je misschien juist andere maatjes nodig om dat op te lossen.

Maak dan met de groep een maatjesposter (zie download op slide 78). Laat de kinderen in een klein groepje bedenken wat een goed maatje kan doen. Verzamel alle ideeën en schrijf ze op de maatjesposter van jullie klas. Hang de maatjesposter op in de klas en/of op de kanjermuur.



Slide 79

In de kring

Bekijk slide 79. Verdeel de groep in kleine groepjes (bijvoorbeeld van 8 leerlingen). Een leerling gaat buiten het groepje staan en de andere leerlingen haken hun armen in elkaar. De leerling buiten de kring probeert om in het groepje te komen. Bespreek de oefening vervolgens na: Wat zijn goede tactieken? Kun je alleen in de kring komen door dit te forceren? Of zijn er ook kinderen die erop komen om het te vragen? Kan dit ook leuk zijn voor allemaal (bijvoorbeeld als je dit ziet als een vorm van stoeien die voor allemaal leuk is)? Hoe kun je er dan voor zorgen dat het voor allemaal goed voelt? Hoe voelde het om dit te proberen? Hoe voelt het om iemand tegen te houden?



Slide 80

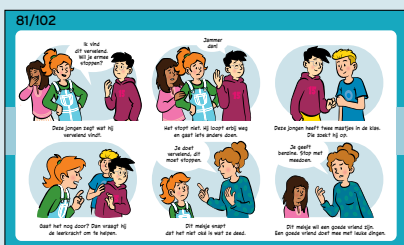
Werkbladen

Je maatje en jij: teken je maatje

Bekijk slide 80. Laat de kinderen die elkaars maatjes zijn tegenover elkaar zitten en elkaar tekenen. Hang de tekeningen op de kanjermuur: wij zijn elkaars maatje! Laat de kinderen twee complimentenkaartjes uitzoeken om bij de tekening te plakken als ze die afhebben. Zie bijlage voor de complimentenkaartjes om uit te printen (meerdere keren).

Je bent grappig.	Wat zie je er leuk uit vandaag!	Wat heb je een mooie trui aan.
Die broek staat je goed.	Je hebt een mooie lach.	Je bent aardig.
Je bent belangrijk voor mij.	Wat fijn dat jij er voor me bent.	Jij haalt het beste in mij naar boven.
Jij bent er altijd als ik je nodig heb. Dank je wel.	Jij maakt me aan het lachen.	Het is fijn om bij je te mogen zijn.
Fijn dat je me zo goed kunt helpen.	Het is leuk om samen met jou te spelen.	Wat weet jij veel van rekenen.

Wat kun jij netjes schrijven.	Wat ben je vrolijk.	Fijn dat je me begrijpt.
Je kunt goed leiding nemen.	Je kunt goed doorzetten.	Wat fijn dat je voor me klaar staat.
Wat durf jij veel!	Je kunt mooi zingen.	Je kunt mooi voorlezen.
Je ziet de ander staan. Fijn!	Wat heb je veel ideeën.	
.....		



Slide 81

Grenzen aangeven

Op slide 81 staat de complete oefenplaat 'grenzen aangeven'. We leren de kinderen de volgende stappen:

1. Zeg er rustig iets van als iemand iets doet wat je niet fijn vindt. Geef aan wat je niet fijn vindt en vraag de ander om ermee te stoppen. De meeste mensen bedoelen het niet zo vervelend en zullen stoppen als je er iets van zegt.
2. Als het doorgaat loop je erbij weg. Zoek een maatje op en ga samen iets anders doen. Vaak stopt het dan wel.
3. Blijft het doorgaan of is het niet goed opgelost? Ga dan naar de juf of meester en vraag de juf of meester om te helpen. De juf of meester grijpt in.
4. Als het kan, maak het dan weer goed. De leerkracht maakt afspraken met de kinderen die vervelend doen.

Bespreek de stappen en verwijs ernaar wanneer er situaties in de klas gebeuren waar het stappenplan bij past. Speel dit soort situaties eventueel uit met de klas.



Slide 82



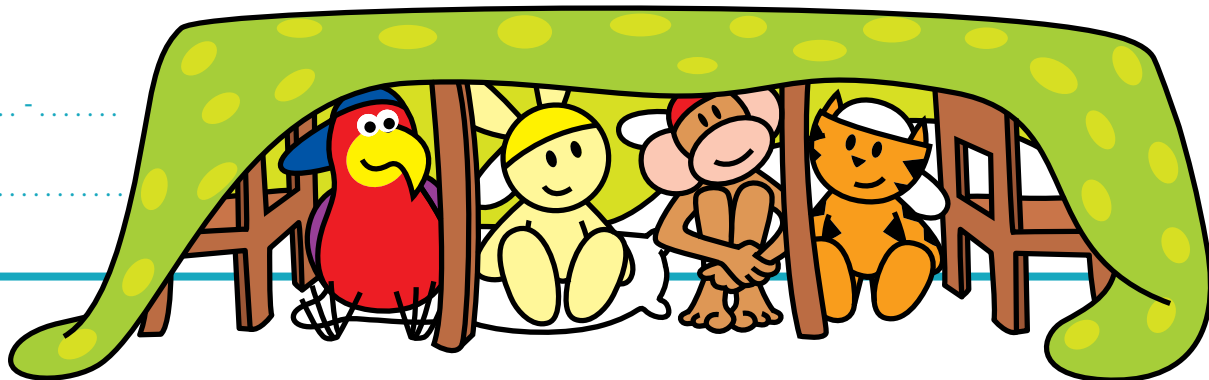
Werkblad

Kanjposter voor de Week tegen Pesten

Op slide 82 vind je de Kanjposter voor de Week tegen Pesten. Op deze poster is te vinden wat je allemaal kunt doen om pesten te voorkomen en het vooral goed en fijn te hebben met elkaar. De poster is als download te vinden op deze slide. Je kunt de poster uitprinten, bespreken, ophangen in de klas of op de kanjermuur of als PDF ter informatie aan ouders opsturen.

Inleveren:

Naam:



Samen werken aan veiligheid

De Kanjertraining gaat uit van het belangrijke uitgangspunt dat alle kinderen te vertrouwen willen zijn. Dat betekent dat zij gedrag willen laten zien dat prettig is voor henzelf én voor hun omgeving. Hoewel de meeste mensen het goed bedoelen, gaat het soms toch weleens mis. Daarom willen wij kinderen leren om rekening met elkaar te houden en oog te hebben voor de gevoelens van de mensen om hen heen.

Kinderen leren daarom om stil te staan bij de vraag of de ander zich nog prettig voelt bij hun gedrag. Andersom geldt ook dat het hun verantwoordelijkheid is om aan te geven wanneer zij zich ergens niet prettig bij voelen. Bij tegengestelde belangen of conflicten oefenen we met de kinderen hoe zij samen tot oplossingen kunnen komen die voor iedereen aanvaardbaar zijn. Daarbij gaan we uit van een positieve benadering van de ander: je wilt rekening houden met de ander en je veronderstelt dat de ander ook rekening wil houden met jou. Door samen naar verhalen te luisteren, oefeningen te doen in de klas, gesprekken te voeren en het positieve in jezelf en de ander naar boven te halen, helpen we kinderen om deze uitgangspunten in de praktijk te brengen.

Zo werken we samen aan een prettig en veilig pedagogisch klimaat.

Misschien heeft de school van uw kind ook een 'Kanjermuur' gemaakt, waarop verschillende onderdelen uit de lessen zichtbaar maken hoe er aandacht besteed wordt aan het thema van de Week tegen Pesten 2026: Een plek voor iedereen, toch? Het geeft weer hoe we ervoor kunnen zorgen dat de school een plek is waar iedereen zich fijn en veilig voelt. Een plek waar je erbij hoort, jezelf mag zijn, je elkaar kunt vertrouwen en elkaar helpt, je elkaar het goede gunt en iedereen evenveel waard is. Pesten heeft daarin geen plaats en conflicten worden opgelost op een manier die recht doet aan alle betrokkenen.



In de groepen is aandacht besteed aan hoe je op een respectvolle manier je grenzen kunt aangeven. In onderstaande strip staan de stappen. Belangrijk is dat kinderen de juiste taal (en vooral ook hun eigen taal) vinden om hun grenzen aan te geven. Ook lichaamstaal speelt hierin mee: oogcontact durven maken, rechtop staan en duidelijk uitspreken wat je wilt of niet wilt helpt hierbij.

Stappenplan 'grenzen aangeven'

Ik vind
dit vervelend.
Wil je ermee
stoppen?



We maken een nare opmerking.

Oeps, dat
was niet leuk
van mij.



We willen niet vervelend doen.



Laten we het goed maken.



Het is opgelost met elkaar.

Ga in gesprek met elkaar over 'erbij horen'

Kies vragen uit die passen bij de leeftijd van de kinderen.



- Heb je weleens meegemaakt dat iemand niet mee mocht spelen? Wat deed je toen, en hoe voelde dat?
- Wat zou jij doen als je ziet dat een klasgenootje altijd alleen op het schoolplein staat?
- Hoe zorg jij ervoor dat iemand anders zich welkom voelt in de groep?
- Ben je weleens opgekomen voor iemand, omdat hij/zij er niet bij mocht horen?
- Als je niet wordt uitgenodigd voor een verjaardagsfeestje, hoor je er dan niet bij? Waarom wel of niet?
- Kun je 'erbij horen' zonder bevriend te zijn? Waarom wel of waarom niet?
- Hoe merk je of je 'erbij hoort'?
- Is het volgens jou belangrijk om precies hetzelfde te zijn als de rest om erbij te horen? Waarom wel of niet?
- Wat maakt jou uniek en anders dan andere kinderen?
- Ben je weleens bang geweest dat anderen je niet zouden accepteren? Waar kwam dat door?
- Wat vind je leuk aan de mening of hobby van een ander, ook al deel je die zelf niet?

Wat kunnen we met elkaar doen om er op school voor te zorgen dat er en plek is voor iedereen?

Ouders kunnen:

.....

.....

.....

.....

.....

Kinderen kunnen:

.....

.....

.....

.....

.....

Juffen en meesters kunnen:

.....

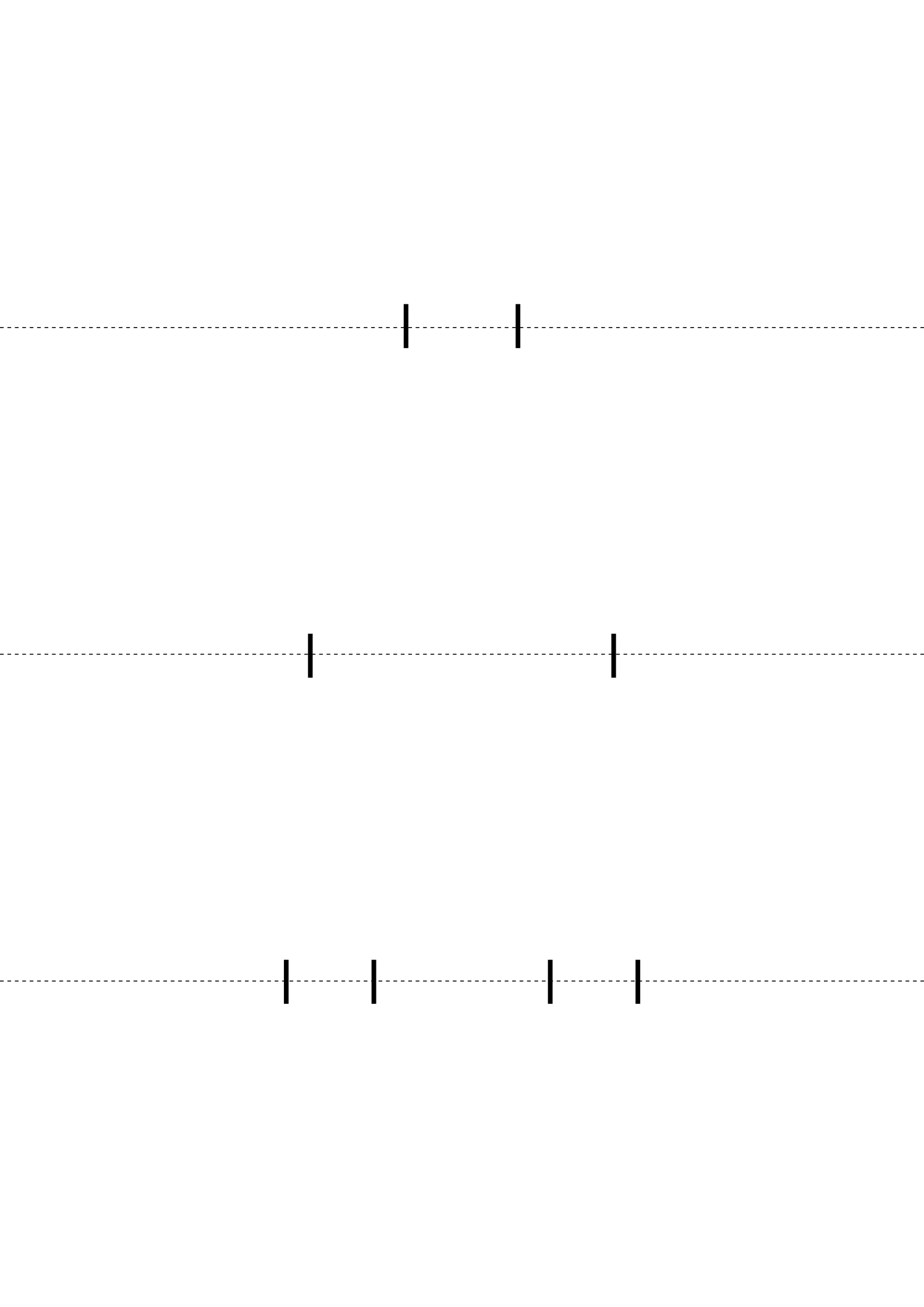
.....

.....

.....

.....





Dit vinden
we fijn

Dit willen
we niet



1



2

3

4

5



1

2

3

4

5



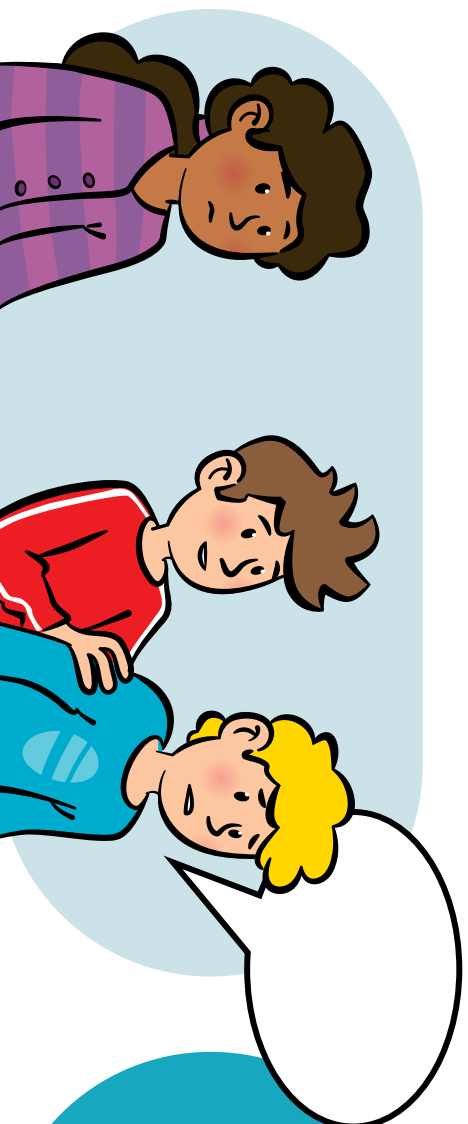
Durf je te helpen bij ruzies en bij pesten?



Tegen een meisje wordt steeds onaardig gedaan.
Vul de tekstballon in.



Een jongen ziet het gebeuren. Wat kan hij zeggen
en wat kan hij doen? Vul de tekstballon in.



Wat kan er in de tekstballon staan?
Wat kan dit meisje nu zeggen?

**Een echte held
probeert je te stoppen
als je rare dingen doet.**

Een goed maatje

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

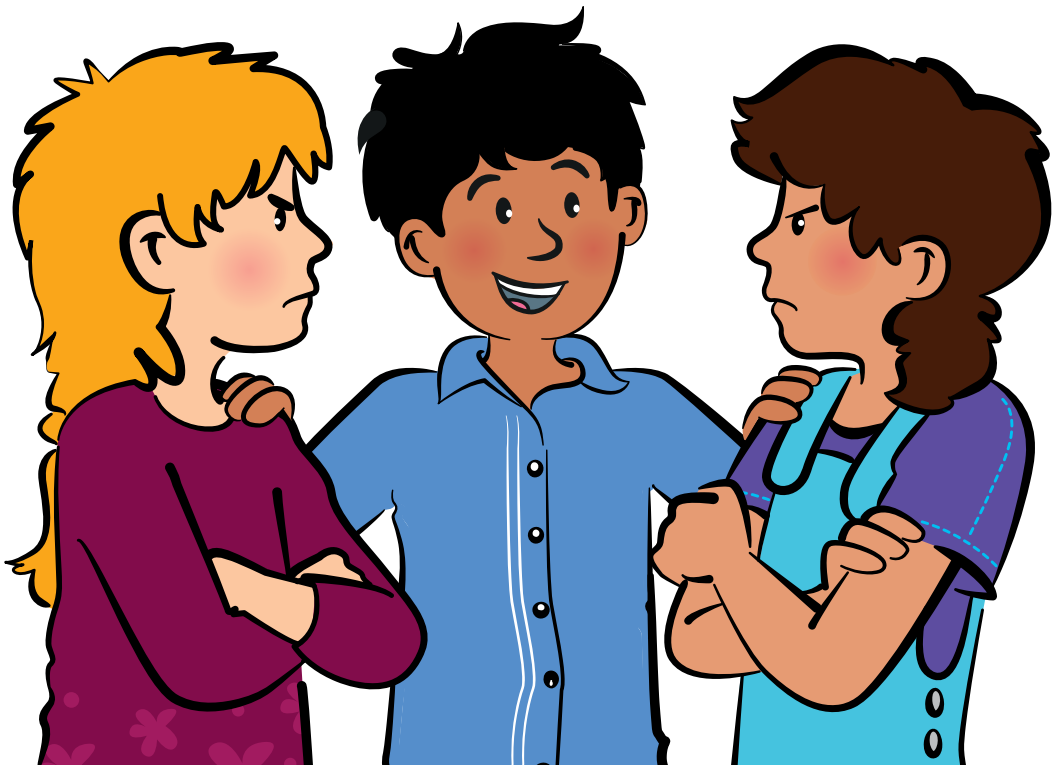
.....

.....

.....

.....

.....



Je bent grappig.



Wat zie je
er leuk uit
vandaag!



Wat heb je
een mooie trui
aan.



Die broek
staat je goed.



Je hebt
een mooie lach.



Je bent aardig.



Je bent
belangrijk
voor mij.



Wat fijn
dat jij er
voor me bent.



Jij haalt
het beste in mij
naar boven.



Jij bent er
altijd als ik
je nodig heb.
Dank je wel.



Jij maakt me
aan het lachen.



Het is fijn
om bij je
te mogen
zijn.



Fijn dat je
me zo goed
kunt helpen.



Het is leuk
om samen met jou
te spelen.



Wat weet jij
veel van
rekenen.



Wat kun jij
netjes schrijven.



Wat ben je
vrolijk.



Fijn dat je
me begrijpt.



Je kunt
goed leiding
nemen.



Je kunt goed
doorzetten.



Wat fijn
dat je
voor me
klaar staat.



Wat durf jij veel!



Je kunt
mooi zingen.



Je kunt
mooi voorlezen.



Je ziet
de ander staan.
Fijn!



Wat heb je
veel ideeën.



.....



.....



.....



.....



Kanjerposter voor de Week tegen Pesten

Wij zijn
voor:



Elkaar tips
en tops geven



Elkaar beter
leren kennen



Aandacht
geven aan
prettig gedrag



Weggaan bij rottigheid
en als het nodig is
hulp halen



Steun geven aan iemand
die in de knel zit door
erheen te lopen



Je vriend
aanspreken op gedrag
dat niet OK is



Voel je je gepest
of buitengesloten?
Praat met iemand
die je vertrouwt



Uitgaan van de goede
bedoelingen van de ander



Je grens aangeven
door je gevoel te delen
en te zeggen wat
je graag wilt



Voor het gezag:
grenzen durven stellen



School en ouders
werken samen aan een
respectvolle oplossing

 **Kanjert
training**