

TRAININGSMATERIAAL

Op faalangst.nl vind je elke maand leuke nieuwe opdrachten die je kunt gebruiken voor je faalangst- en examenvreestrainingen. De opdrachten zijn ontwikkeld door examenvreestrainer Ivo Mijland. Gebruik van de opdrachten is uiteraard gratis.

Opdracht 5 - Eigenschappen in het kwadraat

Tijdens trainingen is het interessant om samen met de leerlingen een blik te werpen op eigenschappen. Er zijn meerdere mogelijkheden om dat te doen. Het eigenschappenspel van Gerrickens is bijvoorbeeld zeer geschikt om leerlingen te leren kijken naar eigenschappen. Daarbij is het ook van belang om samen te kijken hoe eigenschappen Multi-interpretabel zijn. Want een leerling die lui is, zorgt ook dat hij goed uitgerust is. En een chaotische leerling kan zo lekker rommelig doen en toch de rust bewaren. Heeft een leerling humor, dan kan hij soms ook onbewust iemand kwetsen. Als je in de training voldoende aandacht hebt gegeven aan eigenschappen, dan is het leuk om met die basiskennis aan het werk te gaan. We gaan eigenschappen geven en ontvangen en beperken ons dus niet langer tot het kijken naar de eigen eigenschappen, maar onderzoeken ook wat de anderen zien.

Aan het eind van het trainingsprogramma kun je in een kring een lege stoel zetten. Een van de leerlingen gaat in die stoel zitten. De anderen spreken een positieve eigenschap uit die toebehoort aan de leerling in de stoel. Als iedereen geweest is, volgt de volgende leerling, net zo lang tot alle leerlingen een reeks eigenschappen hebben gekregen uit de groep.

Variant 1

Een leerling gaat op de lege stoel staan. De anderen gaan er omheen staan en benaderen de leerling als een ware rockster. Iedere leerling roept vol enthousiasme een goede eigenschap. De leerling op de stoel maakt met handgebaren duidelijk dat hij nog meer kan ontvangen en dat hij alle goeds vol enthousiasme opvangt.

Variant 2

Vraag de leerlingen in groepjes van 4 of 5 te gaan zitten. Elke leerling schrijft een drietal eigenschappen op papier. Vervolgens spreekt een van de leerlingen zijn eigenschappen duidelijk uit in bewoordingen als ik kan goed, ik ben een, etc. De andere leerlingen luisteren. Nu volgt een leerling die de drie uitgesproken eigenschappen herhaalt en er een vierde aan toevoegt. De inbrenger herhaalt de eigenschappen, maar nu met de vierde erbij. Vervolgens volgt weer een ander, net zo lang tot alle leerlingen in het groepje

een eigenschap hebben toegevoegd. Aan het eind heeft de inbrenger zeven of acht eigenschappen uitgesproken.

Rond deze oefening af met de volgende vragen:

Hoe was het om eigenschappen te ontvangen van de anderen?

Hoe was het om eigenschappen te geven aan een ander?

Wat vond je moeilijker, geven of ontvangen?