



# Oefening 1 - Gevoelens

Een lesje van Beer Juf

Collega's, vandaag gaan we samen gevoelens ontdekken! Blij, boos, bang of verdrietig... kinderen voelen van alles. Met Beertje Anders kijken, benoemen en oefenen we verschillende gevoelens. Hoe beter kinderen gevoelens leren herkennen en er woorden aan kunnen geven, hoe gemakkelijker het wordt om erover te praten.

## 1. Eerst kijken

### FILMPJE

Bekijk samen het filmpje Oefening 1 - Gevoelens. Beer Juf laat de beertjes verschillende afbeeldingen van Beertje Anders zien. Laat de kinderen vertellen welk gevoel zij zien. Waaraan zien ze dat? Kijk samen naar de ogen, de mond en de houding.

## 2. Daarna zelf voor de spiegel

In het filmpje gaan de beertjes voor de spiegel staan. Doe dit ook met de kinderen. Noem steeds een gevoel en laat de kinderen dit met hun gezicht uitbeelden: blij, boos, verdrietig, bang, verlegen of verbaasd. Laat ze goed kijken: wat verandert er aan hun ogen en mond? Ziet hetzelfde gevoel er bij iedereen precies hetzelfde uit? Maak er vooral een speelse oefening van.

## 3. Speel verder met de gevoelens van BA

Wanneer de eindmuziek begint, verschijnt Beertje Anders steeds enkele seconden met een andere emotie in beeld. Zet het filmpje tussendoor stil en vraag: Welk gevoel zie je? Waaraan kun je dat zien? Kun jij hetzelfde gezicht maken? Wanneer voel jij je weleens zo? Je kunt hiervoor ook de losse gevoelensplaten van Beertje Anders gebruiken.

### TIP VAN BEER JUF

Lamineer de gevoelensplaten, dan kun je ze ieder jaar opnieuw gebruiken.

## 4. Aan de slag met het werkblad

In het filmpje krijgen de beertjes van Beer Juf een werkblad. Datzelfde werkblad vind je bij Gevoelens in de bibliotheek. Gebruik het na het filmpje om rustig terug te komen op de gevoelens die de kinderen hebben gezien en geoefend.

## Wat leren de kinderen?

Gevoelens herkennen - gevoelens benoemen - kijken naar gezichtsuitdrukkingen - woorden geven aan wat ze voelen - gevoelens zelf uitbeelden - verschillen herkennen - praten over hun eigen gevoelens - beter kijken naar hoe een ander zich mogelijk voelt.

## Waar vind je het filmpje?

[Filmpjes](#) > [Gevoelens](#) > [Oefening 1 - Gevoelens](#)

## Materialen bij deze oefening

[Werkblad gevoelens](#)

[Gevoelens BA platen](#)