



De Dag van het Geluk

Doelen:

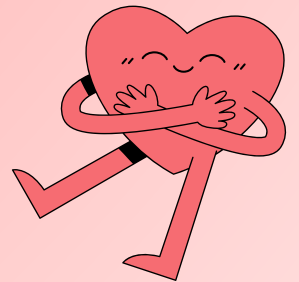
- *Leerlingen begrijpen wat geluk is en hoe het invloed heeft op ons welzijn.*
- *Leerlingen herkennen de rol van een groeimindset in geluk en persoonlijke groei.*
- *Leerlingen leren hoe ze zelf en anderen kunnen helpen om gelukkiger te zijn.*
- *Leerlingen passen strategieën toe om positieve gedachten en doorzettingsvermogen te ontwikkelen.*

Duur: 45-60 minuten

Kernvaardigheden: Reflecteren, samenwerken, positieve mindset ontwikkelen

Benodigheden:

- **Algemene benodigheden (voor alle groepen):**
 - Digibord of laptop + beamer (voor video, plaatjes of uitleg)
 - Whiteboard of groot vel papier (voor klassikale reflecties)
 - Stiften of krijt (voor opschrijven van ideeën)
- **Specifieke materialen per groep**
 - Groep 3-4: Geluk-exploratie (tekenen & vertellen)
 - Kleurpotloden/stiften
 - Tekenpapier
 - Eventueel gelukskaartjes met eenvoudige vragen zoals: Wat maakt je blij? Wat doe je als iets moeilijk is?
 - Groep 5-6: Geluksboom (individueel & klassikaal)
 - Groot vel papier of prikbord (voor de "Geluksboom")
 - Kleine blaadjes (voor leerlingen om op te schrijven)
 - Punaises of plakgum (om de blaadjes op te hangen)
 - Groep 7-8: Geluk & Groei Challenge (samenwerken & reflecteren)
 - Pen en papier (voor brainstorm & challenge)
 - Groot vel papier of karton (voor "Geluk & Groei" poster)
 - Eventueel opname-apparaat/tablet (voor mini-podcast of video-opties)





De Dag van het Geluk

Introductie (10 min) - Wat is geluk?

- Start met een vraag: Wat maakt jou gelukkig?
- Gebruik een korte [video](#) (groep 3-4) of verhaal (groep 5-8 | zie bijlage)
- Bespreek: Wat heeft geluk met leren en groeien te maken? Introduceer het begrip [groeimindset](#) (fouten maken mag, oefenen helpt, talenten ontwikkelen).

Kern (25 min) - Differentiatie per niveau

De kernopdracht kan worden aangepast aan het niveau van de leerlingen. Kies een of meerdere werkvormen:

Groep 3-4: Het Ontdekken van Geluk (tekenen & vertellen)

- Opdracht: Teken een moment waarop je heel gelukkig was. Wat deed je? Hoe voelde het?
- Bespreking: Wat als iets niet meteen lukt? Hoe helpt doorzetten en positief denken bij geluk?

Groep 5-6: Geluksboom (individueel & klassikaal)

- Opdracht: Elke leerling schrijft op een blad een situatie waarin ze een groeimindset hebben toegepast (bijv. "Ik gaf niet op bij moeilijke rekensommen").
- Klassenactiviteit: Hang de blaadjes in een "Geluksboom" (muur of prikbord).
- Reflectie: Bespreek hoe mislukkingen soms bijdragen aan later geluk.

Groep 7-8: Geluk & Groei Challenge (samenwerken & reflecteren)

- Opdracht: Leerlingen werken in tweetallen en bedenken één manier waarop ze anderen gelukkiger kunnen maken én één manier waarop ze zichzelf kunnen helpen met een [groeimindset](#).
- Presentatie: Deel ideeën in de klas en maak een "Geluk & Groei" poster met tips voor iedereen.

Afsluiting (10-15 min) - Terugkoppeling & Actieplan

- Reflectievraag: Wat is één ding dat je vanaf vandaag gaat doen om je gelukkiger te voelen?
- Actiekaart: Laat elke leerling een "gelukstip" opschrijven en uitwisselen met een klasgenoot.
- Afsluiting: Herinner leerlingen eraan dat geluk en groei bij iedereen anders werkt, maar dat een positieve mindset altijd helpt.

Extra Differentiatie & Verdieping

- Voor snelle of oudere leerlingen: Onderzoek waarom sommige landen gelukkiger zijn dan andere. Wat kunnen we daarvan leren?
- Voor leerlingen die extra ondersteuning nodig hebben: Gebruik pictogrammen of concrete voorbeelden om groeimindset te verduidelijken ([zie ook website posters](#)).
- Voor creatievelingen: Laat leerlingen een mini-podcast of stripverhaal maken over geluk & doorzettingsvermogen.



De Dag van het Geluk

Het Gelukssteentje



Op een zonnige ochtend liep Max door het bos. Hij had gehoord dat er ergens een geheimzinnig Gelukssteentje lag, en wie het vond, zou voor altijd gelukkig zijn. Max wilde dat steentje dolgraag vinden, want soms voelde hij zich onzeker als dingen niet meteen lukten.

Met een rugzak vol eten en een vergrootglas begon hij zijn zoektocht. Hij keek onder boomwortels, tussen de struiken en bij het kabbelende beekje. Uren gingen voorbij, maar het Gelukssteentje vond hij niet. Hij zuchtte diep.

Net toen hij op wilde geven, kwam een oud vrouwtje met een kromme rug en een warme glimlach voorbij. "Wat zoek je, jongen?" vroeg ze.

"Ik zoek het Gelukssteentje," zei Max. "Dan ben ik voor altijd gelukkig."

Het vrouwtje lachte. "Ah, maar geluk vind je niet in een steentje. Geluk zit in de dingen die je doet."

Max fronste. "Maar hoe weet ik dan wat me gelukkig maakt?"

Het vrouwtje keek hem vriendelijk aan. "Denk eens terug aan vandaag. Wanneer voelde je je blij?"

Max dacht na. Hij had genoten van het zonlicht door de bladeren, van de vogels die zongen en van de kleine kikkers bij de beek. En eigenlijk... had hij het best leuk gevonden om de zoektocht te doen.

Hij glimlachte. Misschien had het vrouwtje gelijk. Misschien was geluk niet iets wat je vond, maar iets wat je ervaarde door nieuwsgierig te blijven, door te genieten van kleine dingen en door niet op te geven.

Hij keek nog eens in zijn hand, waar hij een gladde steen oppakte uit het gras. Geen magisch Gelukssteentje, maar een mooie herinnering aan een avontuur.

"Dank u," zei Max tegen het vrouwtje, maar ze was al verdwenen.

En toen begreep hij het echt: geluk was er al die tijd al geweest.