Ik weet wat teleurgesteld is en hoe dat voelt (OB). Ik weet dat ik teleurgesteld kan zijn en hoe ik daarmee om kan gaan (MB/BB).

Ik doe als Condor als ik ruzie heb (OB). Ik communiceer positief als ik een conflict wil oplossen (MB/BB).

Ik herken stress in mijn lijf (OB). Ik weet wat mij stress geeft en hoe ik daarmee om kan gaan (MB/BB).

Kwink koelkast poster

Ik ontdek tijdens het samenwerken wat een ander kan (OB). Ik ontdek en gebruik verschillen bij het samenwerken (MB/BB).

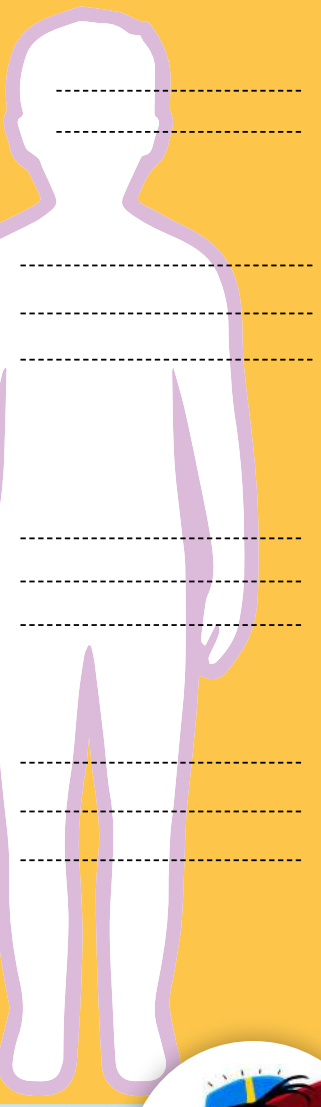
Ik denk goed na voordat ik kies (OB). Ik onderzoek waarom ik een (bepaalde) keuze maak (MB/BB).

Samen bespreken

- Stress zorgt ervoor dat je beter presteert!
- Ruzies los je niet op met aardig zijn!
- Als je teleurgesteld bent in jezelf, ben je gewoon een loser!

STRESS hoort erbij

Iedereen is weleens gespannen, dat hoort erbij. Een beetje spanning helpt je om dingen te doen die je eigenlijk heel spannend vindt. Spanning of stress voel je vaak in je lijf. Bespreek met elkaar waar jij spanning of stress voelt en schrijf dat op deze poster. Vertel ook in welke situaties jullie die gevoelens hebben.

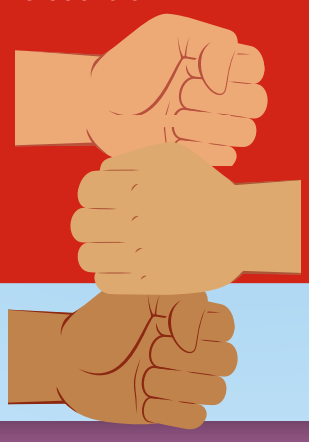


SAMENWERKEN? EEN PLUIM VOOR JOU!

Op school werk je veel samen met klasgenoten. Thuis doen jullie dat vaak zonder dat je het merkt natuurlijk ook. Kies één week uit waarin je op zoek gaat naar de momenten dat jullie thuis samenwerken. Misschien dek je samen de tafel? Maak je samen een moeilijke puzzel of een gigantische hut? Op het moment dat je ontdekt dat je aan het samenwerken bent, probeer je iemand een pluim te geven, een compliment. Wat kan je huisgenoot heel goed en is zijn kwaliteit? Schrijf de kwaliteit in de pluim op deze poster.

BALEN!

Ken je dat gevoel? Iets waar je je heel erg op verheugt gaat niet door. Daar kun je flink van balen! Bouw met elkaar een baaltoren. Een iemand zet zijn vuist op tafel en vertelt wanneer hij van iets baalde of teleurgesteld was. Daarna zet de ander zijn vuist op de eerste vuist en vertelt zijn ervaring. Zo zetten jullie de ene vuist op de andere. Hoe hoog wordt jullie baaltoren?



RUZIE? DOE ALS CONDOR!

Iedereen heeft weleens ruzie. Binnen Kwink hebben we Kwink-slag De aardigspreker om ruzie zoveel mogelijk te voorkomen (door positief te communiceren) én zo nodig op te lossen. Bekijk samen De aardigspreker uit jouw bouw en leg je ouders uit hoe De aardigspreker werkt. Lukt het jullie om komende week De aardigspreker thuis te gebruiken?

KWINK VOOR SOCIAAL-EMOTIONEEL LEREN

Kwink is een uitgave van **kwintessens** voor inspirerend onderwijs • **www.kwinkopschool.nl** • **Poster 3 van schooljaar 2023-2024**