



Leren & Leven



Lessen en leerdoelen

Leerlijn vmbo

© 2019 Stichting Leren & Leven (Nederlandse vertaling en bewerkingen)

Op deze materialen rusten Intellectuele eigendomsrechten, waaronder auteursrechten en merkrechten. Het is niet toegestaan om deze materialen – of de teksten en afbeeldingen die hierin zijn opgenomen – op enige wijze openbaar te maken en/of te veeleenvoudigen zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Stichting Leren & Leven.

Het (les)programma van Leren & Leven voor het vmbo is gebaseerd op Positive Action. De Intellectuele Eigendomsrechten op de oorspronkelijke Positive Action-methode berusten bij Positive Action, Inc. en Carol Gerber Allred, Ph.D. De Intellectuele Eigendomsrechten op de Nederlandse vertaling en bewerkingen zijn eigendom van Stichting Leren & Leven.

De inhoud van deze materialen is met de grootste zorgvuldigheid tot stand gebracht. De in de materialen opgenomen teksten en afbeeldingen zijn echter van algemene aard en geven in geen geval een advies voor een specifieke situatie. Aan deze materialen kunnen derhalve geen rechten worden ontleend en iedere aansprakelijkheid voor de in deze materialen verstrekte informatie is uitgesloten.

Leren & Leven-materialen zijn uitsluitend bestemd voor gebruik binnen de school die met Stichting Leren & Leven een overeenkomst heeft afgesloten voor het schooljaar waarin de materialen worden gebruikt en kunnen niet aan derden worden verspreid.

In geval van vragen kunt u contact opnemen met:

Stichting Leren & Leven

Assendorperstraat 29, 8012 DE Zwolle

Tel. 06 53 27 06 98

<https://www.lerenenleven.nl>

info@lerenenleven.nl

Positive Action, Inc. / Carol Gerber Allred, Ph.D.

264 4th Avenue South, Twin Falls, ID 83301, Verenigde Staten

www.positiveaction.net, info@positiveaction.net

Gebaseerd op:

Positive Action

Grade 7 © 1989, 2007

Grade 8 © 1990, 2010, 2011

© Positive Action, Inc. / Carol Gerber Allred, Ph.D

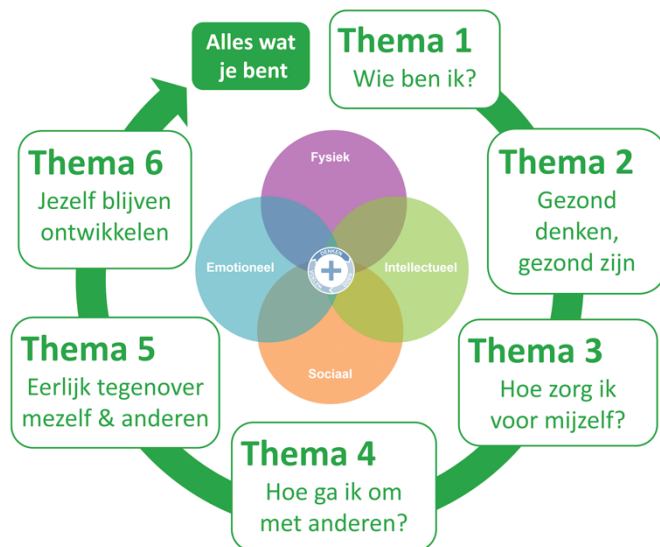
Nederlandse bewerking van de lessen door Stichting Leren & Leven.

Inhoudsopgave

Inleiding		4
Startmodule voor elk leerjaar		5
Leerjaar 1		
Leerjaar 2		
Leerjaar 3		
Leerjaar 4		
Lessen en doelen		
Thema 1 Wie ben ik?	6	
Leerjaar 1		
Leerjaar 2		
Leerjaar 3		
Leerjaar 4		
Thema 2 Gezond denken, gezond zijn	8	
Leerjaar 1		
Leerjaar 2		
Leerjaar 3		
Leerjaar 4		
Thema 3 Hoe zorg ik voor mijzelf	10	
Leerjaar 1		
Leerjaar 2		
Leerjaar 3		
Leerjaar 4		
Thema 4 Omgaan met anderen		12
Leerjaar 1		
Leerjaar 2		
Leerjaar 3		
Leerjaar 4		
Thema 5 Eerlijk naar mijzelf -Eerlijk naar de ander		15
Leerjaar 1		
Leerjaar 2		
Leerjaar 3		
Leerjaar 4		
Thema 6 Mijzelf blijven ontwikkelen		17
Leerjaar 1		
Leerjaar 2		
Leerjaar 3		
Leerjaar 4		
21^e-eeuwse vaardigheden		19
Burgerschap		
Loopbaanoriëntatie		
Contact		20

Inleiding

Dit is een overzicht van het lesmateriaal voor de vier leerjaren van het vmbo. Het biedt inzicht in de doorgaande leerlijn en de onderwerpen/lesdoelen die behandeld worden binnen de zes thema's van Leren & Leven. Deze zes thema's komen elk jaar terug, de onderwerpen die binnen een thema worden behandeld zijn wel verschillend per leerjaar. De zes thema's hebben betrekking op 'alles wat je bent':



In het overzicht worden per thema de lessen en leerdoelen uit de vier leerjaren weergegeven.

Omdat het programma zich in samenspraak met het onderwijs blijft doorontwikkelen is het een dynamisch overzicht. Lessen die gedurende het schooljaar worden ontwikkeld zijn beschikbaar in de digitale omgeving van Leren & Leven en worden in de eerstvolgende druk ook opgenomen in de handleiding voor de docent. In de digitale omgeving vindt de docent bij elke les ondersteunende PowerPointpresentaties, video's en kopieerbladen.

De relatie tussen het (les)programma en het realiseren van doelen met betrekking tot de 21e-eeuwse vaardigheden, burgerschap en loopbaan is weergegeven in het laatste hoofdstuk.

Wilt u meer weten over de bredere aanpak van Leren & Leven voor een positief leer-, leef- en werkklimaat? Dan verwijzen wij u graag naar onze website. Hier kunt u onder andere de brochure voor het vmbo downloaden. Heeft u andere vragen of wilt u graag meer informatie? Dan horen wij graag van u.

Stichting Leren & Leven

T 06-53270698

info@lerenenleven.nl

<https://www.lerenenleven.nl>

Assendorperstraat 29

8012 DE ZWOLLE

Startmodule voor elk leerjaar

Er is een startmodule beschikbaar voor elk leerjaar in het vmbo. De startmodule gaat vooraf aan de lessen en richt zich op positieve groepsvorming, contact met ouders/verzorgers en kennismaken met het gedachtegoed van Leren & Leven. Alle startmodules voor het vmbo bestaan in ieder geval uit de volgende onderdelen:

Filosofie en cirkel van Denken-Doen-Voelen over jezelf

De leerlingen maken op een actieve manier kennis met het gedachtegoed van Leren & Leven, de filosofie en de Denken – Doen – Voelen over jezelf-cirkel.

Gedragscode deel 1 en deel 2

Er zijn twee bijeenkomsten uitgewerkt voor het samen maken van een gedragscode. De gedragscode is gebaseerd op het uitgangspunt dat je anderen behandelt zoals je zelf behandeld wilt worden. Er wordt gestart met gedeelde waarden die naar normen worden vertaald. Leerlingen oefenen met het in gesprek gaan met elkaar voor die situaties waarin de gedragscode onder druk staat.

Themacarrousel gericht op positieve groepsvorming

De Thema Carrousel in de digitale omgeving bevat actieve werkvormen, activiteiten en energizers die leerlingen kennis laten maken met elkaar en met de thema's van Leren & Leven.

De activiteiten dragen bij aan positieve groepsvorming en zijn in te passen tijdens een introductiedag/-week of tijdens de eerste lessen van Leren & Leven. Ook op een later moment in het jaar zijn enkele activiteiten geschikt om nog eens te herhalen.

Er zijn per leerjaar diverse activiteiten uitgewerkt zodat de docent kan bepalen welke activiteit op welk moment het meest passend is.

De leerling als expert

In twee onderdelen van de startmodule, 'Persoonlijke gebruiksaanwijzing' en 'Omgaan met storingen', wordt extra aandacht geschonken aan het omgaan met jezelf en met elkaar.

In elke klas zitten jongeren met een diversiteit aan kwaliteiten en uitdagingen. Een jongere kan zelf vaak heel goed aangeven wat hij goed kan en waar hij trots op is

en waar hij meer moeite mee heeft, wat hij of zij nodig heeft en hoe hij graag behandeld zou willen worden. De leerling is zijn eigen expert.

Klassenvertegenwoordiger

De leerlingen denken samen na over de rol, taak en vaardigheden van een klassenvertegenwoordiger en kiezen de klassenvertegenwoordiger voor het schooljaar.

Positieve klassenactiviteit

Een klassenactiviteit waarin leerlingen een positieve actie bedenken voor de klas aan het begin van het schooljaar. Hiermee wordt vanaf de start geïnvesteerd in positieve groepsvorming en onderlinge verbondenheid.

Samenwerking met ouders/verzorgers

Dit onderdeel bevat verschillende activiteiten die in te zetten zijn bij ouderavonden of netwerkbijeenkomsten. Er wordt kennis gemaakt met het gedachtegoed van Leren & Leven in relatie tot doelstellingen van de opleiding. Ook wordt kennisgemaakt met de werkwijze rondom het opstellen van een gedragscode met de klas(sen). Ouder(s)/verzorger(s) worden meegenomen in het proces waarbij er, vanuit het gezamenlijk vaststellen van de belangrijkste waarden, afspraken worden gemaakt over het omgaan met elkaar vanuit het uitgangspunt anderen te behandelen zoals je zelf behandeld wilt worden.

Leerjaar 1 | Thema 1 - Wie ben ik

Les 1 Zelfbeeld

De leerling leert wat zelfbeeld betekent.
De leerling begrijpt dat je zelfbeeld veranderbaar is en dat je invloed hebt op je zelfbeeld.
De leerling denkt na over zichzelf en zijn zelfbeeld en vult een tijdscapsule in.

Les 2 De cirkel

De leerling maakt (opnieuw) kennis met de Leren & Leven-filosofie.
De leerling krijgt inzicht in de Denken, Doen, Voelen (over jezelf) -cirkel.
De leerling ziet in dat je invloed hebt op je zelfbeeld.
De leerling ervaart het verschil tussen het kiezen voor de positieve c.q. de negatieve cirkel.

Les 3 Zelfbeeld & imago

De leerling leert dat eerste indrukken niet altijd kloppen met de werkelijkheid.
De leerling denkt na over de positieve en negatieve gevolgen (voor je gevoel over jezelf) van je anders voordoen dat je bent.
De leerling vergelijkt zijn of haar zelfbeeld met het imago dat hij of zij heeft bij een klasgenoot.

Les 4 Ik beïnvloedbaar?

De leerling brengt in kaart door wie hij wordt beïnvloed en in welke mate.
De leerling denkt erover na of de personen in zijn omgeving een positieve of een negatieve invloed op hem/haar hebben.
De leerling ziet in dat gevoelens aanstekelijk kunnen werken.
De leerling doet onderzoek naar het gevolg van een positieve uitstraling voor het gevoel dat je hebt over jezelf.

Les 5 Schoolinvloed?

De leerling denkt na over de invloed die school heeft op zijn zelfbeeld.
De leerling oefent het bewust kiezen voor positief of negatief gedrag.
De leerling realiseert zich dat hij verantwoordelijk is voor zijn bijdrage aan de sfeer in de klas en op school.
De leerling denkt na over een positieve actie om zijn invloed nog positiever te maken.

Leerjaar 2 | Thema 1 - Wie ben ik

Les 1 Uniek

De leerling leert dat iedereen een uniek zelfbeeld heeft (fysiek, intellectueel, sociaal en emotioneel).
De leerling brengt zijn zelfbeeld in beeld.

Les 2 Drukte om groepsdruk

De leerling ervaart dat keuzes van anderen de eigen keuzes kunnen beïnvloeden.
De leerling staat stil bij de kracht van groepsdruk, zowel positief als negatief.
De leerling realiseert zich dat het heel menselijk is om je aan te willen passen aan je omgeving.
De leerling leert het belang van zelfkennis en een sterk zelfbeeld in relatie tot groepsdruk.

Les 3 Identiteit en imago

De leerling ervaart dat kleding en accessoires horen bij iemands imago en identiteit.
De leerling leert wat identiteit precies inhoudt.
De leerling staat stil bij de invloed van anderen op zijn identiteit.

Les 4 Familie-Invloed

De leerling leert dat familie één van de factoren is die invloed heeft op het zelfbeeld.
De leerling realiseert zich dat hij zijn gewoontes, houdingen en acties zelf in de hand heeft en hier dus ook veranderingen in aan kan brengen.
De leerling leert dat iemand zelf kiest hoe hij omgaat met familie (omstandigheden), hoe lastig dat ook kan zijn.

Les 5 Zelfbeeld & communicatie

De leerling ziet in dat communicatie veel meer is dan het uitwisselen van woorden.
De leerling leert dat communicatie wederkerig is.
De leerling snapt wat een ik-boodschap is en wat het belang ervan is.
De leerling ervaart het verschil tussen een ik-boodschap en een jij-boodschap.

Leerjaar 3 | Thema 1 - Wie ben ik

Les 1 Denken Doen en Voelen

De leerling ziet het belang in van Leren & Leven-lessen.
De leerling (her)kent de Denken-Doen-Voelen over jezelf-cirkel en de Leren & Leven-filosofie.
De leerlingen denken samen na over een korte en gemakkelijk uitvoerbare actie die energie geeft en bijdraagt aan een goede sfeer.

Les 2 Zelfbeeld, imago en doelen

De leerling snapt de relatie tussen de begrippen identiteit, zelfbeeld en imago.
De leerling begrijpt dat een positief zelfbeeld de basis is voor het ontwikkelen van zijn of haar potentieel.
De leerlingen zijn op de hoogte van elkaars doelen met betrekking tot het ontwikkelen van een bepaalde kwaliteit of eigenschap.

Les 3 Invloed van levenservaringen

De leerling ziet in dat levenservaringen invloed hebben op je zelfbeeld.
De leerling realiseert zich dat hoe we omgaan met levenservaringen is wat het zelfbeeld opbouwt óf negatief beïnvloedt.

Les 4 Definitie van geluk & succes

De leerling is zich ervan bewust dat geluk en succes gebaseerd zijn op het gevoel dat je hebt over wie je bent, wat je doet en hoe je met anderen omgaat.
De leerling ziet het belang van goede relaties met de mensen om zich heen.

Les 5 Zelfbeeld in beeld

De leerling ziet het belang in van een goed gevoel hebben over wie je bent, wat je doet en hoe je met anderen omgaat.
De leerling brengt zijn zelfbeeld in beeld en denkt na over waar hij tevreden over is en wat hij eventueel nog zou willen verbeteren.

Leerjaar 4 | Thema 1 - Wie ben ik

Les 1 Wie ben ik?

De leerling kent de Denken-Doen-Voelen over jezelf-cirkel en de filosofie van Leren & Leven.
De leerling ziet het belang in van (het leren van) de vaardigheden binnen de thema's van 'alles wat je bent'.
De leerling brengt in beeld wie hij is (eigenschappen), wat hij belangrijk vindt (waarden), waar hij blij van wordt (interesses) en waar hij goed in is (vaardigheden).

Les 2 Wat wil ik bereiken?

De leerling ziet het belang in van het stellen van doelen voor de korte en de lange termijn.
De leerling ziet in wat het effect is van langetermijndoelen op de keuzes die hij nu maakt gerelateerd aan de Denken Doen Voelen-cirkel.
De leerling stelt zichzelf een doel en formuleert de (tussen)stappen die bijdragen aan het bereiken van dit doel.

Les 3 Hoe ga ik dat bereiken?

De leerling ziet in dat ook een grote of lastige opdracht begint met de eerste kleine stap.
De leerling snapt dat het belangrijk is om je voor te bereiden op een doel dat je wilt bereiken.

Leerjaar 1 | Thema 2 - Gezond denken, gezond zijn

Les 6 Gezonde keuzes

De leerling begrijpt de betekenis van de aspecten fysiek, intellectueel, sociaal en emotioneel.

De leerling begrijpt dat zijn zelfbeeld onder meer wordt bepaald door hoe hij naar zichzelf kijkt op fysiek en intellectueel gebied en dat hij hier invloed op uit kan oefenen.

De leerling brengt zijn zelfbeeld van dit moment in beeld.

Les 7 Een positief lichaamsbeeld

De leerling begrijpt dat zijn lichaamsbeeld onderdeel is van zijn zelfbeeld.

De leerling denkt na over de dingen die hij (nog) kan doen die zijn lichaamsbeeld positief beïnvloeden om zich goed te voelen over zichzelf.

Les 8 Uitgerust?

De leerling ziet het belang in van voldoende slaap en rust voor een gezond lichaam en een gezonde geest.

De leerling staat stil bij de gevolgen van een tekort aan slaap en rust.

De leerling brengt in kaart of hij voldoende slaap krijgt en denkt na over eventuele verbeteringen op dit gebied.

Les 9 Brein in ontwikkeling

De leerling leert dat zijn hersens volop in ontwikkeling zijn en dat hij invloed heeft op deze ontwikkeling.

De leerling reflecteert op zijn huidige sterke punten en ontwikkelpunten met betrekking tot het gebruik van de hersen(helft)en.

De leerling begrijpt dat hij zijn brein kan trainen in het positief denken.

Les 10 Breintraining

De leerling ziet in dat hij zijn hersens kan trainen en ontwikkelen door te oefenen en nieuwe dingen te proberen.

De leerling onderzoekt zijn voorkeuren en vaardigheden en ontdekt welke gebieden sterk ontwikkeld zijn en welke gebieden nog wat minder sterk.

Leerjaar 2 | Thema 2 - Gezond denken, gezond zijn

Les 6 Verslavend

De leerling leert met een quiz de kenmerken van een aantal soorten drugs.

De leerling leert dat verslaving voortkomt uit een negatief zelfbeeld.

De leerling snapt de gevaren en de gevolgen van middelengebruik en verslaving.

Les 7 Je hele brein gebruiken

De leerling leert dat je door je hele brein te gebruiken en meerdere zintuigen in te zetten tijdens het leren, nieuwe dingen beter kunt leren en onthouden.

De leerling ervaart het gebruik van beide hersenhelften en meerdere zintuigen bij het leren van nieuwe kennis.

De leerling denkt na over de tips die voor hem werken bij het leren.

Les 8 Actief luisteren

De leerling is zich ervan bewust dat aandachtig luisteren een belangrijke vaardigheid is die inzet vraagt van al je zintuigen.

De leerling ziet in dat aandachtig luisteren zowel het zelfbeeld als relaties versterkt.

De leerling ervaart het effect van actief luisteren vanuit de positie van luisteraar en verteller.

Les 9 Bewust waarnemen

De leerling leert stil te staan bij het moment.

De leerling leert zijn vijf zintuigen bewust te gebruiken bij het waarnemen van een ervaring en met behulp van deze ervaring een gebeurtenis levendig te beschrijven.

De leerling leert dat het bewust waarnemen bijdraagt aan het versterken van de ervaring en het inprenten ervan in het geheugen.

Les 10 Leren memoriseren

De leerling leert over het korte- en langetermijngeheugen.

De leerling leert dat het geheugen invloed heeft op het zelfbeeld.

De leerling leert dat je het geheugen kunt verbeteren door technieken te gebruiken waarbij gebruikgemaakt wordt van het hele brein.

Leerjaar 3 | Thema 2 - Gezond denken, gezond zijn

- Les 6 Voedingswaarde**
De leerling staat stil bij en leert over gezonde en ongezonde voeding en het effect daarvan op lichaam, geest en zelfbeeld.
- Les 7 Voorkomen besmettelijke ziektes & gehoorbeschadiging**
De leerling is zich bewust van het belang van een goede hygiëne voor het voorkomen van besmettelijke of overdraagbare ziektes.
De leerling realiseert zich dat het beschermen van zijn gehoor belangrijk is.
- Les 8 Problemen oplossen - creatief denken**
De leerling leert dat creatief denken een belangrijke vaardigheid is bij het oplossen van problemen.
De leerling leert dat creatief denken vraagt dat je je fantasie de vrije loop laat en je 'outside the box' denkt.
De leerling ervaart dat creatief denken en denken in oplossingen energie oplevert en een goed gevoel over jezelf.
- Les 9 Problemen oplossen - analyseren en besluiten**
De leerling leert dat kunnen analyseren en besluiten nemen belangrijke vaardigheden zijn bij het oplossen van problemen.
De leerling ervaart het voordeel van zowel creatief denken als analytisch denken.
De leerling ziet in dat het realiseren van oplossingen een beroep doet op het hele brein.
- Les 10 Actie - reactie**
De leerling doet ervaring op met het omzetten van een negatieve cirkel naar een positieve cirkel.
De leerlingen leren zich te verplaatsen in de positie van de ander.
De leerlingen ervaren de invloed van hun gedachten op wat ze doen (in gesprek met elkaar) en reflecteren op het effect hiervan.

Leerjaar 4 | Thema 2 - Gezond denken, gezond zijn

- Les 4 In beweging**
De leerling kent en ervaart de positieve effecten van bewegen voor alles wat je bent.
De leerling ziet in dat gedachten over sport en bewegen invloed hebben op wat iemand wel of niet doet op dit gebied.
De leerling brengt in kaart waar hij op dit moment staat op het gebied van sport en bewegen en stelt zichzelf drie doelen om dit (nog verder) te verbeteren of te behouden op het gewenste niveau.
- Les 5 Wilskracht en doelen**
De leerling kent de betekenis van het woord wilskracht.
De leerling begrijpt hoe wilskracht werkt.
De leerling ziet het belang in van wilskracht voor het halen van doelen.
- Les 6 Omgaan met stress**
De leerling weet dat stress positieve en negatieve effecten kan hebben.
De leerling weet hoe hij te veel stress kan voorkomen.
De leerling ervaart hoe je jezelf tot rust kunt brengen met een ontspannings- en/of ademhalingsoefening (mindfulness).

Leerjaar 1 | Thema 3 – Hoe zorg ik voor mijzelf

Les 11 Stop Denk Doe Voel

De leerling ziet in dat reacties, zoals vechten, vluchten of bevriezen, in stressvolle situaties niet altijd de meest geschikte reacties zijn en dat je controle hebt over hoe je reageert.

De leerling oefent met de zelfmanagementtechniek Stop Denk Doe Voel-reactiecirkel.

De leerling is zich ervan bewust dat wanneer je positief denkt en doet, je je goed voelt over jezelf.

Les 12 Stop, denk, doe, voel

De leerling leert dat je kunt kiezen om te focussen op positieve of negatieve gedachten en een gevoel over jezelf tot gevolg.

De leerling oefent met de zelfmanagementtechniek Stop Denk Doe Voel-reactiecirkel.

Les 13 Stop Denk Doe Voel als de emoties oplopen

De leerling ziet in dat boosheid een positieve en een negatieve emotie kan zijn.

De leerling onderzoekt aan welke fysieke signalen hij merkt dat hij boos wordt.

De leerling denkt na over helpende gedachten die hij kan inzetten bij boosheid.

Les 14 Tijd vliegt

De leerling staat stil bij het effect van timemanagement op het gevoel dat je over jezelf hebt.

De leerling denkt na over de tijd die hij nodig heeft om zijn huiswerk goed te doen.

De leerling denkt na over verschillen in energieniveau en wat dit betekent voor een planning.

Les 15 Op tijd met energie

De leerling realiseert zich dat tijd en energie de basis zijn voor het realiseren van je doelen en dat je hier zelf invloed op hebt.

De leerling ziet in dat zelfdiscipline een positieve invloed heeft op het managen van je tijd en je energie, en daarmee hoe je je voelt over jezelf.

De leerling maakt inzichtelijk op welke tijdstippen van de dag hij zowel tijd als energie heeft.

Leerjaar 2 | Thema 3 – Hoe zorg ik voor mijzelf

Les 11 Effectief leren

De leerling brengt de eigen leervaardigheden in beeld.

De leerling ziet in dat effectief en efficiënt (leren) leren een positieve actie is voor jezelf.

De leerling kiest welke leervaardigheden hij nog wil en kan verbeteren.

Les 12 Leren plannen

De leerling leert een weekplanning te maken, hier kritisch naar te kijken en hierin keuzes te maken.

De leerling oefent met creatieve manieren om te leren.

Les 13 Van angst tot paniek

De leerling leert dat angst voortkomt uit het alarmsysteem in het brein.

De leerling realiseert zich dat er een verschil is tussen reële en bovenmatige angst.

De leerling leert hoe je kunt herkennen dat je angstig wordt en dat je door wat je denkt en doet zelf invloed uit kunt oefenen op je emoties.

De leerling ervaart het effect van een ademhalingsoefening en is zich ervan bewust hoe dit kan helpen bij het verminderen van gevoelens van angst en paniek.

Les 14 Omgaan met frustratie

De leerling ervaart (eventueel) een gevoel van frustratie bij een opdracht.

De leerling leert dat op een goede manier omgaan met frustratie een positieve actie is die je doet voor jezelf, maar ook voor anderen om je heen.

Les 15 Waardevol bezit

De leerling leert dat hoe je omgaat met je bezittingen invloed heeft op hoe je je voelt over jezelf.

De leerling leert dat bezittingen je leven gemakkelijker moeten maken, niet beheersen.

De leerling denkt erover na hoe hij omgaat met eigen bezit, bezit van een ander en publiek bezit.

De leerling realiseert zich dat je ook op het gebied van bezittingen anderen moet behandelen zoals je zelf behandeld wilt worden.

Leerjaar 3 | Thema 3 – Hoe zorg ik voor mijzelf

Les 11 Ratio of emotie?

De leerling snapt hoe hij de Denken-Doen-Voelen (over jezelf) -cirkel kan benutten in het kader van zelfmanagement.
De leerling verkent het belang van rationeel denken bij het vaststellen van een strafmaat.
De leerling ziet in dat zowel emotie als ratio een rol spelen bij het maken van keuzes.

Les 12 Omgaan met geld

De leerling ziet in dat hoe iemand denkt over geld en omgaat met geld invloed heeft op zijn toekomst.
Leerlingen bedenken samen manieren om goed om te gaan met geld.

Les 13 Omgaan met zorgen & stress

De leerling ziet in dat je een keuze hebt in hoe je omgaat met zorgen en stress.
De leerling snapt het belang van balans tussen draagkracht en draaglast.
De leerling denkt na over gedachten en acties die bijdragen aan het vergroten van draagkracht.
De leerling ervaart het effect van mindfulness.

Les 14 Alleen of eenzaam

De leerling begrijpt het verschil tussen alleen zijn en eenzaam zijn.
De leerling denkt na over wat iemand kan doen die zich eenzaam voelt.
De leerlingen bedenken een actie om eenzaamheid in de klas, in de school of in de buurt tegen te gaan.

Les 15 Waarderen

De leerling leert het belang van stilstaan bij de dingen die hij waardeert in zichzelf en in anderen.
De leerling ziet in dat zowel waardering tonen als waardering krijgen bijdraagt aan een goed gevoel over jezelf.
De leerling leert het belang van waardering uiten.

Leerjaar 4 | Thema 3 – Hoe zorg ik voor mijzelf

Les 7 Talentontwikkeling

De leerling ziet in dat bij het ontwikkelen van talenten denken (kennis), doen (vaardigheid en oefening) en voelen (hoe dit talent leidt tot een gevoel over jezelf) een belangrijke rol spelen.
De leerling denkt na over de eigen interesses en talenten, over hoeveel kennis en oefening hij/zij al heeft opgedaan met betrekking tot dit talent en welke houding hij/zij heeft op dit gebied.

Les 8 Omgaan met faalangst

De leerling weet wat faalangst is en welk effect faalangst heeft op denken, doen en voelen (over jezelf).
De leerling oefent met het vervangen van negatieve en belemmerende gedachten door positieve, helpende gedachten.
De leerlingen denken na over positieve acties voor het omgaan met faalangst.

Les 9 Omgaan met trots

De leerling ziet in dat trots een positieve emotie is, maar dat trots ook een negatieve lading kan krijgen.
De leerling weet wat het verschil is tussen bescheidenheid, trots en hybris.
De leerlingen brengen (voor elkaar) in kaart waar zij trots op zijn of kunnen zijn.

Les 10 Omgaan met teleurstelling

De leerling leert de betekenis van het woord 'ontmoediging' en ervaart het gevoel tijdens een opdracht.
De leerling ziet in dat ook teleurstelling onvermijdelijk is, maar dat je een keus hebt of je erdoor laat ontmoedigen.
De leerling denkt na over positieve manieren hoe om te gaan met teleurstelling.

Leerjaar 1 | Thema 4 – Omgaan met anderen

Les 16 Samenwerken

De leerling staat stil bij het belang van sociale vaardigheden en anderen behandelen zoals hij zelf behandeld wil worden.

De leerling ziet in dat de manier waarop we behandeld willen worden voor de meeste leerlingen in de klas gelijk is.

De leerling realiseert zich dat sociale vaardigheden versterkt kunnen worden door oefening.

Les 17 Gedragscode nu?

De leerlingen reflecteren op de sfeer in de klas en het gebruik van de gedragscode.

De leerling denkt na over wat al goed gaat en wat nog beter zou kunnen wat betreft de gedragscode in de praktijk.

De leerling oefent met het elkaar aanspreken op het nakomen van de afspraken.

De leerlingen bekrachtigen de (eventueel bijgestelde) gedragscode.

Les 18 Verschillen en overeenkomsten

De leerling onderzoekt welke overeenkomsten en verschillen hij heeft met klasgenoten.

De leerling is zich ervan bewust dat het oog hebben voor overeenkomsten tussen mensen, meer dan voor de verschillen, bijdraagt aan tolerantie en respect.

Les 19 Empathie

De leerling leert de betekenis van het woord empathie.

De leerling begrijpt dat er verschil kan zijn in de mate waarin iemand empathie voelt.

De leerling realiseert zich dat je je empathie kunt vergroten door erover te leren en ermee te oefenen.

De leerling oefent het inlevingsvermogen aan de hand van voorbeeldsituaties en denkt na over manieren om empathie te tonen in die situatie.

Les 20 Respect graag

De leerling denkt na over de betekenis en inhoud van het begrip respect.

De leerling leert dat respect niet altijd en voor iedereen hetzelfde betekent.

De leerling realiseert zich dat respect hebben voor anderen en voor jezelf bijdraagt aan een goed gevoel over jezelf.

Leerjaar 2 | Thema 4 – Omgaan met anderen

Les 16 Indruk en imago

De leerling ziet in dat verschillen tussen mensen de klas (en de wereld) leuker maken.

De leerling ziet in dat je zelf bepaalt welk imago je kiest, hoe je anderen behandelt en daarmee welke indruk je op anderen maakt.

De leerling denkt na over de voordelen van een sterk imago.

De leerling reflecteert op zijn imago.

Les 17 Gedragscode nu?

De leerlingen reflecteren op de sfeer in de klas en denken na over wat al goed gaat en wat nog beter zou kunnen.

De leerlingen oefenen met het elkaar aanspreken op het nakomen van de afspraken.

De leerlingen bekrachtigen de (eventueel bijgestelde) gedragscode.

Les 18 Vriendschap

De leerling ziet in dat je een vriend moet zijn om vrienden te krijgen en te houden.

De leerlingen denken na over de vraag wat zij verwachten van een goede vriend.

De leerling reflecteert op zijn eigen denken en doen in vriendschappen.

De leerling bedenkt positieve acties op het gebied van vriendschap en brengt één ervan in de praktijk.

Les 19 Samenwerken

De leerling ziet het belang van samenwerken voor een positief zelfbeeld en voor het bereiken van doelen.

De leerling begrijpt dat samenwerken een vaardigheid is die je kunt leren en verbeteren door te oefenen.

De leerlingen werken samen aan de hand van één of meerdere opdrachten en reflecteren op het proces en eventuele verbeterpunten.

Les 20 Positief communiceren

De leerling realiseert zich dat hoe je communiceert invloed heeft op hoe je je voelt over jezelf en invloed heeft op de (relatie met de) ander.

De leerling oefent met positieve communicatie en ervaart het effect hiervan.

De leerling realiseert zich dat aan de wijze waarop hij communiceert altijd een keuze voorafgaat.

Leerjaar 1 | Thema 4 – Omgaan met anderen (vervolg)

Les 21 Burgerschap en culturele identiteit

De leerling ziet in wat het belang is van het om kunnen gaan met verschillen tussen mensen (culturele diversiteit).

De leerling reflecteert op het denken, doen en voelen ten aanzien van de eigen culturele achtergrond.

De leerling maakt kennis met de verschillende (sub)culturen binnen de klas.

Les 22 Pesten? Hou toch op.

De leerling ziet in dat pesten een negatieve actie is met negatieve gevolgen voor hoe je je voelt over jezelf en je imago en dat van anderen.

De leerling snapt het belang van het anderen behandelen zoals je zelf behandeld wilt worden, onder meer met respect en empathie.

De leerling oefent met klasgenoten met manieren van reageren in een peestsituatie.

Les 23 Social media

De leerlingen brengen de meest gebruikte social media in kaart.

De leerlingen bespreken, aan de hand van stellingen, wat wel en wat niet kan op internet.

De leerlingen maken een gedragscode voor het gebruik van social media.

Optioneel: De leerlingen maken samen een presentatie over een vorm van social media.

Leerjaar 2 | Thema 4 – Omgaan met anderen (vervolg)

Les 21 Verliefd

De leerling weet hoe verliefdheid werkt.

De leerling is zich ervan bewust hoe belangrijk het is om, ook als je verliefd bent, trouw te blijven aan wie je bent.

De leerling ervaart dat verliefdheid kwetsbaar maakt en dat het ook hierbij belangrijk is om de stelregel 'behandel de ander zoals je zelf behandeld wilt worden' toe te passen.

Les 22 Tolerantie

De leerling leert de betekenis van het woord tolerantie en het onderscheid met het waarderen van verschillen.

De leerling ziet in dat intolerantie voortkomt uit negatieve gevoelens en een focus op negatieve gedachten.

De leerling leert dat de basis van samenleven begint bij het waarderen van zowel overeenkomsten als verschillen en het erkennen van iemands positieve kenmerken.

Leerjaar 3 | Thema 4 – Omgaan met anderen

Les 16 Gedragscode nu?

De leerlingen reflecteren op de sfeer in de klas.
De leerling denkt na over wat al goed gaat en wat nog beter zou kunnen wat betreft de gedragscode in de praktijk.
De leerlingen oefenen met het elkaar aanspreken op het nakomen van afspraken en bekrachtigen de (eventueel bijgestelde) gedragscode.

Les 17 Eerlijkheid & rechtvaardigheid - deel 1

De leerling ervaart hoe het is om ongelijkwaardig behandeld te worden.
De leerling denkt na over eerlijkheid, rechtvaardigheid, gelijkwaardigheid.
De leerling ziet het belang in van het VN-kinderrechtenverdrag.

Les 18 Eerlijkheid & rechtvaardigheid - deel 2

De leerling denkt na over ongelijkheid als het gaat om geld en rijkdom.
De leerling reflecteert op eerlijkheid, rechtvaardigheid en gelijkwaardigheid in zijn bestaan.
De leerlingen denken na over het ombuigen van ongelijk(waardig)heid, oneerlijkheid en/of onrechtvaardigheid.

Les 19 Intimiteit en seksualiteit

De leerling denkt na over de definitie van intimiteit.
De leerling ziet het belang in van stilstaan bij de eigen gevoelens, wensen en grenzen op het gebied van intimiteit en seksualiteit.
De leerling oefent met het aangeven van persoonlijke grenzen.
De leerling wordt zich bewust van de invloed van zijn omgeving (inclusief social media) op de eigen ideeën met betrekking tot seks en seksualiteit.

Leerjaar 4 | Thema 4 – Omgaan met anderen

Les 11 Gedragscode nu?

De leerlingen reflecteren op de sfeer in de klas.
De leerling denkt na over wat al goed gaat en wat nog beter zou kunnen wat betreft de gedragscode in de praktijk.
De leerlingen oefenen met het elkaar aanspreken op het nakomen van de afspraken.
De leerlingen bekrachtigen de (eventueel bijgestelde) gedragscode.

Les 12 Geduld is een schone zaak

De leerling leert dat geduld hebben een manier van respect hebben en empathie tonen is.
De leerlingen oefenen samen met (het omgaan met) een situatie waarin hun geduld op de proef wordt gesteld.
De leerling ziet in dat geduld hebben in bepaalde situaties zorgt voor de ruimte om te kiezen voor een positief gedrag en daarmee voor een goed gevoel over zichzelf.

Les 13 Vergeven

De leerlingen ervaren dat vergeven gemakkelijker kan zijn als je je verdiept in de beweegredenen van de ander aan de hand van een spel rondom misdaad en rechtspraak.
De leerling begrijpt dat vergeving niet zozeer met de ander te maken heeft maar vooral met het loslaten van eigen gevoelens als boosheid, wrok en gevoelens van schuld.
De leerling ziet het belang van vergeven, voor de ander en zeker ook voor zichzelf.

Les 14 Discussiëren

De leerling leert de basisprincipes van discussiëren.
De leerling kent het verschil tussen een mening en een feit.
De leerling oefent met de vaardigheden beargumenteren, luisteren en heroverwegen, die van belang zijn bij het positief discussiëren.

Les 15 Seksualiteit en seks - over de grens?

De leerling ziet in wat het belang is van zelfrespect, toestemming, vrijwilligheid en gelijkwaardigheid bij liefde en seks.
De leerling staat stil bij grenzen met betrekking tot seksualiteit en seks.
De leerling weet wat belangrijk is om veilig te kunnen vrijen.

Leerjaar 3 | Thema 4 – Omgaan met anderen (vervolg)

Les 20 Seksuele diversiteit

De leerling heeft kennis van en maakt kennis met seksuele diversiteit in de samenleving.

De leerling ziet het belang in van respectvol omgaan met mensen met andere opvattingen en leefwijzen, dus ook als het gaat om verschillen op het gebied van liefde en seksualiteit.

Les 21 Seksualiteit en grenzen

De leerling begrijpt de definitie van seksuele gezondheid.

De leerling ziet het belang in van een positief zelfbeeld voor het aangeven van je grenzen.

De leerlingen reflecteren op situaties waarin er sprake is van grensoverschrijding.

De leerling ziet in dat het ook op het gebied van intimiteit en seksualiteit belangrijk is om anderen te behandelen zoals je zelf behandeld wilt worden.

Leerjaar 1 | Thema 5 – Eerlijk tegenover mijzelf en anderen

Les 24 Eerlijk naar jezelf

De leerling leert dat eerlijk naar jezelf zijn een positieve actie is voor je sociaal-emotionele ontwikkeling en je zelfbeeld.
De leerling staat er bij stil waarom het soms lastig kan zijn om de waarheid te erkennen.
De leerling begrijpt dat eerlijk naar jezelf zijn de eerste stap is bij verandering.

Les 25 Je beste zelf

De leerling realiseert zich dat wie je bent grotendeels bepaald wordt door hoe je je voelt over jezelf.
De leerlingen leren dat eerlijk naar jezelf zijn en onderzoeken wat je leuk en niet leuk vindt, helpt bij het beste uit jezelf te halen.

Les 26 Eerlijkheid en relaties

De leerling leert het verschil tussen leugentjes om bestwil en liegen over zaken die ertoe doen.
De leerling leert hoe relaties afhangen van en versterkt worden door eerlijkheid en vertrouwen.
De leerling ervaart het belang van vertrouwen om jezelf kwetsbaar op te durven stellen.

Les 27 Verantwoordelijkheid nemen

De leerling leert dat verantwoordelijkheid nemen voor de eigen acties een positieve invloed heeft op het gevoel dat je over jezelf hebt en op de relaties die je hebt met anderen.
De leerling leert dat 'anderen de schuld geven' je zelfbeeld op een negatieve manier beïnvloedt.

Les 28 Positieve en negatieve groepsdruk

De leerling staat stil bij positieve en negatieve groepsdruk.
De leerling werkt manieren uit om trouw te blijven aan zichzelf en weerstand te bieden aan negatieve invloeden van buitenaf.

Leerjaar 2 | Thema 5 – Eerlijk tegenover mijzelf en anderen

Les 23 Indruk en imago

De leerling staat stil bij het verschil tussen imago en identiteit.
De leerling reflecteert op het eigen imago in relatie tot zijn identiteit.

Les 24 Groepsdruk en trouw zijn aan jezelf

De leerling staat stil bij de invloed van groepsdruk.
De leerling denkt na over het belang van trouw zijn aan jezelf.
De leerling realiseert zich dat je ervoor kunt kiezen om trouw te zijn aan jezelf.

Les 25 Sterke emoties

De leerling benoemt emoties.
De leerling denkt na over positieve manieren om met sterke emoties om te gaan, die je uiteindelijk een goed gevoel geven over jezelf.
Optioneel: de leerling ervaart de ontspannende werking van een mindfulnessoefening waarmee hij leert stil te staan bij zijn gevoel.

Les 26 Zelfkennis - update

De leerling brengt zijn talenten, kwaliteiten en uitdaging(en) in beeld en maakt hierbij een actieplan.
De leerling ziet het belang in van eerlijk zijn naar jezelf en anderen over je talenten en kwaliteiten enerzijds en je uitdagingen anderzijds.

Les 27 Ik (h)erken mijn fout

De leerling ziet het belang in van het eerlijk zijn naar jezelf en anderen en het nemen van verantwoordelijkheid voor je gedrag.
De leerling maakt kennis met het begrip 'herstelrecht' en snapt het belang hiervan voor zowel degene die iets fout heeft gedaan als het slachtoffer.
De leerling ervaart hoe je bewust kunt kiezen om van een rode/negatieve cirkel (alsnog) over te stappen naar een groene/positieve cirkel.

Leerjaar 3 | Thema 5 – Eerlijk tegenover mijzelf en anderen

Les 22 Zelfvertrouwen

De leerling ziet in wat het belang is van een reëel zelfbeeld.
De leerling realiseert zich welke gevolgen een teveel aan zelfvertrouwen kan hebben.
De leerling denkt na over manieren om een reëel beeld te houden/te krijgen van de eigen vaardigheden en kwaliteiten.

Les 23 Eerlijk naar jezelf en anderen

De leerling weet wat de termen 'rationaliseren' en 'goedpraten' betekenen.
De leerling staat stil bij het verschil tussen rationaliseren en eerlijk zijn, naar jezelf en naar anderen.
De leerling ziet in wat de gevolgen van rationaliseren kunnen zijn.

Les 24 Doen wat je zegt

De leerling ziet het belang in van het nakomen van beloftes.
De leerling kent het verschil tussen intrinsieke motivatie en extrinsieke motivatie.
De leerling realiseert zich dat mogelijkheid (kan ik dit) en motivatie (wil ik dit) belangrijke aspecten zijn bij het maken en nakomen van een belofte.

Les 25 Bewust van groepsdruk

De leerling ziet in wat de functie is van groepsdruk en waarom het ons denken en doen zo sterk kan beïnvloeden.
De leerling is zich bewust van groepsdruk die 'online' wordt uitgeoefend.
De leerling realiseert zich dat bewust stilstaan bij wat je zelf wilt, helpt bij het weerstaan van negatieve groepsdruk.

Les 26 Relativeren en humor

De leerling herkent de relativerende functie van humor en lachen.
De leerling ziet in wat het belang is van relativeren en jezelf niet té serieus nemen.
De leerling ervaart het goede gevoel van samen lachen.

Leerjaar 4 | Thema 5 – Eerlijk tegenover mijzelf en anderen

Les 16 Onbevooroordeeld en ruimdenkend

De leerling leert dat het brein voorgeprogrammeerd is op het genereren van onbewuste (voor)oordelen uit angst voor het onbekende.
De leerlingen gaan in gesprek over vooroordelen in onze samenleving.
De leerling ziet in dat het bewust kiezen voor nieuwsgierigheid naar dat wat 'anders' ervaren wordt, zorgt voor groei en ontwikkeling.
De leerlingen denken na over vaardigheden die nodig zijn om op een positieve manier om te gaan met verschillen tussen (groepen) mensen.

Les 17 Tussentijds evalueren

De leerling ziet in wat het belang is van eerlijk zijn naar jezelf over je prestaties.
De leerling kent in hoofdlijnen de leercyclus van Deming: Plan Do Check Act.
De leerling maakt een tussentijdse evaluatie ten aanzien van het succesvol afronden van het schooljaar en koppelt daaraan zo nodig verbeteracties.

Les 18 Hulp vragen

De leerling is zich bewust van gedachten die hem kunnen belemmeren in het vragen om hulp en gedachten die juist helpend zijn daarbij.
De leerling reflecteert op de kracht van hulp vragen en hulp accepteren.

Leerjaar 1 | Thema 6 - Jezelf blijven ontwikkelen

Les 29 In ontwikkeling

De leerling staat stil bij het belang van jezelf ontwikkelen.
De leerling brengt zijn zelfbeeld van dit moment in beeld.
De leerling stelt zichzelf een concreet doel op basis van de uitkomst van zijn zelfbeeld.
De leerling werkt het doel uit aan de hand van een stappenplan.

Les 30 Plan vooruit

De leerling ziet in dat keuzes die je nu maakt invloed hebben op de toekomst.
De leerling realiseert zich dat het van belang is om stil te staan bij keuzes die je maakt.
De leerling staat stil bij het belang van het stellen van doelen.

Les 31 Over vijf jaar

De leerling leert dat je een langetermijndoel bereikt door tussenstappen te maken en kortetermijndoelen te behalen.
De leerling leert doelen 'SMART' te formuleren.
De leerling werkt één concreet doel voor over vijf jaar voor zichzelf uit in verschillende tussenstappen.

Les 32 Doorzetten

De leerling leert en ervaart wat doorzettingsvermogen is.
De leerling denkt na over strategieën om vol te houden in lastige situaties.

Les 33 Terugblik en vieren van succes

De leerlingen kijken terug op het schooljaar met de focus op wat er goed ging.
De leerlingen bedenken een positieve actie om het schooljaar af te sluiten.

Leerjaar 2 | Thema 6 - Jezelf blijven ontwikkelen

Les 28 Indruk maken met ontwikkeling

De leerling staat stil bij het belang van jezelf ontwikkelen.
De leerling brengt het huidige zelfbeeld in beeld en denkt na over verbeterpunten.
De leerling ziet in dat jezelf blijven ontwikkelen invloed heeft op je zelfbeeld en imago.

Les 29 Doelen als kompas

De leerling denkt na over een langetermijndoel in relatie tot vervolgopleiding/werk.
De leerling leert dat langetermijndoelen worden behaald via tussendoelen.
De leerling herhaalt de lesstof over het 'SMART' formuleren van doelen.

Les 30 Kortetermijndoelen

De leerling leert kortetermijndoelen te stellen.
De leerling leert een kortetermijndoel te vertalen naar drie tussenstappen.
De leerling leert dat fysieke, intellectuele, sociale en emotionele vaardigheden van belang zijn bij het behalen van doelen.

Les 31 Geloven in eigen mogelijkheden

De leerling ziet het belang in van geloven in je eigen mogelijkheden.
De leerling staat stil bij positieve en negatieve denkpatronen en de effecten daarvan op het werken aan en het bereiken van doelen.
De leerling ontdekt wat klasgenoten bij hem/haar zien in potentie als het gaat om een toekomstig beroep en reflecteert hierop.

Les 32 Kansrijk probleem

De leerling is zich bewust van de keuzemogelijkheden in het omgaan met problemen.
De leerling denkt na over het effect van een positieve aanpak bij tegenslag.
De leerlingen ervaren samen hoe het is om een obstakel tegen te komen op je pad en wat het vraagt om hiermee om te gaan.

Les 33 Terugblik en positieve afsluiting

De leerlingen kijken terug met de focus op wat er goed ging.
De leerlingen wisselen positieve feedback uit en reflecteren op proces en uitkomst.
De leerlingen bedenken een positieve actie om het schooljaar af te sluiten.

Leerjaar 3 | Thema 6 - Jezelf blijven ontwikkelen

Les 27 Blijven ontwikkelen

De leerling ziet in dat er meerdere strategieën zijn voor succes.
De leerling ervaart, aan de hand van een metafoor, het zetten van stappen en het leren van fouten om een doel te bereiken.
De leerling brengt zijn zelfbeeld in beeld en geeft aan waar hij tevreden over is en waar hij nog een kleine stap zou willen zetten.

Les 28 Dromen, idealen en toekomst

De leerling reflecteert op dromen uit het verleden en wat hiervan is uitgekomen.
De leerling denkt na over dromen voor de toekomst.
De leerling realiseert zich dat het ultieme doel is om je goed te voelen over wie je bent, wat je doet en hoe je anderen behandelt.

Les 29 Lef om het te proberen

De leerling staat stil bij het belang van het aangaan van uitdagingen en het leren van nieuwe dingen.
De leerling is zich bewust van wat belemmerend werkt als je te maken hebt met iets dat spannend is en wat juist helpend is bij het durven aangaan van die uitdaging.

Les 30 Verbreden van je horizon

De leerling ziet in wat het belang is van het verbreden van je horizon.
Leerlingen gaan met elkaar in gesprek over wat zij willen zien, beleven, leren en uitproberen.
De leerling denkt na over het verbreden van de horizon in de toekomst en maakt hiervoor een bucketlist.

Les 31 Terugblik & jaarafsluiting

De leerling ziet het belang in van het samen vieren van successen.
De leerling denkt na over de successen en positieve aspecten van het schooljaar, zowel van de klas als persoonlijk.
De leerlingen bedenken hoe zij het schooljaar als klas op een goede manier kunnen afsluiten.

Leerjaar 4 | Thema 6 - Jezelf blijven ontwikkelen

Les 19 Probleem of beperking

De leerling begrijpt het verschil tussen een probleem en een beperking.
De leerling oefent aan de hand van een concreet doel met het vinden van oplossingen en het omgaan met beperkingen.
De leerlingen werken (aan de hand van het leren omgaan met problemen en beperkingen) een voorstel uit om dit vierde leerjaar op een feestelijke manier af te sluiten.

Les 20 Ambities & zelfbeeld

De leerling brengt zijn zelfbeeld in beeld in relatie tot zijn vervolg na dit leerjaar en/of deze opleiding.
De leerling is zich bewust van helpende en belemmerende factoren in zichzelf en in zijn omgeving.
De leerling denkt na over actiepunten die bijdragen aan het bereiken van het doel voor volgend jaar.

Les 21 Presenteer jezelf

De leerling maakt een presentatie over zichzelf, over wie hij is, wat belangrijk voor hem is, wat hij kan, wat hij wil en waar nog uitdagingen liggen.

Les 22 Jaarafsluiting & presentaties

Aandacht voor de voorbereiding en planning van de afsluiting van het schooljaar (opdracht les 19).
De leerling presenteert zichzelf aan de groep.
De leerlingen sluiten de lessen van Leren & Leven op een positieve manier af door voor elkaar een positieve boodschap te noteren.

21e-eeuwse vaardigheden, burgerschap & loopbaanoriëntatie

Door de methodische opbouw van de lessen rondom de zes thema's, en de aanvullende modules rondom leerlingvertegenwoordiging en samenwerken met het netwerk, is het programma een concrete invulling van een aanzienlijk deel van de kwalificatie-eisen voor loopbaanoriëntatie en burgerschap. Leerlingen worden zich bewust van de invloed die zij hebben op hun gedachten en op hun gedrag en, als gevolg van de keuzes die ze hierin maken, op het gevoel dat ze over zichzelf hebben. Leerlingen denken na over de mogelijke consequenties van hun keuzes en de wenselijkheid daarvan. Leerlingen leren kritisch om te gaan met informatie en leren vanuit verschillende perspectieven na te denken over de eigen overtuigingen (en die van de ander) en hierover het gesprek aan te gaan.

21^e-eeuwse vaardigheden

Met dit curriculum investeert de school in universele vaardigheden die een specifieke context en tijd overstijgen. Vaardigheden die je als persoon nodig hebt om je optimaal te ontwikkelen en vaardigheden die je inzet om op een prettige wijze deel te nemen aan en bij te dragen aan de samenleving. Het curriculum biedt een concrete en systematische werkwijze om binnen de school aandacht te hebben voor de ontwikkeling van de zogenoemde 21^e-eeuwse vaardigheden. In de onderwerpen (zie het lessen- en doelenoverzicht) waarop leerlingen reflecteren, waarmee zij oefenen en waarover zij met elkaar in gesprek gaan, herkent u de volgende 21e-eeuwse vaardigheden:



Burgerschap

De Onderwijsraad (2012) hanteert de volgende definitie van burgerschap: "Jongeren leren vanuit eigen idealen, waarden en normen te functioneren in een pluriforme, democratische samenleving en ontwikkelen het vermogen om aan deze samenleving een bijdrage te (willen) leveren."

Door de opzet van het curriculum leren leerlingen met en van elkaar over de pluriforme samenleving, over het erkennen en waarderen van verschillen en het zien van overeenkomsten. Het nieuwsgierig zijn naar en het kunnen verdragen van een afwijkende mening hoort daarbij. Een uitgangspunt hierbij is 'behandel de ander zoals je zelf behandeld wilt worden'. De school wordt gezien als een samenleving waarin geoefend kan worden met de inzichten en vaardigheden die leerlingen opdoen en het verkennen van waarden en democratische principes. Om te kunnen oefenen en om fouten te kunnen maken waarvan je leert, is het nodig dat de omgeving een positief leer-, leef- en werkklimaat biedt. Met de aanpak van Leren & Leven investeert u hierin. Naast het lessenprogramma zijn er trainingen en modules beschikbaar om te investeren in een positief leer-, leef- en werkklimaat. In de school en samen met het netwerk van de school en dat van de leerlingen.

Loopbaanoriëntatie

Door de lessen van Leren & Leven worden leerlingen zich steeds meer bewust van wie ze zijn, wat ze willen bereiken, hoe ze invloed hebben op hun omgeving en hoe zij zelf ook worden beïnvloed door deze omgeving. Leerlingen oefenen samen actief met de vaardigheden die ze nodig hebben om met zelfvertrouwen en zelfkennis hun doelen te realiseren, zowel privé als op school en/of werk.

Contact



Stichting Lereren & Leven
W. <https://www.lererenleven.nl>

E. info@lererenleven.nl

T. 06 - 53270698
T. 06 - 51345747

Postadres:
Assendorperstraat 29, 8012 DE Zwolle

Bezoekadres:
Assendorperdijk 4, 8012 EH Zwolle

KvK 65970500



