

SOCIAAL-EMOTIONELE GROEI
MET DANS EN PLEZIER!

DANS
VERSTERKT

IK BEN STERK

ONDERBOUW



DE 'IK BEN STERK' TRAINING

In 9 bijeenkomsten leren leerlingen uit groep 1, 2 of 3, aan de hand van dans en beweging, plezier en samenwerking sociaal-emotionele vaardigheden. Het hoofddoel is: iedereen voelt zich veilig genoeg om zichzelf te kunnen zijn en zich te kunnen uiten. In deze training wordt onder andere aandacht besteed aan het vergroten van het zelfbeeld en het reguleren van emoties. Deze training is geschikt om te volgen met de hele klas en leerkracht, waardoor de training ook een positief effect heeft op de groepsdynamiek.

De training bestaat uit verschillende activiteiten die in de speel- of gymzaal op school plaatsvinden. Tijdens de bijeenkomsten staat een thema centraal waar de kinderen mee aan de slag gaan. De trainer werkt met een handpop, genaamd Fien. Fien is een zachte handpop die de trainer gebruikt om gedachten en gevoelens onder woorden te brengen. Kinderen zullen zich ongetwijfeld herkennen in Fien, waardoor ze haar snel als kameraadje zullen zien. Fien is ook een belangrijk voorbeeld in het oefenen van vaardigheden middels poppenspel. De vaardigheden worden toegepast door middel van dans en beweging op hippe muziek van nu (ook wel Urban dance genoemd). Om de geleerde vaardigheden in hun eigen omgeving toe te kunnen passen, worden vrijblijvende opdrachten en energizers voor thuis en in de klas meegegeven.

Op unieke wijze levert dans een bijdrage aan de sociaal-emotionele én cognitieve ontwikkeling van kinderen en worden verschillende kerndoelen binnen het onderwijs aangeraakt. Wanneer leerlingen lekker in hun vel zitten, in zichzelf geloven en zich voldoende kunnen uiten, lukt het beter om te leren.

TRAININGSBIJEENKOMSTEN



IK BEN STERK

DOELEN:

- Ik verbeter mijn coördinatie en motorische vaardigheden door dans- en bewegingsoefeningen.
- Ik weet dat iedereen anders is.
- Ik kan mezelf duidelijk voorstellen.
- Ik ken mezelf en mijn gezin.
- Ik kan complimenten geven en ontvangen.
- Ik voel me veilig, zodat ik mij vrij durf te bewegen en te uiten.
- Ik kan vragen of iemand met mij wil samen spelen.
- Ik kan de vier basisemoties (h)erkennen.
- Mijn probleemoplossend vermogen is vergroot.
- Ik kan de stappen stop-denk-doe toepassen.
- Er is een sterke verbintenis in de groep.
- Ik ontdek verschillende dansstijlen uit diverse culturen.
- Ik ben trots en sterk na het volgen van de training
- Ik kan samen delen.
- Ik ken mijn lijf.
- Ik kan om hulp vragen.
- Ik kan anderen helpen.

Bijeenkomst 1
Dit ben ik

Bijeenkomst 2
Hulp vragen

Bijeenkomst 3
Ik ben zuinig op mijn lijf

Bijeenkomst 4
Wie is de baas?

Bijeenkomst 5
Samen spelen, samen delen

Bijeenkomst 6
Emoties

Bijeenkomst 7
Stop-Denk-Doe

Bijeenkomst 8
Ik kan een heleboel

Bijeenkomst 9
Diploma en afscheid nemen



KOSTEN

Wij blijven ons graag ontwikkelen. Daarom vragen wij u om voor en na de training een vragenlijst in te vullen om het effect van de training te meten en feedback te ontvangen.

Het volgende is inbegrepen:

- Professionele sociaal-emotionele bewegingscoach met werkervaring in de jeugdzorg en als dansdocent
- 9 groepsbijeenkomsten van 50 minuten
- Voor- en nagesprek met de leerkracht
- Tussentijds overleg met de leerkracht
- Nieuwsbrieven voor ouders en leerkracht met bijpassende opdrachten
- Optioneel - Ouderbijeenkomst

Exclusief reiskostenvergoeding voor buiten het Westland (23 cent per km)



€1649,-

WAT BIEDEN WIJ NOG MEER?

Dans & Verbind op school

Dans en bewegen is een krachtige manier om kinderen te laten groeien. Daarom bieden wij danslessen aan waarin samenwerking, plezier en zelfvertrouwen centraal staan – geheel flexibel in te zetten.

Losse lessen & naschoolse activiteit

Unieke lessen met de methodiek 'Ik ben sterk' die aansluiten bij verschillende thema's voor in de klas of als naschoolse activiteit.

Dans & Verbind - Ouder en Kind.

Bij Dans & Verbind draait alles om bewegen, dansen en samen plezier maken tussen ouder en kind.

Onze programma's helpen kinderen én ouders op een speelse manier te groeien in zelfvertrouwen, samenwerking en verbinding passend bij elke leeftijdsfase.



+31 (0) 6 198 63 188



info@dansversterkt.nl



www.dansversterkt.nl

DANS
VERSTERKT

**AANMELDEN/
MEER INFORMATIE**

Bekijk de website of neem contact met ons op. Samen maken we er iets moois van voor jullie school!