



Intensiteit en Talent

Thema: WAARNEMEN



Les 1 – Voorkennis activeren

Waarnemen



Les 1 – Lesdoel

Ik weet met welke zintuigen ik iets kan waarnemen

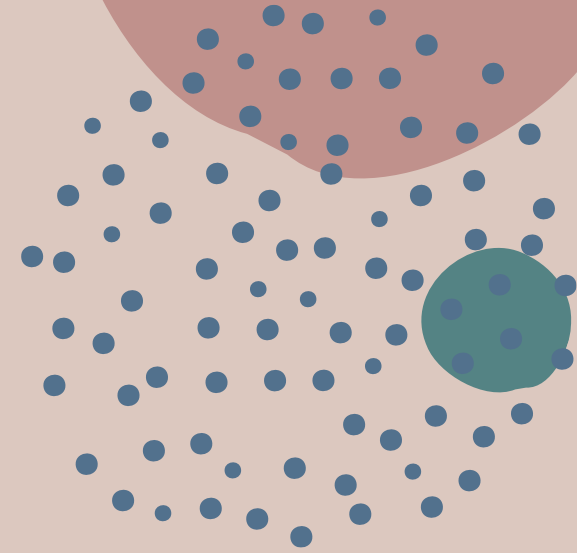
Ik weet welke zintuigen bij mij sterker/minder sterk ontwikkeld zijn



Les 1 – Instructie

Lees de tekst vooraan in je werkboek.

Huid
Tong
Ogen
Oren
Neus



Les 1 – Inoefening en verwerking

Wat ruik je?

Wat proef je?

Wat voel je?

Wat zie je?

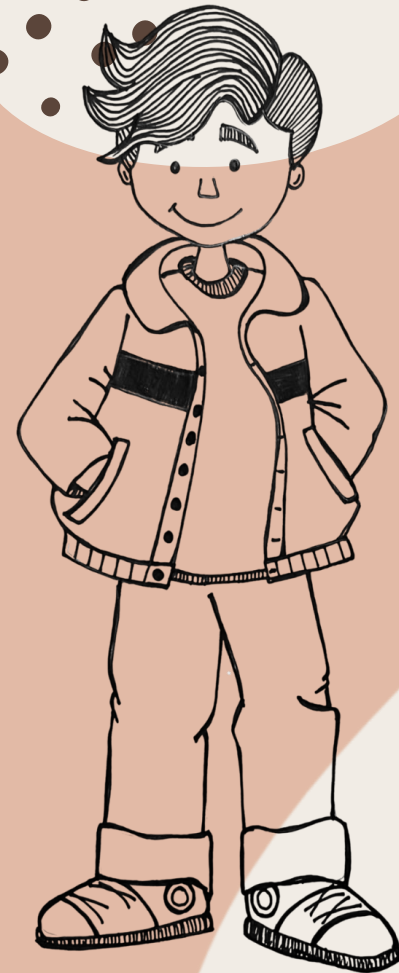
Wat hoor je?



Les 1 – Kies een kant

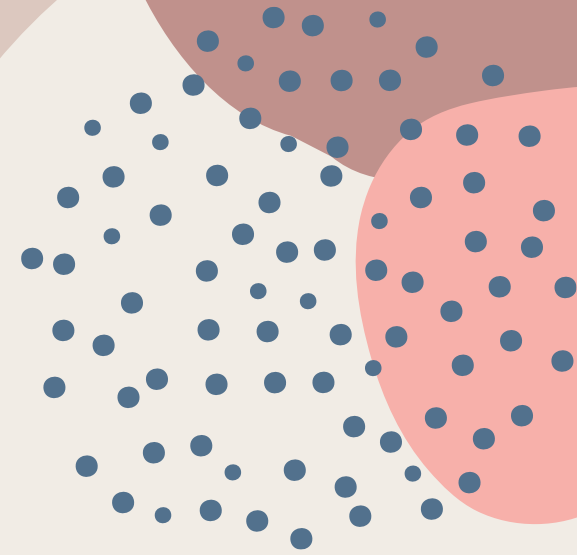
De rest van je leven niet meer kunnen....

- ...horen
- ...voelen
- ...proeven
- ...zien
- ...ruiken



Les 1 – Thuiswerk

Kies één moment waarop je bewust
waarneemt. Wat
voel/proef/zie/ruik/hoor je?



Les 2 – Voorkennis activeren

Het zesde zintuig



Les 2 – Lesdoel

Ik weet hoe de verschillende zintuigen werken



Les 2 – Instructie

Hoe werkt...

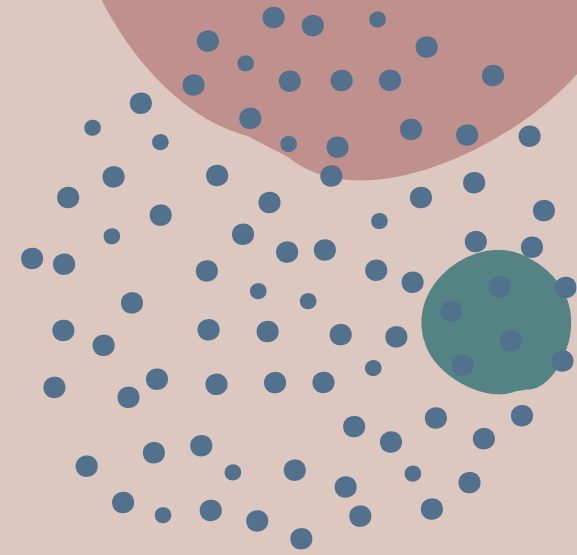
... het oor

... het oog

... de huid

... de tong

... de neus



Les 2 – Inoefening en verwerking

Je krijgt met jouw groepje één zintuig toebedeeld.

Maak een poster met zoveel mogelijk informatie.
Presenteer jullie poster aan de groep.



Les 2 – Kies een kant

Zintuigen hebben die te sterk ontwikkeld zijn

of

Zintuigen hebben die zwak ontwikkeld zijn



Les 2 – Thuiswerk

Welk zintuig gebruik jij het meest?
En welke het minst?



Les 3 – Voorkennis activeren



Les 3 – Lesdoel

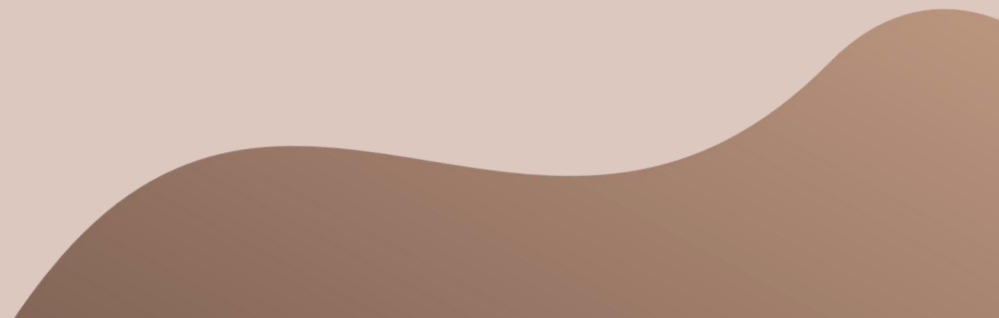
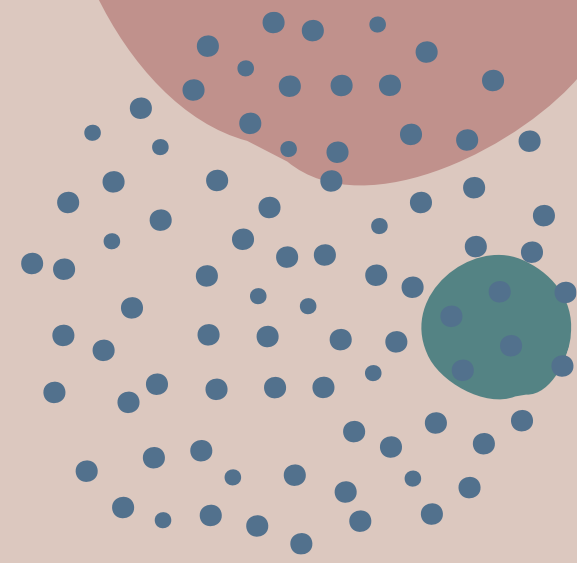
Ik weet het verschil tussen verbale en non-verbale communicatie

Ik herken iemands emotie aan de hand van zijn of haar non-verbale communicatie



Les 3 – Instructie

Verbaal ↔ Non-verbaal



Les 3 – Inoefening en verwerking

Kies een uitspraak in het werkboek en kies één van de bijbehorende emoties.

Kunnen jouw groepsleden aan jou merken welke emotie je gekozen hebt?

Vul de lege berichten in het WhatsApp gesprek in.
Met welke emotie lees jij deze berichten?



Les 3 – Kies een kant

Alleen nog maar praten met woorden

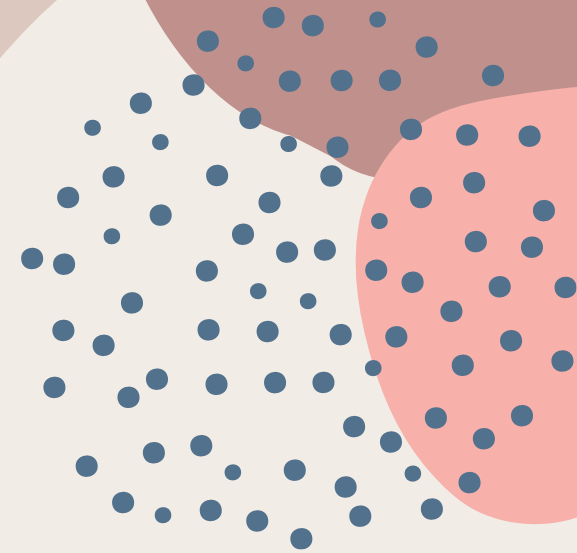
of

Alleen nog maar praten via lichaamstaal



Les 3 – Thuiswerk

Beschrijf een situatie waarin wat er werd gezegd anders overkwam dan de bedoeling was.



Les 4 – Voorkennis activeren

Ik vind harde geluiden soms heel vervelend.

Ik ben na een bezoek aan een drukke plek, zoals een kermis, heel vermoeid.

Ik voel het snel aan wanneer een ander boos of verdrietig is, ook als diegene niks zegt.

Ik kan heel erg genieten van mooie dingen zoals muziek, natuur of kunst.

Ik schrik vaak sneller dan anderen.

Na een volle dag heb ik tijd alleen/voor mezelf nodig.

Ik heb soms last van kriebelende kleding of jeukende labels.

Ik word soms verdrietig van hele kleine dingen waar een ander niet verdrietig van wordt.



Les 4 – Lesdoel

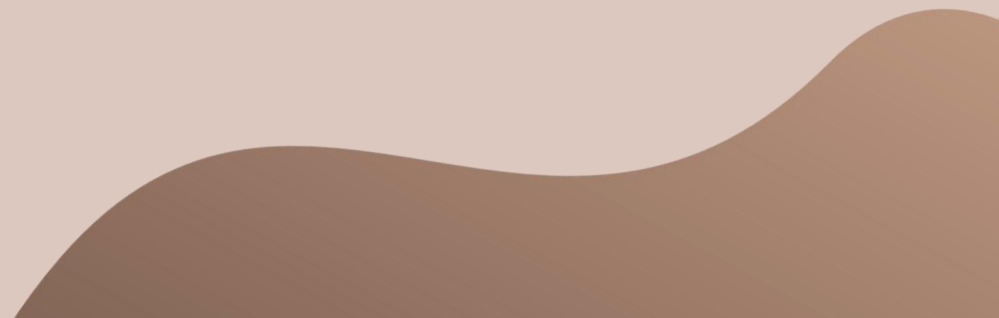
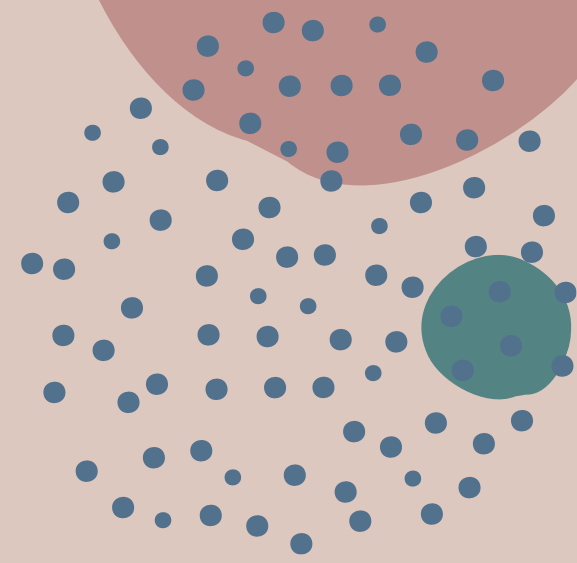
Ik weet wat hoogsensitiviteit betekent

Ik weet of ik mezelf herken in kenmerken van hoogsensitiviteit



Les 4 – Instructie

Hoogsensitiviteit / hooggevoeligheid



Les 4 – Inoefening en verwerking

Maak van de bril in het werkboek jouw eigen 'prikkelbril'.

Hoe ervaar jij de wereld om je heen?



Les 4 – Kies een kant

Hoogsensitief zijn op prikkels

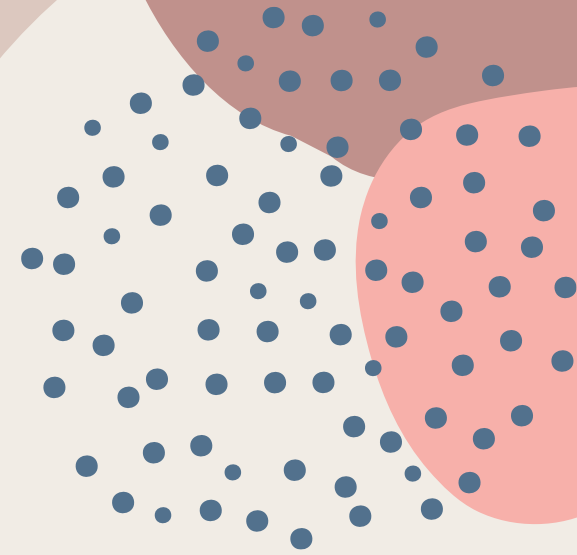
of

Hoogsensitief zijn op emoties/sfeer



Les 4 – Thuiswerk

Wanneer heb jij deze week last van een waarneming (licht, geluid, gevoel, smaak of geur)?



Les 5 – Voorkennis activeren

Je bent op een grote kermis in de buurt. Het is avond, buiten is het donker. Daardoor ogen de lampen van de kermisattracties nog feller. Overal om je heen zie je felgekleurde lampen in alle kleuren van de regenboog. Sommigen knipperen, langzaam of snel, andere lampen draaien rond. De muziek staat hard. Je hoort de liedjes van verschillende attracties door elkaar en tussendoor wordt er af en toe iets geroepen door de megafoon. Het is erg druk en je ruikt de oliebollenkraam, de zuurstokken en de popcorn.



Les 5 – Lesdoel

Ik weet wanneer ik overprikkeld begin te raken

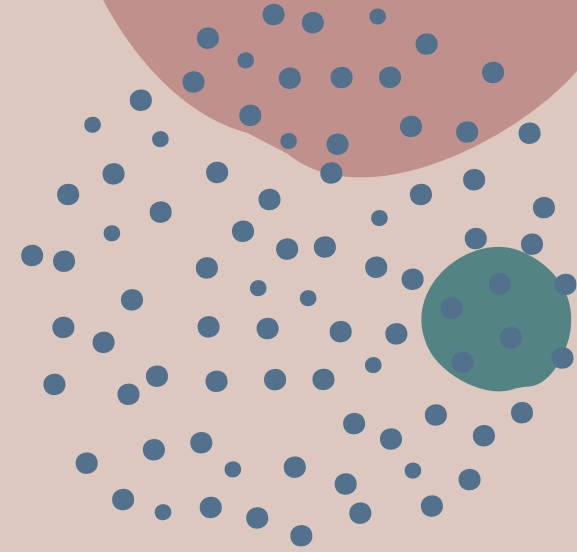
Ik weet wat ik kan doen wanneer ik overprikkeld ben



Les 5 – Instructie

Schrijf of teken met één kleur waar jouw hoofd van volloopt.

Schrijf of teken met een andere kleur wat er dan gebeurt.



Les 5 – Inoefening en verwerking

Koptelefoon
Rustige werkplek
Wiebelkussen
...

Vul de stoplichten in het werkboek aan.
Wat ziet een ander aan jou? Wat helpt jou dan?



Les 5 – Kies een kant

Voor altijd alle prikkels heel gedempt ervaren

of

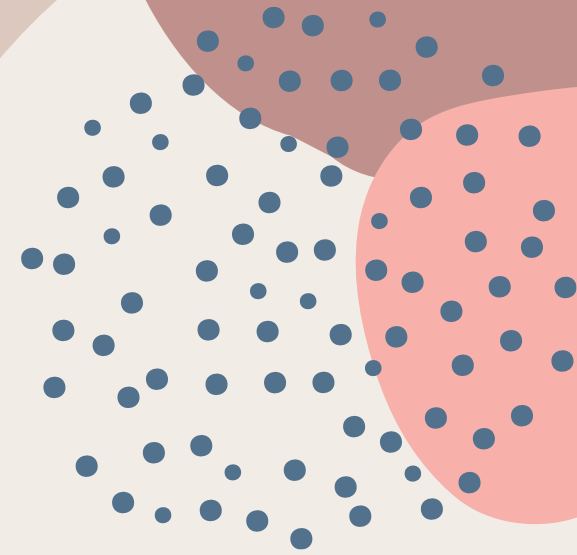
Voor altijd alle prikkels heel intens ervaren



Les 5 – Thuiswerk

Geef minimaal één keer per dag aan of je in groen, geel of rood zit op jouw stoplicht.
Wat kun je nu doen?

Bedenk zelf een 'kies een kant' voor de volgende les.



Les 6 – Voorkennis activeren

Wat hebben we deze periode allemaal gedaan en geleerd?



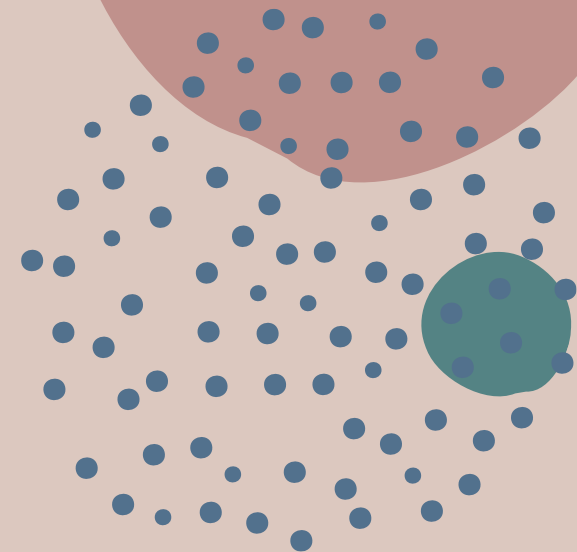
Les 6 – Lesdoel

Ik verwerk dat wat ik geleerd heb op een persoonlijke en creatieve manier
Ik presenteer dat wat ik gemaakt heb aan de groep



Les 6 – Instructie

Bedenk een manier waarop jij alles wat je dit thema geleerd hebt wilt gaan presenteren.
Verhaal schrijven, zingen, Powerpoint, tekenen, schilderen, quiz, ...



Les 6 – Inoefening en verwerking

Vul het woordweb in met onderdelen uit de lessen.
Wat heb **jij** geleerd?

Bedenk hoe jij deze inhoud wilt verwerken in een presentatie.



Les 6 – Kies een kant

Eigen bedachte Kies een kant.



Les 6 – Thuiswerk

Maak de presentatie af.

Is de presentatie al af en heb je deze al gegeven in de groep? Geef hem dan ook in je eigen klas en/of thuis in je gezin.

