

IK BEN STERK IN EEN KLEINE GROEP

DANS
VERSTERKT



WAT IS IK BEN STERK IN EEN KLEINE GROEP

Ik ben sterk in een kleine groep is voor kinderen die het fijn vinden om extra aandacht en begeleiding te krijgen bij het ontwikkelen van sociaal-emotionele vaardigheden. Er wordt gebruik gemaakt van de methodiek 'Ik ben sterk' waarbij het verdiepen en verbinden van verschillende basisvaardigheden centraal staat, zodat kinderen in de toekomst minder uitdagingen kunnen tegenkomen. De bijeenkomsten helpen kinderen zichzelf beter te begrijpen, hun emoties te beheersen en sterke relaties met anderen op te bouwen. Er wordt gebruik gemaakt van creatieve dans- en bewegingsoefeningen, waarbij plezier en samenwerking centraal staat.

De training is voor kinderen in de leeftijd van 5-12 jaar. De training bestaat uit 8 tot 12 bijeenkomsten en wordt in een kleine groep aangeboden. Door samen te leren en te groeien, zal uw kind erkenning bij de ander kunnen vinden en ervaren dat je er niet alleen voor staat. Deze training kan onder of na schooltijd plaatsvinden in de speel- of gymzaal van de school.



06 198 63 188



info@dansversterkt.nl



www.dansversterkt.nl

WERKWIJZE

Tijdens de bijeenkomsten staat een thema centraal waar de kinderen mee aan de slag gaan. Er wordt gewerkt in het 'Ik ben sterk' werkboek, maar bovenal worden de vaardigheden toegepast door middel van dans en bewegen op hippe muziek van nu (ook wel Urban Dance genoemd).

Bij de leeftijd 5-8 jaar wordt er gewerkt met een handpop, met de naam Fien. Fien is een zachte handpop die de trainer gebruikt om gedachten en gevoelens onder woorden te brengen. Kinderen zullen zich ongetwijfeld kunnen herkennen in Fien, waardoor het snel als kameraadje wordt gezien. Fien is ook een belangrijk voorbeeld in het oefenen van vaardigheden middels poppenspel. Bij de leeftijd 9-12 jaar worden groepsgesprekken gehouden en zullen ze zich in elkaar gaan herkennen en steun bij elkaar vinden. Om de geleerde vaardigheden in hun eigen omgeving toe te kunnen passen vindt er vooraf een introductiebijeenkomst voor ouders plaats en worden vrijblijvende opdrachten en energizers voor thuis en of in de klas meegegeven.

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



THEMA BIJENKOMSTEN

5-8 jaar

- Elkaar leren kennen
- Trots
- Hulp vragen
- ik ben zuinig op mezelf
- Samen spelen, samen delen
- Wie is de baas?
- Emotie blij
- Emotie boos
- Emotie verdrietig
- Emotie bang
- Problemen oplossen
- Stop-denk-doe
- Ik kan een heleboel
- Optreden + afscheid nemen

9-12 jaar

- Elkaar leren kennen
- Doelen stellen
- Trots
- Hulp vragen
- Samen sterk
- Emotie blij
- Emotie boos
- Emotie verdrietig
- Emotie bang
- Storende en helpende gedachtes
- 5G model
- STOP
- Ik kan een heleboel
- Optreden + afscheid nemen

DOELEN

- Ik voel me veilig genoeg, zodat ik mij vrij durf te bewegen en te uiten.
- Ik ervaar steun van leeftijdgenootjes.
- Ik ben mij ervan bewust dat iedereen anders is en zichzelf mag zijn.
- Ik kan complimenten geven en ontvangen.
- Ik kan voor mezelf opkomen.
- Ik weet wat mijn krachten zijn en wanneer en hoe ik om hulp kan vragen.
- Ik heb vaardigheden geleerd in probleem oplossen, zodat ik beter om kan gaan met mijn emoties en gedrag.
- Ik kan samenwerken met anderen.

KOSTEN

Wij blijven ons graag in ontwikkeling. Hierdoor de vraag 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 in begrepen:

- Professionele sociaal-emotionele bewegingscoach met werkervaring in de jeugdzorg en als dansdocent
- 8-12 groepsbijeenkomsten van 90 minuten
- Introductie bijeenkomst voor ouders en leerkracht
- Tussentijds overleg met ouders
- Nieuwsbrieven voor ouders en of leerkracht met vrijblijvende opdrachten

Excl. reiskostenvergoeding voor buiten het Westland (0,21 cent per km)



AANMELDEN/ MEER INFORMATIE

Neem gerust contact met ons op. Wij staan altijd voor u klaar om samen in overleg te kijken wat passend is voor uw school/ kind.



+31 (0)6 198 63 188



info@dansversterkt.nl



www.dansversterkt.nl



WAT BIEDEN WIJ NOG MEER?

Training voor de hele klas

Een groepstraining voor de hele klas en leerkracht onderverdeeld voor leerlingen in de onderbouw, middenbouw en bovenbouw.

Losse lessen

Unieke lessen die aansluiten bij verschillende thema's in de klas.

Ouder & Kind Verbindingsdag

Tijdens de Verbindingsdag kan een ouder samen met zijn of haar zoon of dochter een onvergetelijke ochtend of middag beleven, gevuld met dans, beweging, gesprekken en knutselplezier! Met Lize als sociaal-emotionele bewegingscoach kunnen ze hun band versterken en samen genieten van verbinding en plezier.

Wilt u meer informatie? U kunt altijd contact met ons opnemen of de folders zien op onze website.

DANS
VERSTERKT