

Beste ouder(s)/verzorger(s),

Deze week werken we met *Goed gedaan!* aan het thema 'Blij met jezelf'.

Zelfvertrouwen is belangrijk. Als een kind ervan uit durft te gaan dat hij de taken en problemen van alledag zèlf aankan, geeft hem dat rust en ruimte om verder te groeien.

In de klas komt het volgende aan de orde:

- Iedereen heeft zijn eigen sterke en zwakke kanten.
- Je mag trots zijn als je weer iets bijgeleerd hebt.
- Je moet sportief winnen (niet opscheppen) en verliezen ('jammer' zeggen en de ander feliciteren).

Tips voor thuis

- Vergelijk kinderen niet in termen van 'beter' en 'slechter', maar benadruk ieders eigen sterke kanten.
'Zij kan goed rekenen, jij kunt mooi tekenen.'
- Stel niet te hoge eisen. Ieder kind heeft zijn eigen talenten én beperkingen. Als u steeds meer verwacht dan uw kind waar kan maken, wordt het onzeker.
- Vertel uw kind dat u trots op hem bent, vanwege sportief spelen, zijn best doen, doorzetten. Trotse ouders geven zelfvertrouwen.

Les 5 Blij met jezelf

Zo
doen
we
dat

winnen

- winnen = geluk hebben = fijn
- sportief winnen = niet opscheppen
= aardig zijn tegen de verliezer

verliezen

- verliezen = pech hebben = jammer
- sportief verliezen = jammer zeggen
= de winnaar feliciteren

trots zijn op jezelf

- omdat je je best doet
- omdat je aardig bent voor anderen
- omdat iets wat voor jou moeilijk is toch lukt
- omdat je bent wie je bent!

ken jezelf

- Ik**
- A ➤ schreeuw altijd dat ze vals spelen als ik verlies.
Het is toch ook vals dat ze van mij winnen?
 - B ➤ zeg heel rustig jammer als ik verlies.
Anders vinden ze me kinderachtig omdat ik niet tegen mijn verlies kan.

Goed
gedaan!