



KINDERRECHTEN EN MENTAAL WELBEVINDEN

Thema's	Kinderrechten, algemeen welzijn en mentale gezondheid,
Moeilijkheidsgraad	Gemakkelijk
Leeftijd	9 - 12 jaar
Groepsgrootte	1- 20 leerlingen
Soort activiteit	Lesmateriaal
Samenvatting	Ieder kind heeft recht op een optimaal mentaal welbevinden . Via dit lespakket kan jij in jouw klas, organisatie of gezin mentaal welbevinden als een kinderrecht bespreekbaar maken.

Aan de hand van fictieve dagboeken van 3 vrienden die samen op kamp gaan, leren kinderen over verschillende levensomstandigheden en emoties. Het mentaal welbevinden wordt gekaderd als een kinderrecht. De lesactiviteit stimuleert reflectie over het individueel en collectief welbevinden alsook de bijhorende positieve acties en uitdagingen

Het pakket bestaat uit:

1. Een **lesfiche**: Deze les is ideaal voor kinderen van 9-12 jaar en neemt 2 uur in beslag.
2. Een **emotiebarometer**: Via deze draaischijf kunnen kinderen op een non-verbale manier aantonen hoe zij zich op dit moment voelen.
3. Een **poster**: Maak het belang van mentaal welbevinden zichtbaar én bespreekbaar in jouw klas met onze mascotte Sacha.

Deze materialen zijn gratis te downloaden en gratis te bestellen op onze website: <https://www.unicef.be/nl/educatie>

Doelstellingen	<ul style="list-style-type: none"> - Vrij voor hun mening uitkomen en actief deelnemen aan de sessie. - Zich vragen stellen bij hun eigen gedrag en waarden op het vlak van algemeen welbevinden. - Leren om zich vragen te stellen bij hun eigen levenservaringen en gedrag: in groep luisteren, praten en nadenken, en anderen voor hun mening laten uitkomen. - Zich bewust worden van het belang van individueel en collectief welbevinden. Verbanden leggen tussen hun eigen levensomstandigheden en die van anderen (hier in België en elders in de wereld). Aspecten als empathie, begrip, solidariteit, hulp en ondersteuning bespreken en begrijpen. - Hun communicatieve vaardigheden en "observatievermogen" ontwikkelen. - Zich bewust worden van de neiging om waardeoordelen te vellen. Aan de hand van verhalen inzicht verwerven in de subjectiviteit van elke individuele ervaring.
Vorbereiding	/
Materiaal	<ul style="list-style-type: none"> • Een lesfiche • Een emotiebarometer

- Een poster
-

