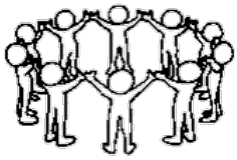
## 7 BEGELEIDINGSINTERVENTIES I.F.V. DOORSTROMING IN VOELEN, (NA)DENKEN EN DOEN

**1**



**Groepsdynamisch**





*Het project kan verspreid worden over verschillende momenten.*
*De activiteiten van de 7 begeleidingsstappen worden gekozen afhankelijk van het niveau en de grootte van de groep.*

**Betrokkenheid op elkaar en op de inhoud**

**Beeldkaarten en keuze maken**

In de ruimte of op een tafel liggen er verschillende beeldkaarten: tekeningen van een bepaald thema, foto's vanuit een verschillend thema, beeldkaarten die de fantasie aanspreken of een link leggen met een realiteit. Het zijn kaarten met enkel een beeld op (geen woorden).

Voorbeelden: dixit spelkaarten, themakaarten uit een (sprookjes)spel, foto's van een bepaalde kunstenaar: natuurbeelden, vormen en figuren, …

Aanpassen aan de doelgroep, en leefwereld.

- De kinderen bekijken de beelden en nemen er diegene uit die hen aanspreekt, een trigger is.
- Ze nemen het beeld bij hen, op de eigen plek.
- De begeleider stelt gerichte vragen en de kinderen die willen, delen hun ideeën, het thema dat ze bedenken met elkaar (in duo, in groep).

**Reflectie**

- Wat merk je op?
- Waaraan denk je?
- Wat voel je daarbij?
- Bedenk eens een titel voor jouw beeld.
- Is er iemand die aan dit beeld een andere titel zou geven vanuit andere gevoelens en gedachten?

De begeleider geeft kort feedback op de inbreng van enkele kinderen:

- op de aandacht bij het opmerken van details, de totaliteit
- op de reacties van het lichaam: glimlach op het gezicht, ogen die blinken bij het opmerken, gespannen schouders bij de frustratie keuze en mogelijke gevoelens die er dan zijn
- op het wel of niet vlot kunnen kiezen
- op het geduldig en rustig blijven wanneer iemand anders het beeld ,dat jij in gedachten had, reeds had genomen
- op het idee van iemand dat bijzonder origineel gevonden is.

**Reflectie**

- Wat merk je nu anders op?
- Welk gevoel krijg je van deze feedback?
- Wat dacht je bij deze activiteit?
- Wat kon je nog anders bedenken rond het beeld?
- …









**Groepsdynamiek en perspectief innemen**

In het midden ligt een grote spiegel. Dat kan een spiegel met of zonder rand zijn. Er kan gewerkt worden met wit of gekleurd zand.

Het gaat om samen iets nieuws maken dat een verrassend beeld kan geven door met de vinger, een aantal vingers, de volledige hand, … bepaalde bewegingen in het zand te maken.

- Er zijn vier kleuren van de BOM-cirkel. De begeleider giet van elke kleur een beetje zand in het midden van de spiegel.
- De begeleider doet enkele eenvoudige bewegingen voor. Vertrekkend vanuit het midden en vanuit dit middelpunt een beweging maken.
- De begeleider duidt een aantal kinderen aan die een bepaalde beweging in het zand maken.
- Er ontstaat een bepaald beeld vanuit het bewegende samenspel. Ze spelen wel of niet in op de beweging van de vorige. Ze kiezen dit zelf of het wordt gestuurd door de feedback van de begeleider. De kleuren mengen zich en krijgen een eigen, neutrale kleur afhankelijk van de hoeveelheden aparte kleuren.
- De begeleider plaatst vier kinderen om vanuit een bepaalde plek te kijken naar het beeld: links, rechts, voor het beeld, achter het beeld.

**Reflectie**

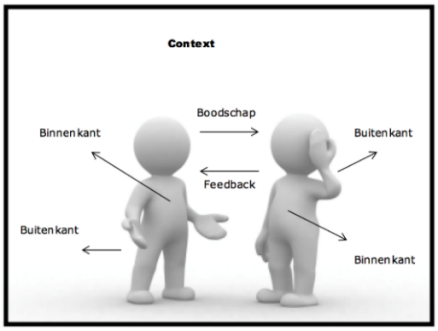
- Hoe was dat voor jou om een beweging in het zand te maken? Hoe voelde dat? Voelde je nog iets anders in je lichaam bij het maken van die beweging in het zand? (kriebel, spannend, …)
- Wat merk je op? *De kinderen beschrijven wat ze zien vanuit hun perspectief, hun eigen plek.*
- Waar denk je aan?
- Welk gevoel krijg je bij het beeld dat ontstaan is?
- Merkt iedereen hetzelfde op? Hoe komt dat? Afhankelijk van het perspectief (de plek waar je staat) merk je andere dingen op, heb je andere gedachten en gevoelens. Zo is dat ook in de werkelijkheid: iemand ziet vaak enkel vanuit een bepaalde, eigen kijk. Soms moet je eens vanuit een andere kijk iets opmerken.
- Als je nog één beweging kon toevoegen, welke zou dat dan zijn?
- …

Het gemengde zand wordt opgevangen in een ander potje. Dezelfde oefening kan nu gestart worden vanuit een bergje gekleurd zand in het midden van de spiegel.

**2**



**Focusdoelen**















**Voorkennis oproepen:**

Je kan nooit echt weten wat er aan de binnenkant van iemand gebeurt. Iedereen heeft een andere binnenkant. Het is belangrijk dat je feedback kan geven of vragen zodat je jezelf of een ander beter leert begrijpen.

Wie kan er met eigen woorden uitleggen wat feedback betekent?

<u>Voorbeelden of info, aanvulling door de begeleider:</u>

- Feedback is reageren op wat iemand doet, zegt, toont. Je vertelt iets over het gedrag van iemand.
- Feedback is altijd een persoonlijke mening, een beoordeling. Het mag nooit een veroordeling zijn.
- Je kan feedback geven door te vertellen hoe jij je bij iets voelt, wat je bij een bepaalde actie denkt.
- Feedback gebeurt als je voor iemand wil supporteren of iemand wil helpen om het anders te doen.
- Je kan ook feedback krijgen over het effect dat je bereikt door bepaalde dingen wel of niet te doen. Dat kan iets waarderend zijn waardoor jij zelf een fijn gevoel krijgt. Het kan ook eerlijke kritiek zijn waardoor je geen fijne gevoelens ervaart. Het kan je doen nadenken over wie je bent en nog wil worden.
- …

**Doelen blok II**

- Ik kan nieuwe dingen leren over beeldtalent.
- Ik kan nadenken, kiezen en doen wat ik wil bereiken.
- Ik kan feedback geven en ontvangen.

**3**



**Betekenis**

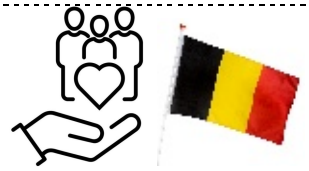


Je kan meer over jezelf vertellen door een beeld te creëren, een foto te maken, een prent te tonen.
Een beeld zegt vaak meer dan vele woorden tezamen.
Een beeld zorgt er ook voor dat ik, jij, wij allemaal, er eigen dingen bij kunnen bedenken die allemaal van waarde kunnen zijn.

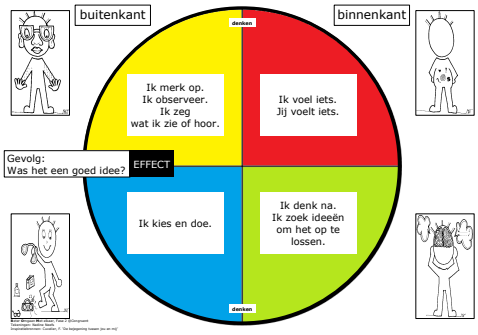
<u>Voorbeelden:</u>

- beeldgebaren die we maken
- picto's die universeel zijn
- een beeld, logo, dat iets vertelt over een organisatie
- een vlag van een land
- …

Als je beeldtalent hebt, dan kan je iets of iemand weergeven in kleuren, vormen, via patronen, bewegingen, composities … Je kan dat doen met allerlei materialen. Als we het beeld van iemand betekenis









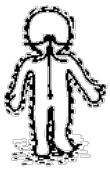



kunnen geven, dan leren we die persoon en ook onszelf beter begrijpen.
Verwijzing: kijkwijzer totaliteit; van binnen naar buiten.
We leren over beeldtalent door nieuwe dingen uit te proberen, ideeën te zoeken, eens iets anders uit te proberen. Nieuwe dingen leren en uitproberen, geeft energie en kan een blij gevoel geven. Soms ook een lastig gevoel van frustratie of onrust omdat je iets nieuws leert en je dat niet direct kan of wil.
Hoe meer dingen je wil leren en uitproberen, hoe meer ideeën je krijgt om te doen wanneer je vrije tijd hebt of wanneer je iets wil maken voor een ander dat jij hebt geleerd. Je weet pas als je het eens hebt gedaan of het je een fijn gevoel geeft.
Er is bij beeldtalent niets fout of goed, alles is mooi want jouw handen hebben iets speciaal gemaakt.

Als je een ruzie of een vervelende situatie wil oplossen dan kan je ook een beeld maken om rustig te worden of te vertellen wat er binnen in jou leeft en wat je wil vertellen.
We leren tegelijkertijd om feedback te geven aan elkaar én feedback van een ander te ontvangen.
Feedback is waardevol om te ontvangen wanneer je jezelf beter, sterker, wil maken. Het kan dus gaan over een prestatie, iets wat je doet, maakt of toont. Het gaat over je gedrag en het effect dat je op iemand hebt door wat je maakt, doet, toont.
We leren in onze school dat je feedback krijgt om te groeien. Feedback is als een cadeautje dat je krijgt omdat iemand jou wil helpen en steunen.

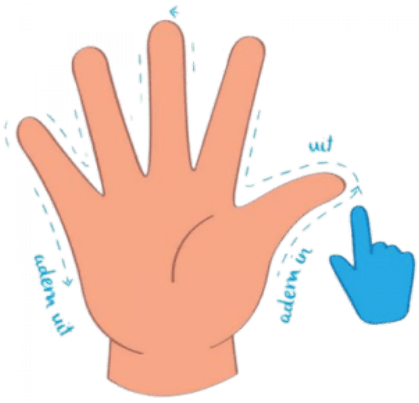
**We leren feedback geven vanuit datgene:**
- dat we opmerken
- de gevoelens die we ervaren
- de eigen gedachten en ideeën die we kunnen bedenken om iets beter te maken
- wat je de ander ziet doen, passend bij de persoon zelf of het effect dat hij wil bereiken.

**4**



**Bio-energetische activiteit***
Zintuiglijk & motorisch

**Omdenken – tegengestelde bewegingen**
**Voorbereidende oefeningen**: focus ademhaling
*De begeleider kiest welke oefeningen in een bepaalde context nodig zijn.*
*Het is belangrijk om de volgende oefeningen te herhalen, inoefenen en integreren tijdens verschillende lesmomenten waarbij impulscontrole en flexibiliteit nodig zijn om ideeën te vinden, oplossingen te bedenken. De adem geeft de innerlijke rust om na te denken, te kiezen en doen.*
*Wanneer de kinderen gespannen zijn, hebben ze altijd hun handen bij om te focussen op hun ademhaling.*




- Linkerhand plat op de tafel. Tijdens het inademen door de neus volgt de rechterhand een vinger tot op de vingertop. Even houden en daarna langzaam uitademen door de neus en de vinger volgen tot aan de handpalm. Zo alle vingers afgaan.
- Vingers en handen opspannen, ontspannen, losgooien en controleren door verschillende bewegingen te maken:
  - opspannen van handen tot vuisten bij het inademen door de neus en uitademen door de neus en vinger per vinger open doen
  - handen bewegen naar alle richtingen daarna de vingertoppen op elkaar duwen bij het inademen door de neus, even houden en bij het uitademen door de neus langzaam de spanning op de vingertoppen loslaten, …

**Handbewegingen (impuls)controle en flexibiliteit**

We doen een oefening waarmee we in één keer ook ons brein trainen, onze hersenen oefenen. We oefenen vooral het (snel) kunnen wisselen van bepaalde bewegingen met onze handen. Als we dat goed oefenen, dan kunnen we ook leren om nieuwe dingen te bedenken, andere oplossingen te zoeken. Als je jezelf kan controleren, kan je makkelijker de juiste keuze maken en uitvoeren.

De kinderen bekijken aandachtig de gebaren van de begeleider. Ze observeren en imiteren de bewegingen exact. De begeleider volgt het tempo van de groep.

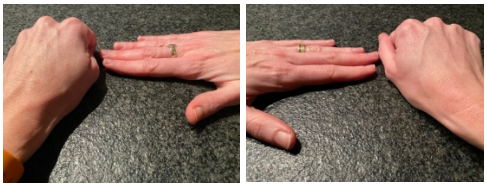
Ze oefenen ook soms individueel op eigen ritme om het wisselen in tempo te kunnen uitvoeren.











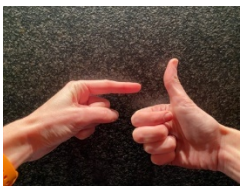
<u>Beweging van de begeleider volgen</u>

- Linkerhand vuist en rechterhand plat en wisselen
- Linkerhand handpalm op tafel en rechterhand handrug op de tafel en wisselen
- Beide handen plat en wisselen in vuist, daarna linkerhand plat en rechterhand vuist en wisselen
- Wijsvinger en middelvinger wisselen van richting
- …

**Moeilijker** (cognitieve denkmiddelen: impulscontrole, geïntegreerd denken door rekening te houden met bepaald aantal, beweging én richting)

- Linkerhand vuist verticaal rechterhand horizontaal en wisselen van beweging en richting
- Linkerhand en rechterhand duiden een ander aantal aan en wisselen
- Linkerhand duim omhoog en rechterhand wijst naar de duim en wisselen van richting en beweging
- Met linkerhand duim en wijsvinger vormen halve vierhoek en linker duim en wijsvinger erop zetten





totdat de vierhoek af is, wisselen en de rechthoek starten bij de rechterhand, ....
- ...

**Extra voorbeeld voor impulsen en aandacht:**
- Klap in de handen, linkerhand knijpt in de neus, rechterhand raakt linkeroor wisselen klap, rechterhand knijpt in de neus en linkerhand raakt rechteroor.

**Reflectie:**
- Wat merk je bij het uitproberen en oefenen? (wanneer het nog niet goed lukt, moet je heel goed nadenken over het volgende kleine stapje, ik doe het bewust trager, na het oefenen lukt het soms makkelijker en 'meer als vanzelf', ...)
- Wat heb je over jezelf geleerd dat je kan gebruiken als je iets anders moet bedenken of uitproberen? (niet te snel opgeven, rustig blijven, even stoppen en terug kijken naar een voorbeeld...)










**Mudra en mantra integreren**

*Mantra*

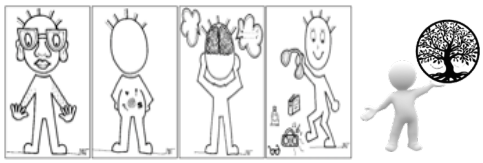
*Een mantra is een quote, een uitspraak, een wens, een gedachte, een doel dat bondig in een zin is weergegeven. Door deze in gedachten te houden en hardop uit te spreken, krijgt iemand de sturing en steun van zichzelf om het ook echt uit te voeren.*
- De kinderen kiezen uit de drie doelen het doel dat ze vandaag echt willen nastreven.
- Ze schrijven dit doel over op een strookje of krijgen het strookje (afhankelijke van de tijd en eventuele moeite met schrijven) en leggen het voor zich op hun bank.

*Mudra*

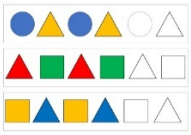
*Een handbeweging die energie en kracht kan geven bij het bereiken van doelen.*
- De kinderen maken met de handen de liefdevolle beweging van het hart.
- Ze maken nu een nieuwe beweging, een mudra handbeweging. Ze houden de duimen en de ringvinger tegen elkaar gedrukt. De andere vingers blijven los. Ze geven druk op deze vingers.
- Ze zeggen hardop het doel dat ze kozen om vandaag extra aandacht te geven terwijl ze de mudra handbeweging blijven volhouden.

**Reflectie:**
- Hoe was het voor jou om je doel hardop te verwoorden tegen jezelf?
- Kon je de kracht in je vingers voelen?
- Kan je jouw doel in gedachten houden terwijl je dingen gaat creëren?

**5**



**Activiteit**

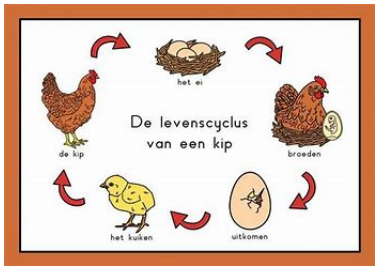













## Patronen ervaren

De kinderen staan recht achter hun bank. Ze vormen een cirkel en het is vooral belangrijk dat ze elkaar kunnen zien.
De begeleider haalt er even drie kinderen uit en geeft hen een bepaalde beweging die ze daarna in een bepaalde volgorde in de kring moeten uitvoeren.
De klasleraar vertelt ondertussen aan de groep wat een patroon is: een reeks die zich steeds opnieuw herhaalt. Bv.: vierkant – cirkel – driehoek is de reeks. Na driehoek komt dan weer vierkant, …

- De drie kinderen staan weer in de kring. Het patroon wordt gevormd. Wat doet kind vier, vijf en zes? Wat doet kind zeven dan weer, …
- Het patroon wordt gewijzigd door een differentiatie aan te brengen in de reeks.
- Er ontstaat een bepaalde flow in de groep (zoals dat bij ontstane patronen gebeurt).
- De bewegingen blijven door iedereen uitgevoerd worden totdat de kring rond is indien mogelijk.

<u>Voorbeelden</u>

- <u>Stilstaand beeld:</u>
  1 = duim omhoog
  2 = armen overeen
  3 = 1 been voorwaarts, 1 arm achterwaarts.
- <u>Met klank</u>
  1 = hallo
  2 = Pfffttttt
  3 = wowww!
- <u>Enkel met de handen</u>
  1 = vingerknip
  2 = handgeklap
  3 = rechtervuist tegen linkerhand kloppen
- <u>Bewegend beeld</u>
  1 = ter plaatse marcheren
  2 = van rechtstaan naar bukken
  3 = beide handen draaien
- …

## <u>Reflectie</u>

- Begreep jij het patroon?
- Kon jij direct inpikken met de juiste beweging?
- Waar kom je nog patronen tegen?
  - kledij, behangpapier, tapijten, haak- en breiwerken
  - routine van de dag, de tafel dekken, …
  - de natuur: eb en vloed, cyclisch van het leven, de seizoenen, de dagen van de week, jaarkalender,…
- …

## Organisatie beeldtalent met (nieuwe)materialen

*De begeleider kan kiezen om in 2 groepen te werken en later te wisselen. De kinderen werken steeds in duo aan een beeld.*

*Het aanbod is vanuit verschillende sensorische materialen opgebouwd die heel wat lichaamsreacties kunnen oproepen. Er wordt telkens een afgebakende ruimte aangeduid om in te werken wat structuur en houvast kan bieden.*

**<u>Groep 1:</u>** Ze verkennen eerst samen de materialen en bekijken het stappenplan. Ze volgen het stappenplan en bedenken dan zelf patronen, bewegingen, kleuren, …

Het is de bedoeling dat ze zelf een eigen idee uitwerken en niet het stappenplan imiteren.

Zelfregulering tijdens de opbouw via het stappenplan en ontwerp vanuit eigen inspiratie, cf. denktalent, inspiratietalent.

**<u>Groep 2</u>:** ze verkennen materialen, bedenken een idee en proberen verschillende dingen uit. Er is geen stappenplan om te volgen.

Ze moeten leren rekening te houden met elkaar:

- geduld opbouwen als iets niet direct lukt of als de ander iets totaal anders wil doen
- bij problemen niet blokkeren en durven hulp vragen
- elkaar steunen en support geven
- samenwerken naar een afgestemd doel
- …









**Groep 1**

**Mandala's en patronen: opbouw met stappenplan**

Mandala's maken vanuit een stappenplan met opbouw.

*Wat is een mandala? Koppeling van beeldtalent met denktalent.*

*Enkele cognitieve vaardigheden die worden ingezet: waarnemen, aandacht richten en volhouden, gegevens verzamelen, ruimtelijke oriëntatie, selecteren, ordenen, plannen en zelfsturing.*

Wat is er zo speciaal aan een mandala? Eventueel grote beelden van mandala's laten zien: terugkerende kleuren, patronen, vanbinnen naar buiten werken, …

We leren mandala's opbouwen waarbij je eerst moet nadenken, dan kiezen en dan doen.

Materialen aanpassen en wijzigen bij herhaling.

De kinderen kiezen altijd eerst een parel of edelsteen uit om vanuit het middelpunt naar buiten te werken.

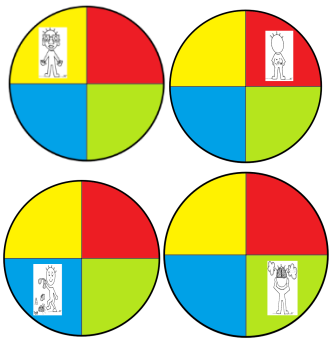
Ze 'kiezen' bewust hun parel uit.

We leren weer andere nieuwe materialen kennen om een goed gevoel te krijgen bij beeldtalent.

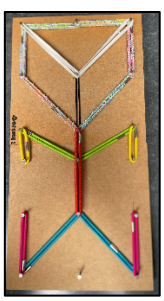
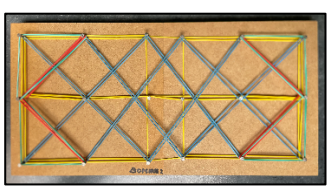
- Werken met kinetisch zand in ronde bak en materialen waarmee ze bepaalde tekeningen en patronen kunnen vormen (prikkers, sjablonen in bepaalde materialen, vormpjes van figuurtjes, snijmesjes, …).









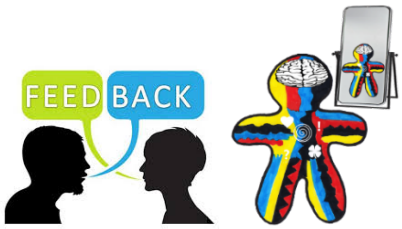
- Werken met kinetisch zand in ronde bak en verschillende soorten pareltjes of kleine blokjes.
- Werken met (lichte of donkere) neutrale onderlegger en gekleurde materialen.
- Werken met een zachte onderlegger en kleine, gekleurde stokjes, aanvulling met blokjes.
- Werken met andere onderlegger en grote, gekleurde houten afval of herbruikbaar materiaal.

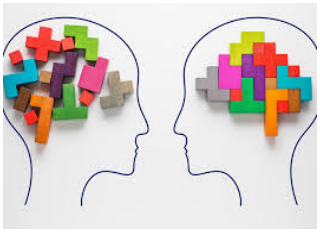
De begeleider leeft in beide groepen ‘feedback geven’ voor (tijdens en na de activiteit) om het gedrag van elk kind te sturen. Dit gebeurt op het niveau van opmerken, gevoelens die worden geïnterpreteerd, tips en vragen om het nadenken te stimuleren, op het concrete resultaat en het gedrag daarbij.

**Groep 2**
**Beeld maken vanuit eigen verzonnen ideeën**
*Koppeling van beeldtalent met denktalent en techniektalent (fase 2) wanneer ze later een zandschilderij zouden maken.*
*Koppeling van beeldtalent met uitvindtalent en handig talent (fase 1).*
*Enkele cognitieve vaardigheden die worden ingezet: waarnemen, impulscontrole, gegevens verzamelen, geheugen, plannen en zelfsturing, out of the box denken, flexibiliteit.*
*Alle activiteiten vragen om klein motorische vaardigheden in te zetten. Materialen en ideeën aanpassen aan de mogelijkheden van de groep. Er wordt steeds gezorgd dat wat in een duo gebeurt, ook eventueel alleen kan gebeuren.*

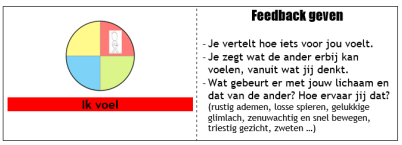
- Met ‘stickies’ en grotere figuurtjes een opstelling, een beeld maken op harde, gladde ondergrond.
- Werken met zand in houten bak met bepaalde vorm. De kinderen kiezen max. 3 kleuren uit een hele reeks zandpotjes om hun beeld op te bouwen. Door bewegingen met hand en vinger een bepaald beeld creëren. Het perspectief van de ander begrijpen.
- Werken met zand met een andere vorm. Sommige merken een specifiek deel op van het beeld en sommige kijken naar het geheel en zien daar dan ineens een bepaald beeld in. Hoe was dat voor jou?
- Met elastiekjes een kunstwerk bouwen: gekleurde elastiekjes, haarrekkertjes.
- Met kleine vormen en plooibare gekleurde stengels een beeld maken. In de handel verkrijgbaar en het vraagt veel motorische impulscontrole. Dit kan ook met rietjes en andere vormen.





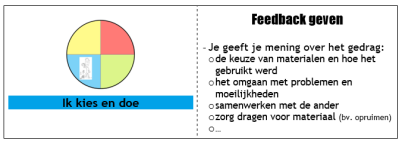












De begeleider leeft feedback voor om het nadenken en het doen te sturen en te ondersteunen.
Dit kan gebeuren vanuit elk kwadrant, elke stap van de BOM-cirkel. Er kan een foto gemaakt worden van de verschillende mandala's en beelden voordat er rustig en met zorg opgeruimd wordt.

**<u>Reflectie voor beide groepen</u>:**

- Hoe ben je te werk gegaan? Hoe ging het samenwerken? Heeft jullie beeld een naam?
- We kijken naar hetzelfde. Je kan eenzelfde gevoel of een ander gevoel ervaren. Hoe was dat bij jullie?
- Wat vind je van jullie idee? Zou je zelf nog iets anders kunnen bedenken?
- Heb je iets kunnen doen met de feedback die je kreeg waardoor je meer energie kreeg?
- Hoe voelde je jou bij het ontvangen van de feedback?
- Heb je misschien aan je duo partner zelf feedback kunnen geven?
- ...

**Feedback geven en ontvangen**

Feedback zorgt ervoor dat je beter kan nadenken over wat en hoe je iets precies wil bereiken. Het zorgt ervoor dat je in flow kan blijven en het kan je denken, voelen en doen energie geven. Het kan structuur in je hoofd geven waardoor je op nieuwe ideeën komt of waardoor je ineens een oplossing ziet voor een probleem.
De kinderen krijgen allemaal een kijkwijzer waarop staat hoe je feedback kan geven vanuit opmerken, voelen, nadenken, kiezen en doen.
Ze kijken bij de anderen naar de creatie en/of ze bekijken nadien de foto van het ontwerp.

De kinderen wisselen van groep. Ze krijgen een nieuwe impuls en totaal andere materialen. Eventueel werken ze ook met een andere duopartner.

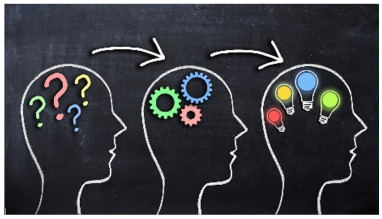
**<u>Reflectie</u>:**

- Kan je een naam bedenken voor je beeld of woorden geven die passen bij je beeld?
- Kan jij goede feedback geven? Vanuit welk kwadrant doe je dat het liefste?
- Kan je feedback ontvangen? Hoe helpt het jou?
- ...

**Effect van de activiteiten op het gekozen doel**

**<u>Reflectie:</u>**

- Denk aan, bekijk opnieuw jouw gekozen doel van vandaag.
- Hebben de activiteiten er wel of niet voor kunnen zorgen dat je jouw doel hebt bereikt?



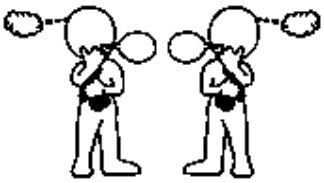
| 1. Ik heb nog vele vraagtekens over mezelf, beeldtalent en de feedback die ik wilde geven of ontvangen. | 2. Ik heb vooral vele dingen bedacht en gedaan en ik denk nog steeds aan mijn doel. | 3. Ik kon nadenken, kiezen en doen en het klopte met wat ik voelde en opmerkte bij mezelf en de ander. |
|---|---|---|
| | | |

- Heeft jouw gedrag ervoor gezorgd dat jullie de opdracht goed konden uitvoeren?
- Waar denk jij dat je ergens bent op weg naar je doel? Kies welk hoofd het meest passende is voor jou?
  - Ik heb nog vele vraagtekens over mezelf, beeldtalent en de feedback die ik wilde geven of ontvangen. (persoon 1)
  - Ik heb vooral vele dingen bedacht en gedaan en ik denk nog steeds aan mijn doel. (persoon 2)
  - Ik kon nadenken, kiezen en doen en het klopte met wat ik voelde en opmerkte bij mezelf en de ander. (persoon 3)
- De kinderen kiezen voor zichzelf nummer 1, 2 of 3 en de begeleider plaatst dit onder het juiste hoofd.

**Reflectie:**

- Wat maakt dat je persoon 1, 2 of 3 koos?
- Voel jij jou er tevreden mee? Waarom wel/niet?
- Welke persoon zou je willen zijn? Wat zou er dan veranderd zijn?
- Welke persoon wil je niet zijn? Hoe kan je daarvoor zorgen? Wie kan er jou bij helpen?
- Wat kan je opmerken voor de ganse klasgroep?
- …

**6**



**Reflectie en transfer**





**Mudra en mantra's**

Opzoeken in welke culturen en vanuit welke religie ze bepaalde mudra's en mantra's kennen. Transfer leggen naar gebed en handen vouwen, koorgezangen met herhalingen, meditatiehoudingen, betekenissen van bepaalde handbewegingen en energieën die wel of niet opgeroepen kunnen worden, quotes als mantra, … Er kunnen mantra's en een mudra gebruikt worden als ochtendritueel.

**Beeldtalent en mandala's**

**Zandmandala en boeddhisme**

**Mandala als symboliek**:

- natuurlijke cirkels als maan en zon, kring van het leven, familiekring, de ring, cirkel van vriendschap en trouw(ring, huwelijk), …
- In een oud fietswiel een mandala maken met stofjes, wol, andere kleine materialen om er een magische cirkel van te maken dat als kunstwerk in de klas of ergens in de gang kan opgehangen worden.

**Mandala maken met natuurmaterialen**

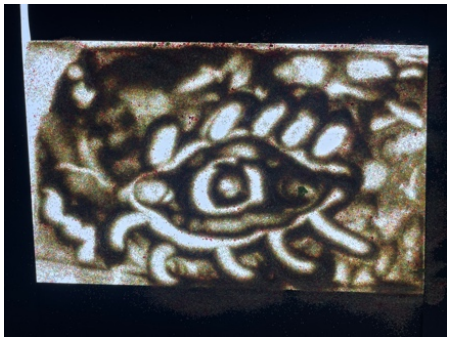
- In het bos, aan zee, in de natuur met natuurmaterialen mandala's maken: bloemen, takjes, blaadjes, schelpjes, …
- Je eigen mandala ontwerpen en schilderen in een kartonnen bordje.











**Transfer rustmomenten, vrije tijd voor een blij gevoel**
**Eigen mandala inkleuren**
De kinderen kiezen een bepaalde mandala uit die ze mooi vinden. Dit kan een manier zijn om op te laden en weer in het hier en nu te komen.
Het kan activerend werken om de mandala in te kleuren en zelf te bedenken welke kleurschakeringen en patronen ze willen beklemtonen.

- Mandala uitkiezen en inkleuren.
- Mandala maken op een postkaartje en geven als herstelgebaar aan iemand of om iemand te verrassen.
- De combinatie maken van mandala en het zandschilderen.
- Een mandala maken met materialen die rust geven.

Bv.: hout staat symbool voor groei, voor energie, voor creativiteit en zelfstandigheid. Hout zet aan tot bewegen en werkt tegelijkertijd ontspannend.
Daarom wordt er gekozen om in houten cirkels de mandala's uit te werken.

**Beeldtalent met zand**
**Beeldkunstenaars die met zand werken**
Voorbeeld:
Gert van der Vijver is een Nederlandse zandkunstenaar. Op Youtube zijn er allerhande filmpjes te vinden van zijn creaties. Er worden één of meerdere filmpjes aan de kinderen getoond, afgestemd op de doelgroep.

- *https://www.youtube.com/watch?v=pr9IFnwEPe4*
- *https://www.youtube.com/watch?v=7n9HsWZ2RGI*
- *...*

**Andere mogelijkheden om zandbeelden te maken**
In het midden van de tafel komt een lichtbak te staan. Het zand wordt uitgestrooid op de lichtbak of lichtplaat. Er is dan weer een andere beeldnuance door het licht dat op het beeld schijnt.
Het geeft andere effecten wanneer dit gebeurt met wit zand of met gekleurd zand. De kinderen kunnen ook werken met de gevoelenskleuren en zo een bepaald beeld opbouwen dat iets vertelt over hun denken en voelen, hun nadenken over zichzelf.

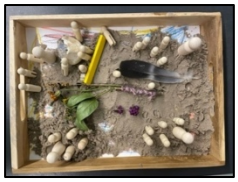
**Een zandschilderij maken**
De kinderen kiezen eerst in welke vorm van houten bakje ze willen werken.
Ze volgen een stappenplan in functie van de techniek die gevolgd kan worden. Koppeling met techniektalent en handig talent.










**Werken in een grotere zandtafel voor opstellingen**
Er kan fijn of grof zand gebruikt worden voor een opstelling. Een dikkere korrel kan meer ophoping realiseren.
Er kan ook individueel of in duo gewerkt worden in een afgebakend groter houten dienblad.

- Beeld creëren vanuit verschillende hand- en vingerbewegingen in het zand
- Een opstelling maken met verschillende materialen die in het zand iets kunnen verbeelden. Dit kunnen natuurmaterialen zijn, popjes waar ze graag mee werken en die iets kunnen voorstellen, andere kleine materialen uit de groep of die belangrijk voor hen zijn.
- …

In de zandtafel kan er eerst een ondergrond gemaakt worden vanuit de verschillende gevoelenskleuren op een wit papier. Ze kleuren op een eigen manier en geven bepaalde gevoelens weinig of veel aandacht. Daar wordt het zand dan opgelegd. Door beweging, ophoping, verschuiving worden de gevoelenskleuren weer zichtbaar die inspiratie kunnen geven.
Er kan ook gewerkt worden met enkel een dikker wit A3-blad.
Het zand van de hele groep kan telkens opnieuw opgevangen en gebruikt worden.
Kinderen zijn sensorisch actief en die lichaamsgewaarwordingen geven impulsen aan het uitdrukken en expressie geven aan hun emoties en datgene dat zij ervaren en beleven binnen hun context. Het kan gestuurd worden door een bepaald thema (bv.: onze school is… - Als ik de wereld zou veranderen – Mijn grootse angst, …). Dit is aan te passen aan een bepaald thema dat zorgt voor het sociaal-emotioneel welbevinden of net datgene waar er problemen zijn: pestprobleem, kliekvorming, …

**Groepsopstelling maken**
In de grotere zandtafel met een aantal kinderen een opstelling leren maken door samenwerking.
Ideeën en materialen inzetten door het perspectief van de ander betekenis te geven, te begrijpen. Samen iets opbouwen.

**Extra info gebruik zandtafel**

- Ca. 50 op 70 cm is de grootte waarbij de kinderen nog overzicht kunnen hebben over een groter geheel.
- Houten materiaal geeft een bepaalde sensatie, rust weer.

| | | |
|---|---|---|
| |  | - De 'tafel' ook een ruimtelijke begrenzing weer waarbinnen ze hun verbeelding, hun denken en voelen kunnen weergeven.<br>- Een opstelling binnen een eigen, houten bakje geeft een eigen territoriumsignaal waardoor een ander respect heeft voor die begrenzing (anders dan dat er gespeeld wordt, iets opgesteld wordt op de vloer).<br>- Kinderen kunnen er hun eigen, kleine wereld in voorstellen door verschillend klein materiaal te gebruiken.<br>- Een zandtafel kan ook gebruikt worden voor het beleven van andere sensorische prikkels: bloem, rijst, gekleurd zand, …<br>Er wordt een foto gemaakt van de verschillende opstellingen voordat ze rustig en met zorg alle materialen opruimen.<br>Foto's geven telkens een beeld van een gebeuren waar op teruggeblikt kan worden. |
| **7** | <br>**Reflectie op muziek** | De kinderen nemen een rusthouding aan op hun eigen plek in de klas. Door de muziek ontstaat er een bepaalde sfeer. De kinderen beluisteren een samenvatting van de begeleider, de klasleraar.<br>"Bij de activiteiten leerden we nadenken over materialen, iets bedenken, kiezen en doen wat we van plan waren. Soms moeten we wijzigen van idee en weer nieuwe mogelijkheden bedenken.<br>Zo is dat ook in het leven. We kunnen soms veel meer vertellen door iets te doen met materialen. Je handen kiezen dan iets uit en je voelt dan vanbinnen of dit klopt voor jou. We gaan proberen, we passen aan door te doen en opnieuw te beginnen. Alles wat we doen, elke keuze die we maken, vertelt iets over onze binnenkant. Materialen die we bijeen brengen, vertellen dan vanzelf een verhaal. Het is goed wanneer we iets kunnen vertellen zonder woorden over datgene dat we voelen en denken bij iets. Je leert zo ook beter jezelf begrijpen. Soms weet je het niet goed wat je best zou doen of wat er voor jou klopt. Dan heb je feedback nodig zodat iemand jou weer op weg kan helpen. Feedback kan jou later ook helpen voor het kiezen van gedrag dat gewenst is, voor jou en de ander". |

**<u>Materiaal</u>:**

- 7 begeleidingsinterventies
- A3 bom bol totaliteit
- Bestaande beeldkaarten van een spel of foto's
- Vier BOM kleuren zand: fijn of grover. Aankopen of zelf kleuren van het zand
  - Met zout werken dat gekleurd wordt met krijt
  - Met vogelzand en ecoline of voedingskleurstof
  - Er kan ook gewerkt worden met rijstkorreltjes die gekleurd worden
- Ronde spiegel met rand zodat het zand in een afgebakende ruimte blijft en het nadien in een bakje kan opgevangen worden
- De doelen op kleine strookjes of kleine strookjes om het doel zelf op te schrijven
- Eventueel prenten van patronen die er zijn in verschillende contexten, materialen, kledij, natuur, …
- Prenten van mandala's om eigenschappen te ontdekken
- Mooie kist of doosje om parels of edelstenen uit te kiezen om het middelpunt van hun mandala aan te geven
- Groep 1:
  - Ronde houten schalen, place mat uit verschillende materialen: zachte, gladde neutrale, natuurkleur ondergrond
  - Kinetisch zand
  - Blokjes en parels verschillende vormen en kleuren
  - Houten kleine en grotere staafjes in verschillende kleuren
  - Herbruikbaar materiaal: wijnstoppen, kleine stukjes afval hout,
  - Voorwerpjes om uit te drukken, scherpe voorwerpjes om iets uit te prikken in bepaalde patronen
  - Eigen ander materiaal om mandala's te vormen (vb. natuurmaterialen: steentjes, schelpen veertjes, …)
- Groep 2:
  - Plastic dienblad en stikkies in allerlei vormen en kleuren
  - Houten bakjes in verschillende vorm
  - Gekleurd zand in kleine potjes en in verschillende kleuren
  - Houten bordjes met een negenveld opgebouwd met nagels
  - Verschillende kleuren rekkers en haarrekkertjes
  - Vormen en beweegbare plastic sliertjes, kan ook met chenille draad en andere vormen
- Stappenplannen mandala's (bijlage bij de fiche)
- Kijkwijzer feedback vanuit opmerken, voelen, nadenken, kiezen en doen (bijlage bij de fiche)
- Effect kijkwijzer (bijlage bij de fiche)
- Transfer materialen
- Lege fotokader of passe Partout uit tekenpapier of rechthoek leggen met houten latjes (afmeting max 60 op 70 cm) zodat kinderen het geheel nog kunnen overzien)
- Zwart tekenpapier in de afmeting van het houten bakje: cirkel – rechthoek – vierkant met afrondingen
- Houten bakjes in verschillende vormen: voor elk kind 1 eigen bakje en nadien per 2 werken om te leren inspelen op elkaar
- Doelen met beeld
- Beeldtalent: uitleg en beelden mandala
- Stappenplan zandschilderij