

Weerbaarheid

Lesbrief 3 - Zeg stop!

Naam:

Klas: VMBO: BL KL TL (omcirkel)

School:

Wat is jouw persoonlijke grens? Hoe dichtbij mag iemand letterlijk komen? Je bepaalt zelf wat je een prettige afstand vindt.

Lees eerst de informatie over Weerbaarheid op vmboplus.nl goed door. Je kunt ook een printje maken. Daarna begin je aan de opdrachten.

Heb je meer ruimte nodig om te schrijven? Pak dan je (digitale) schrift erbij!



Oefening stop zeggen

Deel de groep in tweeën. Elke groep staat aan een kant van het lokaal. De leerlingen staan tegenover elkaar in een rij.

- Leerling A staat tegenover leerling B. Leerling A loopt naar leerling B toe. Leerling B roept 'stop' als leerling A voldoende genaderd is.
- Kijk goed waar iedereen staat. Eventueel mag leerling A nog een stapje dichterbij komen. Of leerling B vraagt aan leerling A om een stapje terug te doen.
- Dan doet leerling A nog een extra stap in de richting van leerling B.
- Hierna wordt de oefening omgekeerd en loopt leerling B naar leerling A toe. Etc.

Nabespreking:

- Wat voelde je toen de ander te dichtbij kwam?
- Wat is voor jou een veilige afstand?
- Weet je nog een situatie waarin de ander te dichtbij kwam?

Kort verslag

Beantwoord bovenstaande vragen. Schrijf op wat je (over jezelf) hebt ontdekt.

.....

.....

.....

.....

.....

.....