

Overzicht doelen BVO onderwijs

Algemene doelen

We willen de leerlingen (vanuit onze inspiratiebronnen en eigen ervaring) uitnodigen om nieuwe dingen te ontdekken en onderzoeken in hoe ze kunnen en willen omgaan met zichzelf en de wereld om hen heen.

Leerlingen:

- 1) worden uitgenodigd niets van wat de leerkracht zegt voor waar aan te nemen, maar het zelf te onderzoeken met een open en nieuwsgierige houding.
- 2) reflecteren op hun ervaringen, gedachten, gevoelens en meningen over de onderwerpen die in de les aan bod komen.
- 3) uiten hun ervaringen, gedachten, gevoelens en meningen over de onderwerpen die in de les aan bod komen, via diverse werkvormen.
- 4) oefenen om anderen met een open, niet-veroordelende houding tegemoet te treden.
- 5) luisteren naar elkaar.
- 6) stellen elkaar en de leerkracht vragen.
- 7) reageren met respect op de aangeboden stof, oefeningen en op elkaar.
- 8) zien verbindingen en verschillen met andere (religieuze) tradities.
- 9) weten dat Boeddha een leraar was en geen God. Ze maken kennis met zijn lessen, die welzijn voor jezelf en anderen als doel hebben.

Domein A – Aandacht en verstillig

We laten leerlingen onderzoeken en ervaren wat aandacht en verstillig met hen doet en wat het voor hen kan betekenen.

Leerlingen:

- 1) oefenen met rust en verstillig, in het hier en nu zijn;
- 2) verkennen, onderzoeken en ervaren wat aandacht en verstillig voor hen is;
- 3) oefenen met het richten van hun aandacht op één object en ervaren het effect daarvan;
- 4) oefenen met het vasthouden van hun aandacht door niet gelijk te reageren op allerlei prikkels. Ze ontdekken en ervaren het effect hiervan op zichzelf en hun omgeving;
- 5) onderzoeken wat er in henzelf omgaat en ontdekken dat dit invloed heeft op hun gedrag;
- 6) onderzoeken hoe ze bewustere keuzes kunnen maken in hun handelen.

Domein B – Innerlijke kwaliteiten en ethiek

We laten kinderen onderzoeken en ervaren wat het erkennen en cultiveren van positieve, helpende kwaliteiten in zichzelf en anderen kan bijdragen aan ieders welzijn.

Leerlingen:

- 1) onderzoeken en ervaren wat wijze manieren zijn om met zichzelf en anderen om te gaan in wat ze denken, zeggen en doen;
- 2) oefenen met het ontwikkelen van liefdevolle vriendelijkheid voor zichzelf en voor anderen;
- 3) oefenen met het zien van positieve kwaliteiten in zichzelf en anderen en leren deze waarderen;
- 4) onderzoeken of en hoe ze kunnen bijdragen aan het geluk of opheffen van ongemak van anderen;
- 5) onderzoeken wat het geluk of succes van een ander met henzelf kan doen;
- 6) onderzoeken en ervaren de betekenis van verschillende manieren van geven;
- 7) onderzoeken en ervaren de betekenis van vriendelijke en eerlijke spraak;
- 8) leren onderscheid te maken tussen medelijden en compassie;
- 9) oefenen dankbaarheid voor en tevredenheid met wat er is in hun leven;
- 10) onderzoeken wat helpend en wat niet-helpend is in de omgang met hun eigen emoties;
- 11) onderzoeken en oefenen met het omgaan met prettige en onprettige aspecten van het leven (mensen en situaties).

Domein C – Wijsheid en inzicht

We laten leerlingen onderzoeken en ervaren hoe ze verbonden zijn met de wereld om hen heen en de consequenties daarvan.

Leerlingen:

- 1) verkennen en onderzoeken de verbondenheid tussen henzelf en de wereld om hen heen;
- 2) onderzoeken hoe de dingen onderling afhankelijk van elkaar zijn;
- 3) onderzoeken de wisselwerking tussen hun spreken en handelen en hun omgeving;
- 4) verkennen en onderzoeken gebeurtenissen in hun leven. Ze onderzoeken of er zaken zijn die hetzelfde blijven, of dat alles steeds verandert en wat dit betekent in hun eigen leven;
- 5) onderzoeken en ervaren hoe je eigen blik je ervaringen kleurt;
- 6) verkennen en onderzoeken het gemak en ongemak in hun leven en of ze dit kunnen vermijden. Ze onderzoeken wat helpend en niet-helpend is in de omgang met gemak en ongemak in hun leven.