

## Inhoud

Als je je verlegen voelt, vind je het soms eng om met andere mensen om te gaan. In deze les leren de leerlingen hoe ze kunnen omgaan met verlegenheid.

## Doel

- De leerlingen kennen het begrip VERLEGEN.
- De leerlingen weten hoe het voelt als je verlegen bent.

## Materiaal

- Ingevuld lesblad 1c
- De gevoelsthermometer
- Emotiekaartje VERLEGEN (zie ook klassenset)
- Digibord
- Klei

## Tip

- U kunt de huiswerkvoorbeelden van de leerlingen ook in de loop van de week op verschillende momenten aan de orde laten komen. Zo komt het onderwerp regelmatig even terug.
- Leerlingen die het huiswerk niet konden doen, kunt u een nieuwe thuisopdracht meegeven, nu met het begrip dat in deze PAD-les wordt behandeld. U kunt het formulier uit les 1 zelf aanpassen.

## De les

### Introductie

Vertel de leerlingen dat ze vandaag gaan praten over het gevoel VERLEGEN. Bijna iedereen is wel eens verlegen. Sommige mensen zijn altijd erg verlegen, anderen hebben er alleen zo nu en dan last van. Als je je verlegen voelt, vindt je het soms eng of moeilijk om met andere mensen om te gaan.

Laat de leerlingen nadenken over hoe dit gevoel voelt. Is het een fijn gevoel of een naar gevoel? Laat ze beslissen op welke plaats het gevoel moet komen op de gevoelsthermometer. Aan de slag

### Opdracht 1 Nabespreken thuisopdracht

Bij deze opdracht wordt het huiswerk uit les 1 besproken. De leerlingen hebben thuis aan een volwassene vragen gesteld over het gevoel EENZAAM. Dit gesprek hebben de leerlingen opgeschreven.

1. Vraag eerst aan de leerlingen of ze hun huiswerk hebben gemaakt en of ze lesblad 1c bij zich hebben.
2. Om het huiswerk na te bespreken kunt u de volgende vragen stellen:  
*Wat vond je van de opdracht? Was het moeilijk of makkelijk? Kon degene aan wie je de vragen stelde, een voorbeeld geven?*
3. Daarna kunt u een paar leerlingen over hun huiswerk laten vertellen. Stel ook hierbij vragen als: *Heb jij ook wel eens zoiets meegemaakt? Wat zou jij dan gedaan hebben?*

### Opdracht 2 Liedje Verlegenheid

In deze opdracht praten de leerlingen over 'verlegen zijn' aan de hand van een liedje.

1. Kies een liedje dat over het gevoel VERLEGEN gaat en zing het met de klas. Bijvoorbeeld *Verlegenheid van: Kinderen voor kinderen 2*, van Jan Boerstool en Ruud Bos. Dit liedje gaat over een kind dat het lastig vindt dat het verlegen is.
2. U kunt het liedje nabespreken met de volgende vragen:
  - *Wanneer is het kind uit het liedje verlegen? (Antwoord: als je een liedje moet zingen, of staat te swingen of als je een zoen krijgt enzovoort.)*
  - *Zijn jullie zelf ook wel eens verlegen? Waarom dan? Schrijf eventueel de antwoorden op het bord.*
  - *Wat gebeurt er met je als je verlegen bent? (Mogelijke antwoorden: rood worden, stotteren, klamme handen, weg willen kruipen.)*
3. Doe tot slot met z'n allen voor hoe iemand eruit ziet die verlegen is.

### Opdracht 3 Klei opdracht VERLEGEN

In deze opdracht proberen de leerlingen het gevoel VERLEGEN met klei te maken.

1. Stel eerst de volgende vragen:
  - *Probeer je te herinneren wanneer je je verlegen voelde.*
  - *Zet het emotiekaartje neer en probeer je te herinneren hoe het voelde.*
  - *Hoe voelde je je van binnen?*
  - *Hoe wist je dat?*
  - *Probeer nu van klei iets te maken dat laat zien wat er toen gebeurde of hoe jij je toen voelde.*
2. Laat het PAD-kind van de dag klompjes klei uitdelen aan de leerlingen.
3. Bedenk samen hoe je het gevoel kunt uitbeelden, bijvoorbeeld:
  - **je hand voor je gezicht houden**
  - **je haar voor je gezicht laten hangen**
  - **naar de grond staren**
  - **je hoofd in de kraag van je jas verstoppen**
4. Laat de leerlingen daarna hun gevoel met klei uitbeelden.
5. Bespreek de werkstukken en de daaraan verbonden situaties in de klas.