



Mandala uit de natuur



Groep
1 t/m 8



Vorbereidingstijd
5 minuten



Lestijd
30 minuten

Lesdoel

- De leerlingen oefenen met samenwerken door samen een mandala te maken met natuurlijke materialen

Kerdoelen

54 De leerlingen leren beelden, muziek, taal, spel en beweging te gebruiken, om er gevoelens en ervaringen mee uit te drukken en om er mee te communiceren.

55 De leerlingen leren op eigen werk en dat van anderen te reflecteren.

Wat heb je nodig?

- Voorbeelden van mandala's (zie bijlage) op het bord klaarzetten.

Vorbereiding

Kies een plek uit op het plein waar een natuurlijke mandala gemaakt kan worden. Lees deze lesbrieven door en kies vooraf welke opdracht het beste bij jouw groep past: gestuurd of een meer vrije opdracht.

Inleiding

Vertel de leerlingen dat jullie met de hele klas buiten één mandala gaan maken met materialen uit de natuur. Laat de voorbeeldafbeeldingen van mandala's uit bijlage 1 zien en vraag de leerlingen wat overeenkomsten zijn tussen de afbeeldingen: een mandala is opgebouwd rond één centraal punt. Veel mandala's zijn symmetrisch (alhoewel dat niet altijd zo is).

Maak met de groep afspraken over of je wel of niet materialen mag plukken. Een goede vuistregel kan zijn: als er ergens meer dan 100 van zijn (bijvoorbeeld grassprietjes), mag je voor deze mandala wat plukken. Je kunt ook afspreken om alleen natuurlijke materialen te gebruiken die op de grond liggen.

Wist je dat?

'Mandala' in het Sanskriet (een oude, klassieke taal van India) cirkel of magische kring betekent? In het hindoeïsme en boeddhisme staat het symbool voor het universum, harmonie en de oneindigheid van het leven. Vandaag de dag worden mandala's in het westen vaak gebruikt ter meditatie en ontspanning, bijvoorbeeld om te kleuren. Omdat je op steeds één punt tegelijk kunt focussen, schijnt het te helpen met concentreren en stress te verminderen.

Aan de slag

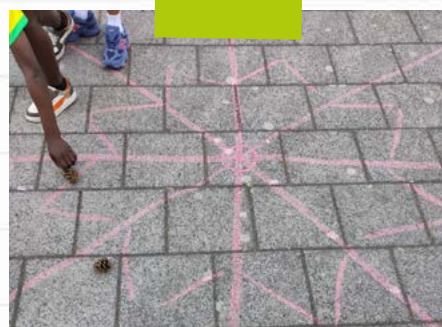
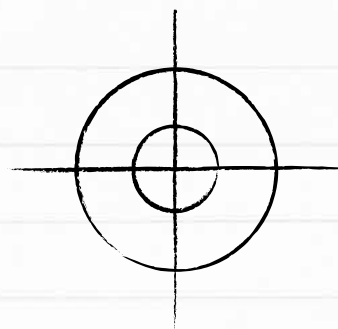
Ga met de klas naar buiten en laat ze aan de slag gaan met het maken van de mandala. Kies hiervoor een plek uit waar, gedurende de les, geen andere kinderen spelen, zoals een rustig hoekje van het plein. Je kunt het maken van de mandala in meer of mindere mate sturen. Minder gestuurde mandala-opdrachten zijn geschikter voor de midden- of bovenbouw, wanneer je de groepsdynamiek wilt observeren: hoe pakt de klas het aan? Wie neemt de leiding? Meer gestuurde mandala-opdrachten zijn geschikter voor de onderbouw, of als de groepsdynamiek nog onzeker is en de groep sturing nodig heeft. In alle gevallen werkt de hele klas samen aan één mandala.

Gestuurd:

- Teken met stoepkrijt of met een takje in het zand de randen van de mandala zoals hiernaast op de afbeelding. Verdeel de cirkels nog in taartpunten en laat de leerlingen de vakken vullen met natuurlijke materialen.
- Verdeel de klas in groepjes en laat ieder groepje op zoek gaan naar een specifiek materiaal (takjes, steentjes, gras enz.).

Vrij:

- Geef alleen aan waar het middelpunt van de mandala dient te komen. De vorm van de mandala en wie welk materiaal verzamelt, is vrij.
- Wijs een aantal groepsleiders aan die de andere leerlingen aansturen. Zij kunnen andere leerlingen vragen om een specifiek materiaal te zoeken, zoals takken, blaadjes, houtsnippers of gras.



Reflectie

Bewonder jullie mandala en laat een aantal kinderen aan het woord om te vertellen wat ze van het eindresultaat vinden. Bespreek ook hoe het samenwerken is gegaan. Had iedereen een fijne rol? Kon iedereen zeggen wat hij/zij vond? Hoe zou je dit een volgende keer kunnen aangeven of vragen?

Maak een foto van de mandala en leg uit dat een natuurkunstwerk, zoals deze mandala, niet voor altijd hier kan blijven liggen. Door de wind, spelende kinderen of misschien zelfs dieren zal de mandala verdwijnen. De foto is een mooi aandenken! Print deze uit en hang 'm op in de klas.





Geveltuintje



Groep
1 t/m 8



Vorbereidingstijd
60 minuten



Lestijd
60 minuten

Lesdoel

- De leerlingen leren wat een geveltuintje is en welke positieve effecten een geveltuintje heeft.
- De leerlingen oefenen met samenwerken door een geveltuintje aan te leggen.
- De leerlingen leren zorg te dragen voor hun omgeving door het geveltuintje te verzorgen.

Kerdoelen

- 39** De leerlingen leren met zorg om te gaan met het milieu

Wat heb je nodig?



- 10 schepjes
- Stoepkrijt
- Schroevendraaier of iets anders om de tegels mee te 'wippen'.
- Tuinaarde of potgrond (liefst turfrij)
- Plantjes, bijvoorbeeld [\(biologische\) bloembollen](#) of een [Tuiny Gevel-pakket](#)
- Gieters met water
- Bezems
- Emmers

Waarom een geveltuintje?

Een geveltuintje aanleggen met de klas tijdens de Gouden Weken versterkt de groepsvorming omdat leerlingen samen aan één doel werken. Ze moeten overleggen, taken verdelen en elkaar helpen. Dit stimuleert samenwerking en communicatie. In een schooltuin laten leerlingen vaker sociaal gedrag zien, zoals samenwerken en rekening houden met anderen. Ook leren ze verantwoordelijkheid nemen voor planten en voor elkaar. Dit vergroot hun betrokkenheid en zelfvertrouwen. Door samen buiten te werken, ontstaan positieve ervaringen en meer onderlinge contacten. Dat versterkt de band in de groep. Een tuinproject zorgt zo voor meer saamhorigheid en een betere sfeer in de klas.



Vorbereiding

- Bekijk alvast [dit filmpje](#) waarin IVN'er Rick uitlegt hoe je een geveltuintje aanlegt.
- Locatie: Bevindt het geveltuintje zich op grond van de gemeente, bijvoorbeeld aan de voorzijde van het gebouw op de stoep? Check dan bij de gemeente aan welke voorwaarden een geveltuintje moet voldoen (zie kader). Komt het geveltuintje op het plein te liggen? Check dan bij directie of de stichting welke plek hiervoor geschikt is.
- Financiën: vaak zijn er bij de gemeente initiatieven voor het aanleggen van geveltuintjes zoals een tegeltaxi, die tuinaarde levert en tegels weer meeneemt, of een financiële bijdrage voor beplanting. Je kunt ook kijken of je in aanmerking komt voor het [Postcode Loterij Buurtfonds](#).
- Vraag eventueel een hulpouder om te helpen met de voorbereidingen en op de plantdag zelf.

Vaak geldende voorwaarden voor een geveltuintje op de stoep:

- Loopruimte: er moet minimaal 1,5 meter tot 1,8 meter vrije stoep overblijven voor voetgangers, kinderwagens en rolstoelen.
- Breedte: De geveltuint mag vaak maximaal 1 tot 1,5 stoeptegels (ongeveer 30 tot 45 centimeter) breed zijn.
- Diepte: Voor de geveltuint mag niet dieper gegraven worden dan 30 tot 45 centimeter om kabels en leidingen in de grond te beschermen.

Vraag bij de gemeente naar voorwaarden die specifiek voor jouw gemeente gelden.

Inleiding

Vertel de klas dat zij een geveltuintje gaan aanleggen. Leg uit wat een geveltuintje is en laat het filmpje zien, zodat zij een beeld krijgen van wat een geveltuintje is en hoe het aanleggen ervan werkt. Vraag de leerlingen wat het effect van het aanleggen van een geveltuintje zou zijn. Denk aan: dieren kunnen er voedsel vinden en schuilen, het regenwater kan beter weglopen, het geeft schaduw (waardoor het binnen minder warm is) en het ziet er leuk uit!



Wat is een geveltuintje?

Een geveltuint is een smalle strook groen die tegen de gevel (de buitenmuur) van een huis of gebouw wordt aangelegd. Dit kan eenvoudig door een paar stoeptegels te verwijderen en plaats te maken voor planten of bloemen.



Aan de slag

Ga met de leerlingen naar buiten en maak afspraken over het aanleggen van de geveltuin. Maak bijvoorbeeld drietallen en geef ieder groepje een setje materialen.

Laat zien hoe je te werk gaat:

- Laat zien waar de aarde staat en waar het afgegraven zand naartoe mag (maak bijvoorbeeld één berg van het zand wat later afgevoerd kan worden of gebruikt kan worden om andere tegels op te hogen).
- Steek het schepje tussen de tegels en wip de tegel eruit. Haal de eerste tegel er zelf uit, de aangrenzende tegels gaan dan gemakkelijker. Geef met stoepkrijt aan welke tegels weg mogen.
- Schep het zand uit het vak in de emmer. In het filmpje hoeft er maar 5-10 centimeter uit, omdat er bloemen worden gezaaid. Bij planten en bloembollen mag er meer zand uit: 30 tot 40 centimeter.
- Haal wat aarde uit de zak potgrond of tuinaarde en stort dat in het gat.
- Plant het plantje of de bloembollen. Laat zien hoe diep je het gat graaft en geef duidelijke instructies mee over het aanplanten. Bloembollen moeten bijvoorbeeld met het puntje omhoog worden geplant en bij plantjes moeten de wortels helemaal in de grond zitten.
- Geef het geveltuintje water.

Laat de leerlingen dan aan de slag gaan met het aanplanten van het geveltuintje!

Tips:

- Voor jonge kinderen: bereid het geveltuintje voor door de tegels er van te voren uit te halen.
- Combineer groepen leerlingen: twee leerlingen uit groep 1/2 die samen met één leerling van groep 8 het geveltuintje aanleggen bijvoorbeeld.
- Vergroot de betrokkenheid van de leerlingen door hen zelf uit te laten zoeken welke planten er in het plantvak komen en een beplantingsplan te laten maken.
- Plusopdracht bovenbouw: koppel de les aan rekenen met inhoud! Hoeveel aarde heb je nodig voor een plantvak van een bepaalde diepte, breedte en lengte?

Reflectie

Maak een foto van hoe het geveltuintje er nu uit ziet. Bespreek met de leerlingen hoe zij voor hun geveltuintje kunnen zorgen. Wie geeft het water? Wie haalt er onkruid weg? Je kunt ook nog een ideeënbus neerzetten of

samen met de groep brainstormen over een naam voor het geveltuintje. Ga, gedurende het schooljaar, af en toe eens kijken bij het geveltuintje. Hoe gaat het er nu mee? Maak elk seizoen een foto en kijk hoe het groeit!

Onderhoudstips:

Geveltuintjes hebben wat vaker water nodig dan andere tuintjes. Dit komt doordat ze tegen een muur liggen en niet zoveel aarde hebben; het droogt dus relatief snel uit. Geef ook één keer per jaar extra voedingsstoffen (door de smalle valt er weinig organisch materiaal in het vak wat kan verteren). Gebruik hiervoor gedroogde koemest(korrels). Hoeveel heb je nodig voor een plantvak van een bepaalde diepte, breedte en lengte?



Regen maken



Groep
1 t/m 8



Vorbereidingstijd
geen



Lestijd
15 minuten

Lesdoel

- De leerlingen oefenen met samenwerken door de instructies van een spelleider op te volgen. Ze doen het geluid van een regenbui na.

Vorbereiding

Stem met collega's af wanneer je deze opdracht buiten uitvoert. Lees de introductie en pas de informatie eventueel aan naar het niveau van de leerlingen.

Inleiding

Ga met de klas naar buiten en vraag de leerlingen om één minuut stil te zijn. De leerlingen tellen op hun vingers (zonder te praten) hoeveel verschillende geluiden zij buiten horen. Vraag na afloop wat de klas heeft gehoord.

Vertel dan dat je met behulp van je óren ook het weer kunt voorspellen. Hoe? Vogels worden namelijk stil als het dreigt te gaan regenen. Ze hebben een soort 'zesde zintuig' en voelen het aan wanneer er regen aan komt. Waarschijnlijk heeft dat te maken met de verandering van

Kerdoelen

34 De leerlingen leren zorg te dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen.

43 De leerlingen leren hoe je weer en klimaat kunt beschrijven met behulp van temperatuur, neerslag en wind.

54 De leerlingen leren beelden, muziek, taal, spel en beweging te gebruiken, om er gevoelens en ervaringen mee uit te drukken en om er mee te communiceren.

luchtdruk: gaat die omlaag, dan is er storm op komst. Zingen tijdens een regenbui heeft niet zoveel zin, want dat hoor je niet goed. Daarnaast moeten ze snel op zoek naar een schuilplek: ze willen niet wegwaaien en hun verenpak houden ze het liefst droog. Eten is er tijdens een bui ook niet te vinden: insecten schuilen óók. Kortom, ze verstoppelen zich en houden hun snavel.

En? Wat is de voorspelling van de leerlingen, afhankelijk van wat ze net hebben gehoord? Gaat het regenen of blijft het droog?

Aan de slag

Vertel dan dat jullie nu natuurgeluiden na gaan maken. Specifieker gaan jullie samen een regenbui nadoen. Dat werkt als volgt. Ga in een kring staan en doe de bewegingen voor. Wie wordt aangekeken, doet de beweging na. Als iedereen de beweging doet, ga je door naar de volgende beweging.



Volg de volgende stappen:

1. De wind steekt op: wrijf zachtjes in je handen.
2. Het begint te miezeren:
knip in een rustig tempo in je vingers.
3. De bui zwelt aan:
trommel met je handen op je benen in een hoger tempo.
4. Het onweert: spring omhoog en land op je voeten of stamp hard met één been op de grond. Vraag, door te kijken, steeds maar een paar leerlingen om dit te doen en geef ze daarna weer het signaal van stap 3: trommelen op de benen.
5. Bouw nu de bui weer af: knip in de vingers.
6. Terug naar alleen wind: wrijf zachtjes in je handen.
7. Geef een stopsignaal door de handen omhoog te houden en geen geluid meer te maken.

TIP:

- Varieer met de geluiden. Je kunt ook klappen of stampen nog toevoegen als tussenstappen.
- Laat een paar leerlingen luisteren. Zijn vogels nog te horen boven het geluid uit?
- Bespreek de ervaringen van de leerlingen: wat vinden zij van een harde regenbui? Waar en wanneer hebben ze dat weleens meegemaakt?

Reflectie

Blik kort terug op het maken van de bui: was het voor iedereen duidelijk zonder woorden wat zij moesten doen? Hoe vonden ze de klank van het geheel; leek het op een echte regenbui? Wijs eventueel iemand anders aan als spelleider en laat een nieuwe bui tot leven komen.

TIP:

Laat de leerlingen een natuurorkest vormen! Laat hen op zoek gaan naar manieren om buiten muziek te maken. Denk bijvoorbeeld aan:

- Fluiten op een grasspriet of wilgenblad
- Sla een ritme door twee steentjes tegen elkaar te slaan
- Met takken trommelen op boomstammen of andere voorwerpen
- Fluiten op een eikeldopje of schelp
- Schud de zaaddozen van uitgebloeide bloemen.