



Memo

Rots en Water

St. PrimAH biedt de mogelijkheid om het Rots en Water programma in te zetten op scholen. De vakleerkracht lichamelijke oefening is opgeleid tot gecertificeerd Rots & Water trainer. De Eshoek dient jaarlijks een aanvraag in voor de groepen 6.

Het aanbod

De training bestaat uit 15 lessen van ca. 45 minuten en worden gegeven in de gymzaal. De groepsleerkracht levert van te voren aan wat zich 'afspeelt' in de groep. De groepsleerkracht is aanwezig tijdens de lessen. Hij/zij wordt betrokken bij de opdrachten en kan de leerlingen goed observeren.

Doelstelling

Het doel van het Rots en Water programma is het vergroten van de communicatie- en sociale vaardigheden en welzijn bij kinderen en het voorkomen en/of verminderen van sociale problemen zoals pesten, conflicten, uitsluiting en meeloopgedrag.

Wat is het?

Rots en Water is een weerbaarheidsprogramma voor kinderen en jongeren. Rots staat voor je krachtig voelen en opkomen voor jezelf. Water betekent soepel meebewegen in het contact met een ander en oog hebben voor elkaar. Binnen het programma leren kinderen op een speelse en actieve manier Rots en Water in balans te brengen.

Wat leer je bij Rots en Water?

Rotskwaliteiten, als:

- Meer vertrouwen krijgen in jezelf
- Jezelf laten zien en horen
- Voor jezelf opkomen
- Grenzen aangeven
- Staan voor je mening
- Jezelf beheersen als het even tegen zit
- Doelgericht zijn
- Omgaan met pesten en groepsdruk

Waterkwaliteiten, als:

- Aardig zijn en hulpvaardig
- Grenzen accepteren
- Denken aan een ander
- Je kunnen inleven in een ander
- Beter contact maken met kinderen
- Compromissen kunnen sluiten
- Samenwerken
- Flexibel zijn

Breed pedagogisch perspectief

Het Rots en Water programma kan worden beschouwd als een weerbaarheidsprogramma en antipestprogramma, maar dan één dat zich onderscheidt van andere programma's door zijn meervoudige doelstelling en het bredere pedagogische perspectief waarbinnen de training van weerbaarheid samen gaat met de ontwikkeling van positieve sociale vaardigheden. Weerbaarheid en sociale vaardigheden, Rots en Water, worden in balans gepresenteerd en getraind.

Psychofysieke methodiek

Psychofysiek werken betekent dat via een actieve, fysieke invalshoek positieve sociale vaardigheden worden aangeleerd. Al spelenderwijs en via fysieke oefening worden sociale-communicatie- en confrontatievaardigheden aangeleerd.

Spel en fysieke oefening worden voortdurend afgewisseld door momenten van zelfreflectie, kringgesprek en gecompleteerd door het maken van verwerkingsopdrachten.

Effecten van het Rots en Water programma

Het Rots en Water programma is juist zo effectief omdat het zich op een positieve manier richt:

- op en ondersteuning biedt in de sociaal-emotionele ontwikkeling van elk kind
- op het creëren van een veilig groepsproces dat preventief werkt en pestgedrag voorkomt
- op degene(n) die pestgedrag vertoont
- op het slachtoffer van pestgedrag
- op het mobiliseren van de vaak passief toekijkende omstanders

Het programma is verder zo effectief omdat het:

- gebruik maakt van de psychofysieke methodiek waarbij cognitieve leerprocessen worden gekoppeld aan fysieke ervaring
- op school een sfeer creëert van harmonie en respect
- zowel in klassenverband, als in groepsverband, als wel op individuele basis kan worden ingezet
- leerlingen aanspreekt vanwege het fysieke karakter
- schoolbreed kan worden ingezet
- de ouders bij het proces betreft
- een sterke transfer naar leefgebieden buiten de school zoals het sportveld, het uitgaansleven, het verkeer enz. mogelijk maakt