

HET COOLE KIKKER PLAN®

Verbeter de sfeer in de klas met deze simpele aanpak

Binnen twee weken een klas vol vet coole kikkers

Voor groep 4 tot en met 8



Het Coole Kikker Plan is een project van

© Drs. Anne Kooijman, Kinderpsycholoog NIP/Gz BIG
In samenwerking met: Christine de Jongh en Yvonne van der Zanden,
Leerkrachten basisschool Pijnacker

Het Coole Kikker Plan...

... is geen anti pestproject, maar een positieve aanpak van ongewenst gedrag

Hoofregel: Stoor niemand door je gedrag, je houding of door wat je zegt!

De leerkracht maakt duidelijk dat sociaal gedrag gewenst is en dat storend, pesterig gedrag niet kan. Zo komt er ruimte voor een positieve en veilige sfeer in de klas.

De kinderen worden aan het denken gezet over vragen als:

Hoe werk je goed samen?
Wat doe je als iemand buitengesloten wordt?
Wat doe je als je gepest wordt?

Een Coole Kikker is...

... niet per se een braaf kind en ook niet het lievelingetje van de juf.
... iemand met een prettig, respectvol en sociaal gedrag.

De onderstaande materialen kunnen de aanpak ondersteunen:

Tussen haakjes staan zo nodig aantallen, het overzicht is genoeg voor een groep van 30 kinderen.

- Coole Kikker posters (2 stuks)
- Coole Kikker kwartet spellen (5 stuks)
- Stickervellen of polsbandjes (10 stuks)
- Een pot met groene kikker-winegums
- Een spandoek met daarop 'Coole Kikkers pesten niet!'
- Groot vel papier op poster formaat (A1)
- Bordspel Kikkerbecool
- Het Coole Kikker boek voor kinderen (met het kwartet spel)

Woord vooraf

Begin alleen aan deze aanpak als je ook echt van plan bent het een heel jaar vol te houden! Je hoeft het echt niet steeds over de Coole Kikker te hebben, maar laat de nieuwe aanpak niet versloffen. Dan kunnen de kinderen het vertrouwen in jou kwijtraken. Zo kan er een negatieve sfeer ontstaan waar je geen invloed meer op hebt. Als je dit simpele plan uitvoert, krijgen kinderen het vooruitzicht op een gezellig schooljaar, met een leerkracht die duidelijk leiding geeft en veel aandacht heeft voor positief sociaal gedrag. De kinderen moeten wel de kans krijgen om te oefenen met verschillende vormen van positief gedrag. Dat kost tijd. Daarom is de eerste schooldag na de zomervakantie, na de herfst- of de kerstvakantie, een goed moment om met het Coole Kikker plan te starten (of de eerste dag na de herfstvakantie).

Tip

Lees het artikel 'Coole Kikkers pesten niet' in de JSW van 2007, zie www.decoolekikker.nl/pers.html

Je houding als leerkracht

- Wees een opgewekte leerkracht met humor (geen sarcasme!). Let op dat je geloof en vertrouwen uitstraalt in de kinderen en in de nieuwe aanpak. Geef het goede voorbeeld.
- Het is belangrijk dat je van alle kinderen positieve verwachtingen hebt. Houd er dus geen lievelingetjes op na. Als verantwoordelijke volwassene creëer je een veilige en gezellige sfeer waar pesten altijd wordt aangepakt en ieder conflict wordt uitgepraat. Soms is het wel beter om het conflict op een later moment uit te praten, als iedereen weer gekalmeerd is.
- Praat duidelijke taal. Zeg bijvoorbeeld: 'Je stoort' en niet: 'Wil je daar alsjeblieft mee ophouden want...'. Gebruik 'dank je' in plaats van 'alsjeblieft'. Dus: 'Let even op, dank je'. Alsjeblieft is een verzoek en je vraagt niet of ze willen opletten maar je wilt gewoon dat ze dat doen.
- Vraag de kinderen regelmatig wat ze zelf kunnen doen om een positieve sfeer te houden in de groep. Een voorbeeld: een meisje besloot om niet meer altijd haar zin door te drijven. Eerst wilde ze altijd bepalen welk spelletje op het schoolplein gespeeld werd, wat vaak ruzies gaf. Nu ze niet meer zo moeilijk deed en gewoon meespeelde met de anderen, waren er minder conflicten tijdens de pauzes.
- Houd je het hele jaar consequent aan de regels die jullie samen hebben afgesproken.
- Vergeet nooit iedere vrijdagmiddag iets gezelligs te doen in de klas, al is het maar een half uurtje. Een kletspraatje, een spelletje, zet een kind in het zonnetje, lees een verhaal voor dat je getroffen heeft enz., alle kleine positieve dingen zijn goed om de week af te sluiten.
- Laat op vrijdagmiddag echter geen filmpje zien over dit onderwerp! Een film over pesten of positief met elkaar omgaan (zie bladzijde 7) kan je goed gebruiken om een discussie op gang te brengen, maar daar moet je wel ruim de tijd voor nemen! Daarom kun je een film het beste 's ochtends vroeg vertonen. Na de film volgt er altijd een groepsgesprek en moet er tijd zijn om door te praten en emoties te verwerken. Laat de kinderen dus nooit op vrijdagmiddag naar zo'n film kijken en zonder nagesprek naar huis gaan!
- De Coole Kikkers worden verkozen door de leerkracht en niet door de kinderen! Anders benoemen de populaire kinderen steeds hun vriendjes. Dat maakt de sfeer onveilig en geeft aanleiding tot stiekeme pesterijtjes.

De eerste week:

Coole Kikker van de dag



Maandag

Vorbereidingen

- Hang de posters en het spandoek duidelijk zichtbaar op.
- Zet de stoelen in een U-vorm.
- Schrijf de hoofdregel op het bord: 'Stoor niemand door je gedrag, je houding of door wat je zegt!'
- Zet achter in de klas een tafeltje apart met daarop een kwartetspel en/of het Coole Kikker boek. Dat is het afkoeltafeltje.
- Hang een groot vel papier op. Hier kun je de regels van het klassencontract opschrijven.
- Houd de kwartet spellen, de stickervellen of de polsbandjes en de groene kikker-winegums in een pot bij de hand.
- Print voor elk kind het Coole Kikker blad (bladzijde 9).

De dag zelf

Besteed de hele dag aan het Coole Kikker Plan. Dit is echt een nieuwe start en die maak je samen met de kinderen. Aan het eind van de dag weet iedereen wat je de rest van het schooljaar van elkaar kunt verwachten. De kinderen vinden zo'n dag hoopgevend en voelen zich echt bij de groep horen.

Start: maandagochtend

Sta in de deuropening van de klas, heet ieder kind welkom, geef het een hand en maak oogcontact. Vertel de klas: 'Vanaf vandaag gaan we het in deze klas anders doen. Ik ga daarvoor samen met jullie een plan maken. Overal zijn er andere regels, bij jullie thuis, op het schoolplein, in de gymzaal en hier. In en buiten deze klas geldt voortaan mijn regel.'

Wijs op de regel op het bord: 'Stoor niemand door je gedrag, je houding of door wat je zegt!'

Vraag: 'Wat betekent die regel?' Luister naar de antwoorden en bespreek ze.

Vraag daarna: 'Welke regels vinden jullie zelf belangrijk?'

Luister goed en zorg dat alle kinderen aan bod komen. Laat de kinderen weten dat het belangrijk is wat ze te zeggen hebben.

Schrijf alle reacties op het bord. Selecteer vervolgens met elkaar maximaal 7 regels en schrijf ze op het grote A1-papier. Dit is het klassecontract. Schrijf dat er in hoofdletters boven. Dan zetten alle kinderen en de leerkracht hun handtekening er omheen.

Maak een groepsfoto van dit plechtige moment en hang die op. Maak samen afspraken wat er gebeurt als iemand zich niet aan de afspraken houdt.

De volgende twee punten zijn belangrijk:

- Hoe meld je het als iemand zich niet aan de afspraken houdt?

Melden kan rechtstreeks bij de leerkracht of via papiertjes in een brievenbus (doos met gleuf).

Leg uit dat je absoluut niet van klikken houdt maar dat het melden van pesterijen en buitensluiten geen klikken is, omdat een kind dat gepest of buitengesloten wordt zich niet in z'n eentje kan verdedigen.

- Wat voor consequentie heeft het als iemand zich niet aan de afspraken houdt?

Het kind zal iets moeten doen dat positief en nuttig is. Het kan bv. even aan het afkoeltafeltje zitten en 3 kaarten uit het kwartet kiezen die gaan over dingen waar hij voortaan beter op moet letten. Of het kan een hoofdstuk lezen uit het Coole Kikker boek en daar op de vrijdagmiddagsessie iets over vertellen.

Maandagmiddag

Speel de kwartetspellen als dat mogelijk is in groepjes van 6 kinderen, dus in een klas van 30 kinderen in 5 groepjes. Vraag hen welke kaarten zij leuk vonden en waarom. Direct daarna hebben jullie een groeps gesprek over het gedrag dat je vandaag op het schoolplein hebt gezien. Benoem vooral wat er allemaal goed ging, maar vertel ook welk gedrag je voortaan niet meer accepteert. Geef alle kinderen een kopie van het Coole Kikker Blad (bladzijde 9). Laat het hen invullen en bespreek het daarna in de kring. Introduceer de Verkiezing van 'Coole Kikker van de dag'. Vertel dat je deze week iedere dag gaat opletten welke kinderen zich sociaal gedragen en dat je dagelijks een kind uitkiest dat 'Coole Kikker van de dag' is. Die naam zet je op het bord. Het kind krijgt een kikkersnoepje en een sticker op zijn bank of een polsbandje dat het een dag mag dragen en mee naar huis nemen. De verleiding is groot om een braaf kind of een kind dat hard heeft gewerkt, te verkiezen maar doe dat niet! Kies echt alleen een kind dat heeft bijgedragen aan een goede sfeer in de groep. Geef de kinderen maandag of uiterlijk dinsdag een kopie van de 7 regels mee en daarbij een uitnodiging voor een speciale ouderavond nog diezelfde week.

Ouderavond

Op die ouderavond geef je kort uitleg over de nieuwe aanpak ter verbetering van de sfeer en de consequenties van ongewenst gedrag.

Vraag de ouders Het Coole Kikker Plan actief te ondersteunen, door ook thuis extra te letten op sociaal gedrag en roddelen en buitensluiten niet te accepteren.

Dagelijks

Besteed iedere dag een moment aan de regels (bv. 's middags) en bespreek wat er al goed gaat. Vertel aan het einde van de dag welk kind je verkozen hebt tot 'Coole Kikker van de dag' en vertel vooral ook waarom! Zet diens naam op het bord, geef ze een sticker of een polsbandje. Dit bandje mogen ze een dag lang dragen en ook thuis laten zien. De volgende Coole Kikker van de dag mag het polsbandje daarna een dag dragen, etc. Kinderen die over de schreef gaan, mogen aan het afkoeltafeltje nadenken over hun gedrag of een van de afgesproken consequenties uitvoeren.

Vrijdagmiddag het laatste half uur

Kies ook vandaag de 'Coole Kikker van de dag' en vertel waarom je hem of haar verkiest. Bespreek de sfeer in de klas van de afgelopen dagen. Pak de kaarten van het kwartet erbij om situaties toe te lichten. Benadruk vooral wat er al beter gaat en vraag ook aan de kinderen om te vertellen wat er deze week al goed is gegaan! Besteed nauwelijks of geen aandacht aan negatief gedrag. Als een kind klaagt, formuleer je de klacht opnieuw, maar dan in positieve termen. Vraag het kind wat het zelf kan bijdragen aan een positieve sfeer.

Als het een prima week was...

Drink je ondertussen samen met de kinderen limonade. Je kunt op woensdag 2 kinderen opdracht geven om samen koekjes te bakken voor vrijdagmiddag. Dat vinden alle kinderen erg leuk om te doen! Je kunt natuurlijk ook andere samenwerkingsopdrachten bedenken, zoals een toneelstukje voorbereiden; kies daarvoor enkele kinderen uit die elkaar normaal niet zouden kiezen.

Als er veel ruzies waren die week...

Praat je een half uurtje met de klas over hoe je ervoor kunt zorgen dat het de week daarop wel beter gaat. Er wordt dan geen limonade gedronken, want dat is echt een beloning voor de inspanningen van de hele groep. Laat een kind een kaart uit het kwartet trekken waar jullie de volgende week extra op letten en hang die op.

De tweede en derde week:

Coole Kikker van de week

De 'Coole Kikker van de dag'-verkiezing wordt vanaf nu de 'Coole Kikker van de week'-verkiezing op vrijdagmiddag.

Iedere week speur je naar het kind dat zich sociaal positief heeft gedragen. Kies eventueel meerdere kinderen, maar nooit meer dan 3. Vertel duidelijk waarom je dat kind gekozen hebt en geef zowel het kind als de klas complimenten!

Als de sfeer deze week goed was, beloon je de klas met een half uurtje limonade drinken en wat lekkers. Beknibbel niet op dit half uurtje, het verbetert de sfeer en het groepsgevoel enorm.

Laat weer een kind een kaart uit het kwartetspel trekken en hang die op. Ondertussen praat je met elkaar over bv. een krantenbericht dat handelde over sociaal vaardig gedrag, over de getrokken kaart of je laat de kinderen tekeningen over dat onderwerp maken en hangt die op.

Het is ook een goed moment om met elkaar een spelletje te doen. Wanneer je 45 minuten de tijd hebt, kun je met de hele klas (in 6 groepjes) het bordspel Kikkerbecool spelen waarbij de groepjes discussiëren om antwoorden te geven. Laat daarbij regelmatig een situatie voordoen.



De rest van het schooljaar:

Coole Kikker groepje van de week

Vanaf nu wordt aan het einde van elke week het 'Coole Kikker Groepje' van de week gekozen. Voortaan zitten de kinderen in groepjes bij elkaar, want er wordt niet meer een enkel kind uitgekozen. Het groepje kinderen dat de hele week plezierig heeft samengewerkt en elkaar heeft geholpen wordt 'Coole Kikker groepje' van de week. Hun naam komt op het bord, ze krijgen een kikkersnoepje en een sticker of ze mogen allemaal een week het polsbandje dragen.

Het gaat natuurlijk om de eer, maar kies daarnaast een leuke ceremonie die de kinderen aanspreekt. Sommige groepjes vinden het een beloning als ze een extra werkblad rekenen krijgen, andere vinden het leuk om samen een grote tekening te maken of te vertellen hoe het komt dat ze het zo gezellig hebben met elkaar. Je weet als leerkracht wel met welk simpel gebaar ze blij zijn.

In het groepje leren de kinderen elkaar te helpen, maar ook te wijzen op ongewenst gedrag. Hierdoor worden ze zowel verantwoordelijk voor hun eigen gedrag als dat van de groepsgenoten.

Als het een prima week was, beloon je de kinderen weer met een gezellig half uurtje met limonade en wat lekkers. Besteed aandacht aan de sfeer in de klas en praat er open over met de leerlingen.

Blijf altijd positief en laat zien dat je vertrouwen hebt in hun nieuwe positieve houding.

Vraag de kinderen ook eens welke kaart uit het kwartet zij zelf zouden kiezen. Hang die op en bespreek wat iedereen kan doen om extra op dit gedrag te letten. Na een aantal weken kun je desnoods het halfuurtje op vrijdagmiddag verschuiven naar een maandagochtend waar je de kinderen een film (zie suggesties op bladzijde 7) laat zien over pestgedrag. Neem daarna altijd ruim de tijd om erover te praten!

Heel veel succes met deze simpele maar effectieve aanpak! Vragen? Je kunt altijd mailen naar info@decoolekikker.nl. Ga daarvoor naar www.decoolekikker.nl. Je krijgt snel antwoord.

Films over pesten en plagen

Op <http://pestvrij.kwintessens.nl/filmpjes/> staan veel goede korte filmpjes van ongeveer 6 minuten over diverse soorten van pesten. Deze zijn erg geschikt als discussiefilm!

Bully (2013)

Documentaire. Iedereen heeft te maken gehad met pesten. In Bully wordt een aantal kinderen gedurende het schooljaar gevolgd om alle kanten van het pesten te belichten.

Duur: 55 minuten

Doelgroep: bovenbouw van PO

Tot 31 december 2015 te bekijken op

www.uitzendinggemist.nl/afleveringen/1323878

Verkrijgbaar op dvd in de winkel of via

www.amazon.com

Bluebird (2009)

Bluebird vertelt het verhaal van brugklasser Merel, die van de ene op de andere dag het slachtoffer wordt van pestende medeleerlingen. Het meisje verandert van een vrolijke tiener in een in zichzelf gekeerd kind.

Duur: 90 minuten.

Doelgroep: bovenbouw PO, eerste klassen VO

Verkrijgbaar bij www.bol.com/nl/p/bluebird/1002004000118838/

Het geheim van Bram (2012)

Bram is een vrolijke jongen van 7 jaar die het zwaar heeft op school. De film volgt hem van de basisschool tot zijn tweede jaar op de middelbare school. We zien hoe hij met zijn plaaggeesten worstelt en het niemand durft te vertellen, behalve zijn goede en enige vriendinnetje. Bram wordt mentaal en fysiek geplaagd, gepest en kapot gemaakt. De pesterijen escaleren als ze Bram, die op weg naar huis is achtervolgen. Hij vlucht het bos in om hen af te schudden maar tevergeefs. Een tragische wending van het verhaal geeft het einde een indrukwekkende ontknopning.

Duur: 11 minuten

Doelgroep: bovenbouw PO en onderbouw VO
www.hetgeheimvanbram.nl/

Hoe Nikita een paard kreeg (2007)

Speelse documentaire over een Amsterdams meisje dat op de basisschool vreselijk gepest werd. Een paard bracht de ommekeer in haar leven.

Duur: 23 minuten.

Doelgroep: bovenbouw PO en onderbouw VO.

De documentaire staat op de dubbel-dvd 'Echt gebeurd' met 15 jeugddocumentaires van Villa Achterwerk en is te koop bij de VPRO.

<http://winkel.vpro.nl/Echt-gebeurd>

Mierenmepper / The Ant Bully (2007)

Lucas is het meest gepeste jongetje van de school. Hij reageert zijn af op de dichtstbijzijnde mierenhoop. Het pletten van mieren komt hem echter duur te staan, want mientovenaar Zoc zorgt er voor dat Lucas net zo klein wordt als een mier. In de film leert de kleine Lucas, dankzij een mierenkolonie, over tolerantie, vriendschap en verantwoordelijkheid. Een lesje voor de kleinsten over de insectenwereld.

Duur: 85 minuten

Doelgroep: PO, 5-8 jaar

www.bol.com/nl/p/mierenmepper-de/1002004004810690/

Boeken over pesten en plagen

Geef hier die bal!

John van Aalst

Carlo en Rik zijn aan het voetballen. Ze spelen met Kiki en Roel. Opeens komen er drie jongens aan. De grootste jongen wijst naar de bal: 'Is die bal van jullie?' 'Ja, die is van mij', zegt Roel kwaad. De jongen lacht gemeen. 'O ja? Geef die bal maar aan mij!'

Vanaf 6 jaar

ISBN-13: 978-90-206-8151-2

Pudding Tarzan

Ole Lund Kirkegaard

Olsen is een miezerig jongetje, de domste van de klas en de slechtste met gymnastiek. Iedereen vindt hem een slappe hap en noemt hem Pudding Tarzan. Maar... op een dag spuugt hij verder, leest hij beter, fietst hij harder en voetbalt hij slimmer dan alle andere jongens. Die dag lijkt hij de echte Tarzan wel.

Vanaf 7 jaar

ISBN-13: 978-90-000-3493-2

Het Coole Kikker boek

+ het sociale vaardigheden kwartet spel

Anne Kooijman

Bij het Coole Kikker kwartet spel worden allerlei situaties beschreven om kinderen te leren goed voor zichzelf en voor anderen op te komen maar zich ook niet op de kast te laten jagen door plagen of pesten.

Vanaf 8/9 jaar

ISBN-13: 978-90-812473-2-0

Klapzoenen en valsspelers

Carry Slee

Groep zes van de Grote Beerschool doet onder leiding van meester Karel mee aan het schoolvoetbaltoernooi. Maar het elftal van De Poortwachter zit hen op allerlei manieren dwars.

Vanaf 9 jaar

ISBN-13: 978-90-499-2265-8

Online!

Iris Boter

Ilze wordt op haar nieuwe school gepest. Ze leert via internet een vriendin kennen bij wie ze al haar problemen kwijt kan. Maar wie is eigenlijk die internetvriendin?

Vanaf 10 jaar

ISBN-13: 978-90-239-9184-7

Kindertelefoon-tips

Carry Slee

Wat doe je als je een geheim hebt waar je met niemand over durft te praten? Kelly rijdt op de fiets naar school. Ze veegt haar gezicht af. Niemand hoeft te zien dat ze heeft gehuild. Ze mogen het niet weten, zelfs haar vriendinnen durft ze het niet te vertellen, want ze schaamt zich. Zo begint het korte verhaal dat Carry Slee schreef voor De Kindertelefoon. Kelly is niet de enige met een geheim. In dit boek geeft Carry tips en wijze raad hoe je goed gebruik kunt maken van websites, forums en MSN als je een probleem hebt.

Vanaf 10 jaar

ISBN-13: 978-90-499-2243-6

Big

Mireille Geus

Lizzy is niet als andere kinderen. Ze gaat naar een speciale school. In de buurt hoort ze er niet bij. Maar dan verschijnt het nieuwe meisje Big. Er ontstaat een vriendschap waarin Big het voor het zeggen heeft en Lizzy gedwongen wordt dingen te doen die ze eigenlijk niet wil. Totdat de boel escaleert - dan vindt Lizzy eindelijk een manier om 'nee' te zeggen.

Vanaf 11 jaar

ISBN-13: 978-90-563-7736-6

Het Coole Kikker Blad

Naam

Wil jij een vet Coole Kikker zijn?

Waarom?

Je bent een Coole Kikker als je

Wanneer ben je geen Coole Kikker?

In de klas gedraagt een Coole Kikker zich

Op het schoolplein is het leuker als



