

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN	
<b>SEO</b>						
<b>Besef van jezelf</b>	<b>Gevoelens</b>		De leerling uit verbaal en non-verbaal gevoelens.			
			De leerling herkent eigen primaire gevoelens (blij, boos, bang, verdrietig) en begrijpt hoe deze zijn ontstaan.			
			De leerling gebruikt eigen gevoelens als aanwijzing voor hoe te reageren.			
			De leerling begrijpt hoe de eigen reactie op gevoelens afhangt van het soort gevoel (fijn / naar / eenvoudig / complex /sterk).			
	<b>Kwaliteiten</b>		De leerling is zich bewust van wat hij wel en niet goed kan.			
			De leerling geeft aan wat hij nodig heeft.			
	<b>Beeld van mezelf</b>		De leerling herkent zichzelf en kan zichzelf beschrijven met een paar steekwoorden.			
			De leerling is zich bewust van wat hij wel en niet leuk vindt.			
			De leerling is zich er van bewust dat hij verschilt van anderen qua uiterlijk, mogelijkheden, smaak etc.			
			De leerling kan trots op zichzelf of diens prestaties zijn.			
	<b>Zelfmanagement</b>	<b>Gevoelens hanteren</b>		De leerling legt eigen basale gevoelens uit aan anderen.		
				De leerling reguleert gevoelens op basaal niveau en zet ze om naar een constructieve reactie.		
			De leerling reageert passend op verbale en non-verbale gevoelens van anderen.			
			De leerling snapt de relatie tussen een gebeurtenis, het gevoel en het gedrag van zichzelf.			
			De leerling hanteert gedragsmatige strategieën om om te gaan met stress (weggaan of hulp vragen).			
<b>Impulscontrole</b>			De leerling gaat in simpele gevallen om met een (onverwachte) situatie door eerst na te denken en dan te doen.			
<b>Doelgericht gedrag</b>			De leerling concentreert zich in simpele omstandigheden voor een korte tijd op het uitvoeren van een spel of taak.			
			De leerling past waar mogelijk simpele strategieën toe om afleiding te beperken (bijv. deur dicht doen).			
			De leerling vraagt hulp aan anderen en helpt anderen om geconcentreerd een spel en/of taak uit te voeren.			
<b>Besef van de ander</b>		<b>Inlevingsvermogen</b>		De leerling herkent gevoelens bij anderen.		
			De leerling is zich bewust van behoeften van anderen.			
			De leerling herkent de basale gevoelens die bepaalde situaties bij anderen oproepen.			
			De leerling houdt op simpele manieren rekening met gevoelens van anderen.			
	<b>Individu en groep</b>		De leerling herkent verschillen en overeenkomsten tussen mensen.			
			De leerling herkent op een basaal niveau dat mensen deel uitmaken van verschillende groepen (ouderen, jongeren, boeren, zwemlesgroep).			
			De leerling begrijpt op basaal niveau dat mensen in een groep van elkaar afhankelijk zijn (vb in de klas).			
	<b>Gedrag inschatten van de ander</b>		De leerling herkent of gedrag van een ander per ongeluk of expres plaats vindt.			
			De leerling begrijpt waarom de ander bepaald basaal gedrag laat zien.			
			De leerling laat zien wat hij aan een onveilige situatie kan doen.			
<b>Relatievaardigheden</b>	<b>Omgaan met elkaar</b>		De leerling geeft en ontvangt complimenten.			
			De leerling drukt zich voor anderen begrijpelijk uit.			

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
SEO					
		<b>Omgaan met elkaar</b>	De leerling herkent verschillen en overeenkomsten tussen verschillende kinderen.		
			De leerling is aardig voor een ander (basaal op elkaar letten en positief reageren).		
			De leerling gaat relaties aan.		
			De leerling gaat in op een vraag om hulp van anderen.		
			De leerling houdt rekening met anderen.		
			De leerling wacht op de beurt.		
			De leerling deelt eigen spullen.		
			De leerling neemt op basaal niveau verantwoordelijkheid in het groepsproces.		
		<b>Samenwerken</b>	De leerling is tevreden met niet altijd zijn of haar zin krijgen tijdens het samen spelen.		
			De leerling luistert naar anderen.		
			De leerling reageert adequaat op wat een ander zegt.		
			De leerling maakt duidelijk naar een ander wat hij wel en niet wil en waarom.		
		<b>Omgaan met sociale druk</b>	De leerling gaat om met de regels die in een groep gelden.		
			De leerling is zich bewust van verhoudingen in een groep en gaat hiermee om.		
			De leerling herkent de eigen sociale rol in de groep.		
		<b>Conflicten hanteren</b>	De leerling heeft op basaal niveau inzicht in de oorzaken en gevolgen van conflictsituaties.		
			De leerling zegt sorry na een ruzie.		
	<b>Verantwoorde keuzes maken</b>	<b>Weloverwogen kiezen</b>	De leerling verzamelt informatie die nodig is om een keuze te maken.		
			De leerling kiest tussen twee mogelijkheden waarbij hij in gedachte of hardop: <ul style="list-style-type: none"> <li>• benoemt welke keuze gemaakt moet worden;</li> <li>• bedenkt wat het gevolg is van de ene en de andere keuze;</li> </ul>		
			De leerling is zich op basaal niveau bewust van de gevolgen van een keuze op korte en/of lange termijn		
		<b>Verantwoordelijkheid nemen</b>	De leerling heeft op basaal niveau inzicht in wat makkelijke en moeilijke situaties zijn.		
			De leerling is zich bewust van het eigen gedrag in moeilijke situaties.		
			De leerling is zich er bewust van dat het eigen gedrag de oorzaak kan zijn van een moeilijke situatie.		
			De leerling is zich op basaal niveau bewust van welke oplossingen er binnen in en buiten zichzelf zijn voor een moeilijke situatie.		
			De leerling vertoont in een deel van de moeilijke situaties helpend gedrag.		

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
<b>VOEDING</b>					
	<b>Voeding en gezondheid</b>	<b>Voeding en groei</b>	Samen onderzoeken wat het verschil is tussen eten om gezond van te groeien en eten om van te snoepen/snacken		
			Samen verkennen op welke momenten (van de dag) je eet en drinkt..		
			Samen onderzoeken waarom het beter is om water te drinken dan dranken met veel suiker, en waarom het belangrijk is om genoeg (water) te drinken		
		<b>Functies van voeding</b>	Samen onderzoeken wat voedingsmiddelen zijn en welke voedingsmiddelen bijdragen aan de gezondheid.		
			Samen de Schijf van Vijf verkennen en de hoofdgroepen benoemen.		
			Samen het verband tussen eten, drinken en (gezond) groeien onderzoeken.		
		<b>Voeding en lichaamsgewicht</b>	-		
	<b>Voedselkwaliteit</b>	<b>Eten en duurzaamheid</b>	-		
		<b>Voedselveiligheid</b>	Ervaren dat je handen moet wassen voordat je gaat eten.		
			Samen onderzoeken wat voor eten er in de koelkast moet worden bewaard en wat niet.		
			Samen ontdekken waarom het belangrijk is om groente en fruit schoon te maken voordat je het opeet.		
			Samen verkennen wat voor risico's er in de keuken zijn en deze op hoofdlijnen benoemen.		
		<b>Voedselproductie en bewerking</b>	Samen ontdekken hoe planten en gewassen in de schooltuin groeien, door te kijken en te voelen.		
			Herkennen welke producten uit de Schijf van Vijf van planten afkomstig zijn, zoals groenten, fruit en brood.		
	<b>Etiketten</b>	Samen onderzoeken wat een etiket is en hoe je aan de hand daarvan kan herkennen of een product in de koelkast moet worden bewaard of niet.			
	<b>Eten kopen bereiden beleven</b>	<b>Eetgewoonten</b>	Samen onderzoeken op welke momenten (van de dag) je eet. Benoemen wat je graag en minder graag eet.		
		<b>Voedsel kopen</b>	-		
		<b>Vergelijkend warenonderzoek</b>	Samen onderzoeken dat er verschillende soorten winkels zijn en verkennen welke producten daar verkocht worden.		
		<b>Eten bereiden</b>	Samen eenvoudige bereidingstechnieken, zoals snijden, kneden en zeven verkennen en deze spelenderwijze uitvoeren.		
		<b>Sociale aspecten van eten</b>	Ervaren dat je plezier kan beleven aan samen (aan tafel) eten met anderen.		
			Verschillende geuren en smaken onderzoeken, herkennen en benoemen.		
		<b>Culturele aspecten van eten</b>	Samen onderzoeken welke verschillen er zijn als het gaat om eet- en drinkgewoonten en tafelmanieren, thuis en bij anderen.		
	Samen verkennen dat er speciale gelegenheden zijn waarbij speciaal voedsel wordt gegeten.				

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
<b>FYSIEK ACTIEF</b>					
	<b>Op de leer-/werkplek</b>		Zitten, staan en lopen (wandelen) in een gezonde lichaamshouding Uit mezelf actief deelnemen aan tussentijdse beweegmomenten in het klaslokaal		
	<b>Tijdens de pauze</b>		Actief spelen op het speelplein en in het speellokaal en daarbij rekening houden met andere kinderen		
	<b>Bij bewegingsonderwijs</b>		Uit mezelf actief meedoen aan speel- en bewegingsactiviteiten		
	<b>Bij transport</b>		Onder begeleiding fietsen en lopen naar school		
	<b>In vrije tijd</b>		Deelnemen aan beweegactiviteiten in de vrije tijd, zoals buiten spelen, zwemmen en kleutergym		

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
<b>PERSOONLIJKE VEROZRGING</b>					
	<b>Lichaamshygiëne</b>	<b>Je lichaam leren kennen</b>	Verschillende lichaamsdelen benoemen		
		<b>Je lichaam verzorgen</b>	Mijn eigen lichaam verzorgen Uitleggen hoe ik moet afvegen bij toiletgebruik (verschil jongens/meisjes) Uitleggen hoe ik hoofdluis kan krijgen en wat ik kan doen om het te voorkomen		
		<b>Je handen verzorgen</b>	Handen wassen voor het eten, na toiletgebruik, na buiten spelen of als ze zichtbaar vies zijn		
	<b>Je huid</b>	<b>Je huid verzorgen en beschermen</b>	Beschrijven hoe ik mijn huid kan beschermen tegen de zon		
		<b>Je huid verfraaien</b>	-		
	<b>Je zintuigen</b>	<b>Je oren beschermen</b>	Kenmerken van geluid beschrijven Beschrijven welke maatregelen ik kan nemen bij hard geluid (zoals vingers in de oren, afstand houden)		
		<b>Je ogen beschermen</b>	-		
		<b>Je oren en ogen als zintuig</b>	Functies van het oor beschrijven		
	<b>Je mond en gebit</b>	<b>Je mond en gebit verzorgen en beschermen</b>	Beschrijven hoe mijn gebit is opgebouwd Uitleggen dat het belangrijk is om ten minste twee keer per dag twee minuten mijn tanden te poetsen Beschrijven dat het aantal eetmomenten en het soort eten invloed heeft op de gezondheid van mijn gebit		

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
<b>RELATIES EN SEKSUALITEIT</b>					
	<b>Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld</b>	<b>Lichamelijke ontwikkeling</b>	Lichaamsdelen beschrijven, inclusief geslachtsdelen		
			Verschillen en overeenkomsten beschrijven tussen jongens en meisjes, inclusief geslachtsdelen		
			Verschillen beschrijven in de lichamelijke ontwikkeling van mensen		
		<b>Zelfbeeld</b>	Beschrijven dat ik een jongen / meisje ben		
			Beschrijven dat iedereen uniek is en dat ik trots maga zijn op mezelf		
			Onderlinge verschillen tussen mensen respecteren		
			Beschrijven dat jongens en meisjes gelijkwaardig zijn		
		<b>Intieme relaties</b>	<b>Soorten relaties</b>	Verschillende soorten relaties beschrijven	
	Beschrijven dat relaties gemengd kunnen zijn qua cultuur en religie				
	<b>Relatievorming</b>		De betekenis en het belang van vriendschap beschrijven		
			Beschrijven dat je vrienden kunt zijn met iemand van het eigen en het andere geslacht		
			Vriendschappen aangaan en onderhouden		
	<b>Voortplanting, gezinsvorming en anticonceptie</b>		<b>Voortplanting en gezinsvorming</b>	Beschrijven hoe een baby in de buik komt en in de buik groeit en hoe een baby wordt geboren	
		Verschillende gezinssamenstellingen beschrijven			
<b>Anticonceptie</b>		-			
<b>Seksualiteit</b>	<b>Seksualiteit</b>	Verschillende manieren benoemen om uiting te geven aan affectie en liefde			
	<b>Seksuele gezondheid en welzijn</b>	Beschrijven dat ik onprettige aanrakingen mag weigeren			
		Beschrijven dat iedereen eigen wensen en grenzen heeft			
		Beschrijven dat er verschillende regels zijn rondom bloot zijn en het aanraken van geslachtsdelen en dat deze per situatie kunnen verschillen			
		Situaties benoemen waarin sprake kan zijn van niet pluis gevoelens			
		Beschrijven bij wie ik hulp kan vragen			

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
<b>VEILIGHEID</b>					
	<b>Fysieke veiligheid</b>	<b>Risico's inschatten</b>	Plekken beschrijven waar ik veilig kan spelen		
		<b>Preventie</b>	Plekken kiezen waar ik veilig kan spelen		
			Veilig vallen		
			Instructies opvolgen om veiligheid te vergroten		
		<b>EHBO/Behandeling</b>	Hulp vragen en hulp halen		
	<b>Veiligheid in het verkeer</b>	<b>Je veilig gedragen als passagier</b>	Uitleggen dat mijn gedrag als passagier van invloed is op mijn veiligheid en die van de bestuurder van het vervoermiddel		
			Beschrijven hoe ik veilig in of op het vervoermiddel zit en welke beveiligingsmiddelen er voor zijn		
			De afspraken toepassen die gelden als passagier in de auto en op de fiets		
			Mij veilig gedragen als passagier in de auto en op de fiets		
			Zelf mijn beveiligingsmiddel(en) vastmaken of laten vastmaken		
		<b>Je veilig gedragen als voetganger</b>	Uitleggen wanneer ik voetganger ben en welke veiligheidsafspraken dan voor mij belangrijk zijn		
			Mij veilig gedragen als voetganger, ook in een groep		
			De afspraken beschrijven die horen bij veilig spelen in mijn omgeving		
			Uitleggen hoe ik veilig kan lopen en oversteken		
			Enkele verkeerstekens en –borden beschrijven die voor mij relevant zijn		
			Veiligheidsafspraken toepassen zoals ze onder begeleiding op de weg lopen en oversteken (ook in een groep) en veilig spelen		
		<b>Je veilig gedragen als fietser</b>	Uitleggen waarom veiligheidsafspraken belangrijk zijn		
			Uitleggen wat het nut is van verkeersborden en –regels en uitleggen wat veel voorkomende verkeerstekens en –borden betekenen		
			Enkele onderdelen van mijn fiets beschrijven		
			Veiligheidsafspraken beschrijven die gelden als ik fiets		
			Veiligheidsafspraken toepassen als ik (onder begeleiding) op de weg fiets		
			Veiligheidsafspraken toepassen die horen bij het fietsen		