

SOCIAAL-EMOTIONELE GROEI  
MET DANS EN PLEZIER!

# IK BEN STERK

## MIDDENBOUW



### DE 'IK BEN STERK' TRAINING

In 8 bijeenkomsten leren leerlingen uit groep 4, 5 of 6, aan de hand van dans en beweging, samenwerking en plezier 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 de 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. Er wordt gewerkt met het 'Ik ben sterk'-werkboek, maar bovenal worden de vaardigheden 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.



+31 (0)6 198 63 188



info@dansversterkt.nl



www.dansversterkt.nl

## ***TRAININGSBIJEENKOMSTEN***

Bijeenkomst 1: Wie ben ik en wie ben jij?

Bijeenkomst 2: Ik ben trots

Bijeenkomst 3: hulp vragen

Bijeenkomst 4: Emotie blij en boos

Bijeenkomst 5: Emotie verdrietig en bang

Bijeenkomst 6: Problemen oplossen

Bijeenkomst 7: Ik kan een heleboel

Bijeenkomst 8: Diploma en afscheid nemen



## **IK BEN STERK DOELEN**

- Ik verbeter mijn coördinatie en motorische vaardigheden door dans- en bewegingsoefeningen.
- Ik voel me veilig, zodat ik mij vrij durf te bewegen en te uiten.
- Ik ben mij ervan bewust dat iedereen anders is en zichzelf mag zijn.
- Ik kan mezelf voorstellen.
- Ik kan complimenten geven en ontvangen.
- Ik ben mij bewust van mijn houding.
- Ik kan sterk staan.
- Ik kan benoemen waar ik trots op ben.
- Ik weet dat iedereen andere talenten heeft.
- Ik kan de emoties blij, boos, bang en verdrietig herkennen bij anderen.
- Ik kan de emoties blij, boos, verdrietig en bang erkennen.
- Mijn oplossingsvermogen is vergroot.
- Ik kan samenwerken met een andere leerling.
- Ik ontdek verschillende dansstijlen uit diverse culturen.
- Er is een sterkere verbintenis en samenwerking in de groep.

# 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*
- *8 groepsbijeenkomsten van 90 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)*

€1749,-

## 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.

## AANMELDEN/ MEER INFORMATIE

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



+31 (0)6 198 63 188



info@dansversterkt.nl



www.dansversterkt.nl