Docentenhandleiding

Wereld 2 Mens en gezondheid



Inhoudsopgave

[Inleiding 3](#_Toc169167756)

[Deel I De essentie en globale inhoud van de wereld 4](#_Toc169167757)

[1. Snapshot 4](#_Toc169167758)

[2. Leercirkel 4](#_Toc169167759)

[3. Kerndoelen, vakken, vaardigheden en leeropbrengsten 5](#_Toc169167760)

[4. Voorbereiding en planning 6](#_Toc169167761)

[Deel II Uitwerking en aanwijzingen per onderdeel 7](#_Toc169167762)

[1. Reisplan 7](#_Toc169167763)

[2. Expeditie 1 – Lichamelijke conditie 13](#_Toc169167764)

[2.1 Expeditie 1 – Lichamelijk conditie - Blok 1 13](#_Toc169167765)

[2.2 Expeditie 1 – Lichamelijke conditie - Blok 2 21](#_Toc169167766)

[2.3 Expeditie 1 – Lichamelijke conditie - Blok 3 23](#_Toc169167767)

[2.4 Expeditie 1 – Lichamelijke conditie - Blok 4 30](#_Toc169167768)

[3. Expeditie 2 – Geestelijke gezondheid 32](#_Toc169167769)

[3.1 Expeditie 2 – Geestelijke gezondheid – Blok 1 32](#_Toc169167770)

[3.2 Expeditie 2 – Geestelijke gezondheid – Blok 2 37](#_Toc169167771)

[3.3 Expeditie 2 – Geestelijke gezondheid – Blok 3 40](#_Toc169167772)

[3.4 Expeditie 2 – Geestelijke gezondheid – Blok 4 44](#_Toc169167773)

[4. Expeditie 3 – Weet wat je eet! 51](#_Toc169167774)

[4.1 Expeditie3 – Weet wat je eet! – Blok 1 51](#_Toc169167775)

[4.2 Expeditie3 – Weet wat je eet! – Blok 2 62](#_Toc169167776)

[4.3 Expeditie3 – Weet wat je eet! – Blok 3 78](#_Toc169167777)

[4.4 Expeditie3 – Weet wat je eet! – Blok 4 81](#_Toc169167778)

[5. Reisdoel 89](#_Toc169167779)

[5.1 Reisdoel Blok 1 89](#_Toc169167780)

[5.2 Reisdoel Blok 2 92](#_Toc169167781)

[6. Reisverslag 94](#_Toc169167782)

# Inleiding

Welkom bij de docentenhandleiding voor ons WereldOnderwijs, de integrale leerlijn in ons curriculum die bestaat uit acht werelden met elk hun eigen thema. Deze handleiding is speciaal voor jou samengesteld om je wegwijs te maken in het Wereldonderwijs en kun je altijd terugvinden in de digitale leeromgeving van een wereld. In deel I van de handleiding vind je informatie over de essentie van een specifieke wereld. Wat is het centrale idee achter die wereld? Aan welke leeropbrengsten werken we en welke vakken en vaardigheden leveren hieraan een bijdrage? In deel II gaan we een stap dieper en lopen we de verschillende onderdelen van een wereld langs. Per blok lichten we de leeractiviteiten toe en benoemen we de materialen die je nodig hebt. De materialen zelf kun je vinden in de digitale leeromgeving bij het betreffende onderdeel van de wereld.

We wensen jullie veel plezier en succes bij het begeleiden van jullie leerlingen door de werelden van ons WereldOnderwijs!

# Deel I De essentie en globale inhoud van de wereld

## 1. Snapshot

Het snapshot van een Wereld geeft in het kort de essentie van de inhoud van de wereld weer en is bedoeld om de nieuwsgierigheid van de leerlingen te prikkelen. Voor Wereld 2 hebben we het snapshot geformuleerd:

“**Hoe kiplekker zit jij in je vel?***Nog wat langer blijven liggen of toch maar ontbijten? Op de fiets door de regen of toch met de bus naar school? Op tijd naar bed of toch nog één aflevering op Netflix kijken? Poe, wat een keuzes. Hoe maak je eigenlijk een gezonde keuze? Hoe word of blijf je een fit, vrolijk en gezellig mens? En wie ben jij nu écht? Bij je kiplekker voelen hoort natuurlijk je gezond voelen. Gezondheid en geluk werken met elkaar samen. Denk maar aan de kriebels in je buik als je verliefd bent. Of aan dat blije gevoel als je een wedstrijd hebt gewonnen. Of dat je hoofdpijn ineens verdwijnt als je bij je vrienden bent. Hoe gezonder jij je voelt, hoe gelukkiger je bent. Gelukkig zijn er nog meer manieren om je kiplekker te voelen. Zo zijn er mensen die je met kleine gebaren helpen als je het even nodig hebt. Een high five van je teamcoach, een compliment van je docent of vrienden die voor je klaarstaan met advies: je voelt je daarna weer wat beter*.”

## 2. Leercirkel

In elke wereld doorlopen de leerlingen samen met de reisleider de leercirkel. Deze bestaat uit vier onderdelen: reisplan, expedities, reisdoel en reisverslag. In de afbeelding hieronder zie je de leercirkel voor wereld 2. Aan de hand hiervan krijg je alvast een indruk van de globale inhoud van deze wereld.



## 3. Kerndoelen, vakken, vaardigheden en leeropbrengsten

In elke wereld wordt aan een combinatie van vakken en vakoverstijgende vaardigheden gewerkt en wordt dus ook aan een combinatie van kerndoelen gewerkt. In het schema hieronder is weergegeven welke kerndoelen, vakken en vaardigheden in deze wereld worden afgedekt.[[1]](#footnote-2) Vanuit deze inhoud zijn voor elke wereld vijf grote leeropbrengsten geformuleerd. De eerste drie leeropbrengsten hebben betrekking op de drie expedities, de vierde leeropbrengst gaat over de grote eindopdracht en de vijfde betreft de vakoverstijgende vaardigheden waar in de wereld aan wordt gewerkt. In het schema hieronder staan de leeropbrengsten voor deze wereld vermeld.



## 4. Voorbereiding en planning

Elke wereld vereist voorbereiding om het onderwijsproces gedurende de wereld goed te laten verlopen. Ook is het essentieel om de planning voor de wereld van te voren scherp te hebben. Enerzijds om voorbereidingen tijdig in gang te zetten, anderzijds om als reisleider snel zicht te hebben op wat er in een bepaalde week op de agenda staat aan activiteiten. Hiervoor verwijzen we je naar de twee aparte documenten genaamd ‘Voorbereidingen’ en ‘Tijdspad’ in de module ‘Voor de docent’ in Teams.

# Deel II Uitwerking en aanwijzingen per onderdeel

## 1. Reisplan

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de module Reisplan voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Reisplan – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:**  **Zelfstandig lezen**   |    |
| **Duur:** 15 minuten    |    |
| **Lesdoel(en)**:   Ik kan zelfstandig lezen     |    |
| **Nodig voor docent**: -   |    |
| **Bijbehorende theorie**: -    |    |
| **Aandachtspunten voor docent**:  -   |    |
| **Nodig voor leerling:**  Eigen boek en een boekenlegger      |    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** -   |    |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -   |    |
| **Uitvoering**   |    |
| Klassikaal    Laat de leerlingen hun boek pakken en een rustig plekje zoeken. Er wordt in stilte gelezen.     |    |

|  |
| --- |
| **W2-Reisplan – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2: Oriënteren op deze wereld**  |
| **Duur:** 30 minuten   |
| **Lesdoel(en)**:  * In kaart brengen wat het reisdoel is
* Overzicht krijgen van de drie expedities

  |
| **Nodig voor docent**:  * Groot vel en gekleurde stiften
* Infoblad: **W2-infoblad-Reisdoel**
 |
| **Bijbehorende theorie**: -   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  De leerlingen worden over de 3 expedities verdeeld. Bespreek van tevoren met je collega’s hoe deze verdeling plaatsvindt. Als dit per klas gebeurt, bespreek dan alvast welke klassen aan welke expeditie beginnen. De volgorde van de expedities is willekeurig en uiteindelijk heeft elke klas aan elke expeditie deelgenomen.   Na afloop van de expedities werken de leerlingen aan het reisdoel: de activiteitendag. Hierop gaan ze zich al tijdens de expedities voorbereiden. Daarom is het nodig om de verschillende onderdelen van de activiteitendag ook van tevoren tussen de klassen te verdelen. Op het infoblad (W2-infoblad-reisdoel) staat een willekeurige verdeling. Bespreek met collega’s of je deze verdeling wilt aanpassen.  Voor expeditie 3 – Weet wat je eet – moeten de leerlingen verschillende dingen voorbereiden. Bespreek dat tijdens dit eerste lesblok, en laat de leerlingen de afspraken in hun agenda zetten.    |
| **Nodig voor leerling:** * Agenda
* Groot vel papier en stiften (om een mindmap te maken)
* Infoblad: **W2-infoblad-reisdoel**

  |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** **-**  |
| **Ervaringen van de leerlingen:** **-**  |
| **Uitvoering**  |
| Vertel de klas op welke volgorde, en met welke andere klas(sen) zij de expedities gaan uitvoeren. Deze volgorde moeten ze noteren in hun reisgids. Schrijf dit ook op een groot vel papier en hang dat in de klas. Dan kan iedereen de afspraken zien.  |
| *Klassikaal* Neem klassikaal **W2-infoblad-reisdoel** door – De Wereld van Mens & Gezondheid door.   |
| We eindigen deze wereld met een activiteitendag. Daarvoor staat een infoblad klaar, met planningsformulieren per activiteit: **W2-infoblad-reisdoel**.  Bespreek dit met de leerlingen en laat ze, met behulp van een mindmap, plannen maken voor hun activiteit.   |
| Bespreek en plan het huiswerk voor expeditie 3. Ook de leerlingen die deze expeditie pas later doen, moeten dit vast noteren.  De opdrachten zijn: 1. Expeditie 3, lesblok 1, module 1: Voorafgaand module 1 van Krachtvoer, moeten de leerlingen een huiswerkopdracht uitvoeren. Minimaal 3 verschillende dagen maken ze van zichzelf een foto, met fruit.  Het werkblad waarop dit precies staat uitgelegd zit in het **Krachtvoer werkboek, huiswerkopdracht module 1**.   2. Expeditie 3, lesblok 2, module 9: We hebben tijdschriften van supermarkten nodig. Hiermee gaan we posters maken. Laat iedereen vanaf het begin van deze expeditie vast beginnen met verzamelen.  Het werkblad waarop dit precies staat uitgelegd zit in het **Krachtvoer werkboek, module 9**.  3. Expeditie 3, lesblok 2 en 3, module 5: vraag leerlingen voorafgaand aan deze les zelf een gezond product mee te nemen om de smaak ervan te testen met de klas. Het werkblad waarop dit precies staat uitgelegd zit in het **Krachtvoer werkboek, module 5**.   |

|  |
| --- |
| **W2-Reisplan – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:** **Oriëntatie op LOB**   |
| **Duur:** 30 minuten    |
| **Lesdoel(en):**   Ik kan vertellen over een beroep dat past bij deze wereld en daarbij mijn mening geven over wat ik vind van het beroep.    |
| **Nodig voor docent**:   * Infoblad: **Overzicht mogelijke beroepen per wereld**
* Werkblad: **Werkblad-Beroepsonderzoek WereldOnderwijs**

   |
| **Bijbehorende theorie**:  Zie voor meer informatie over onze visie, ambities en aanpak op het gebied van LOB ons beleidsdocument hiervoor (bron: decaan).    |
| **Aandachtspunten voor docent**:   * Besteed even kort tijd aan het uitleggen/bespreken van het nut van deze activiteit.
* Stimuleer dat leerlingen tenminste 1 beroep onderzoeken. Meer mag uiteraard ook als de tijd dat toelaat.
* Laat leerlingen het werkblad digitaal invullen en goed opslaan. Ze hebben het namelijk weer nodig aan het eind van de wereld, bij het invullen van de beroepenkaart.

   |
| **Nodig voor leerling:**  * Infoblad: **Overzicht mogelijke beroepen per wereld**
* Werkblad: **Werkblad-Beroepsonderzoek WereldOnderwijs**
* Laptop + internetaansluiting

   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** In ons WereldOnderwijs besteden we structureel aandacht aan LOB. Onze bedoeling is dat leerlingen gedurende hun hele tijd bij ons op school ook bezig zijn met nadenken over wat ze leuk vinden om te doen, hun kwaliteiten en mogelijke beroepen voor later. Hierdoor leren ze zichzelf en hun mogelijkheden goed kennen en kunnen ze op tijd een onderbouwde keuze maken voor een profiel (leerjaar 2) en een vervolgopleiding (leerjaar 4).  In elke wereld starten we met een oriëntatie op een beroep bij de wereld. Vervolgens gaan de leerlingen aan de slag met de expedities, leren ze de wereld beter kennen en maken ze kennis met een aantal beroepen. Aan het eind van elke wereld reflecteren ze op een beroep via een beroepenkaart (zie onder Reisverslag).    |
| **Ervaringen van leerlingen:**  Welke beroepen kunnen leerlingen bedenken die bij deze wereld horen? Kennen ze mensen in hun omgeving die dit beroep uitoefenen? Wat is hun eerste indruk ervan? Lijkt het ze wat of niet en waarom dan? Dit vormt een mooi bruggetje naar deze lesactiviteit, waarin de leerlingen gaan ontdekken welke beroepen allemaal bij deze wereld passen en ze 1 beroep gaan uitkiezen om verder te onderzoeken.    |
| **Uitvoering**   |
| Klassikale start, gevolg door individuele opdracht a.d.h.v. werkblad. Je kunt er als docent voor kiezen om leerlingen in duo’s aan de slag te laten gaan, waarbij ze expliciet de opdracht krijgen om niet hetzelfde beroep te kiezen.   1. Introduceer de lesactiviteit bij de leerlingen. Zie voor input hierboven onder Ervaringen voor leerlingen.
2. Verwijs leerlingen naar de digitale leeromgeving van de wereld voor het werkblad en het overzicht met beroepen.
3. Laat leerlingen de stappen op het werkblad doorlopen en daarbij de vragen invullen. Ze mogen online informatie opzoeken via hun laptop.
4. Zorg dat leerlingen het werkblad goed opslaan, zodat ze er aan het eind van de wereld weer gebruik van kunnen maken.
5. Als de tijd het toelaat: laat leerlingen in duo’s uitwisselen over hun beroep, de gevonden informatie en wat ze ervan vinden.
6. Rond af, vraag eventueel kort terug naar onderzochte beroepen en wat indrukken hierbij.
 |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Reisplan – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 4:** **Superheld in actie – Draadfiguur van ijzerdraad en boetseerwas** |   |
| **Duur:** 105 minuten   |   |
| **Lesdoel(en)**:  * Ik kan het verschil vertellen en laten zien tussen een dynamische- en een statische houding.
* Ik kan een superheld in actie tekenen.
* Ik kan een draadfiguur van deze superheld in actie maken.
* Ik kan het materiaal ‘boetseerwas’ goed toepassen op mijn draadfiguur.
 |   |
| **Nodig voor docent**:  PowerPoint **‘Superheld in actie’**   |   |
| **Bijbehorende theorie**:   De leerling gaat aan de slag om een draadfiguur te maken van ijzerdraad, deze een dynamische houding te geven. Het leert zo door creatief bezig te zijn over de lichaamsverhoudingen. |   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  - Bekijk de PowerPoint **‘Superheld in actie’** van tevoren goed door zodat je weet wat je met uitleggen.- Volg de instructies in de kolom ‘uitvoering’ in deze handleiding om de uitleg goed te geven. à Wijs ze erop dat, als ze details als wapens en een cape/helm, etc kunnen toevoegen. Dit maakt de figuur natuurlijk veel meer een superheld! Dit moet echter wel VOORDAT de boetseerwas wordt aangebracht. Wapens en bijvoorbeeld een cape kunnen ondersteuning van een beetje ijzerdraad gebruiken voor stevigheid.- Controleer of de naam + klas van de leerling onderop het blokje staat aan het einde van de les.- Kijk goed hoeveel tijd je nodig hebt voor het opruimen! Houd 5-10 minuten aan. Begin op tijd. - Sla de draadfiguren op per klas  |   |
| **Nodig voor leerling:** * De PowerPoint **‘Superheld in actie’**
* Grijs HB potlood
* **Werkboekje - Superheld in actie**. (1 per leerling)
* Twee ijzerdraadjes á 30 cm.
* 1 blokje hout per leerling
* 2 krammetjes per leerling
* 1 placemat.
* Stukje boetseerwas.
* 1 hamer per tafel.
 |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:**  |   |
| **Ervaringen van de leerlingen:** |   |
| **Uitvoering**  |   |
| - PowerPoint **‘Superheld in actie’** laten zien tot dia 9 (Uitleg over werkboekje.) (± 5 – 10 min.)- Bij dia 9 de Werkboekjes uitdelen: 1 per leerling. à 25 minuten aan laten werken. (Naam erop laten zetten!)- 2 ijzerdraadjes per leerling en een blokje hout uitdelen aan de leerlingen. (Ze laten het liggen tot ze de draadfiguur gaan maken)- PowerPoint **‘Superheld in actie’** laten zien vanaf dia 10 . à Draadfiguur maken. (± 60 minuten) à Per dia stap-voor-stap de leerlingen mee laten doen met de voorbeelden in de PowerPoint t/m dia 13. Laat de dia staan tot iedereen klaar is met die stap.- Bij dia 13 de hamers (1 per tafel, dus samen doen!) en 2 krammetjes per leerling uitdelen.- Namen + klas onderop houtjes laten schrijven met stift/potlood.- Draadfiguur in houding laten zetten uit werkboekje.- Als er nog minimaal 20 minuten tijd is tot opruimen: Stukje boetseerwas uitdelen per leerling. Dia 15 + 16 + 17 (afspraken!) laten zien. |   |
| **De volgende les ga je verder met je draadfiguur  met boetseerwas. Daarna moet hij af zijn!** |   |

## 2. Expeditie 1 – Lichamelijke conditie

### 2.1 Expeditie 1 – Lichamelijk conditie - Blok 1

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Expeditie 1 Lichamelijke conditie blok 1** voor een overzicht van de lesactiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex1-Lb1 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:**  **Zelfstandig lezen**   |    |
| **Duur:** 15 minuten    |    |
| **Lesdoel(en)**:  Ik kan zelfstandig lezen     |    |
| **Nodig voor docent**: -   |    |
| **Bijbehorende theorie**: -    |    |
| **Aandachtspunten voor docent**:  -   |    |
| **Nodig voor leerling:**  Eigen boek en een boekenlegger      |    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** -   |    |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -   |    |
| **Uitvoering**   |    |
| Klassikaal    Laat de leerlingen hun boek pakken en een rustig plekje zoeken. Er wordt in stilte gelezen.     |    |

|  |
| --- |
| **W2-Ex1-Lb1 – Uitleg voor docent bij Lesactiviteit 2:** **Ademhaling**  |
| **Duur:** 50 minuten  |
| **Lesdoel(en)**:  * Ik kan beschrijven welke organen deel bij het ademhalingsstelsel horen
* Ik kan de functies van de organen van het ademhalingsstelsel benoemen
* Ik kan aangeven hoe in de longen gaswisseling plaatsvindt

  |
| **Nodig voor docent**:  * Link Wikiwijs: Ademhaling en Ademhalingsstelsel
* VO-content Stermonitor: Ademhaling - stap 1 Ademen
* Infoblad: **W2-Ex1-Lb1- infoblad Ademhaling**

  |
| **Bijbehorende theorie:** * Zie Infoblad: **W2-Ex1-Lb1- infoblad Ademhaling**

  |
| **Aandachtspunten voor docent**: -   |
| **Nodig voor leerling:** * VO-content
* Infoblad: **W2-Ex1-Lb1-infoblad Ademhaling**

  |
| **Uitvoering**  |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Wereld 2: Mens & Gezondheid. Tijdens deze expeditie en dit blok maken jullie kennis met de gezondheid van de mens. We vinden het belangrijk dat je weet wanneer een lichaam gezond is en wanneer niet en hoe je je gezondheid verbetert.  We beginnen met de ademhaling. Wat gebeurt er allemaal tijdens het ademhalen? Welke organen horen bij het ademhalingsstelsel? Aan de hand van verschillende filmpjes en opdrachten/vragen doe je meer kennis op over het ademhalingsstelsel.   |
| **Ervaringen van de leerlingen:** Om te kunnen blijven leven, moet je zuurstof inademen. Maar welke organen gebruiken we hier allemaal voor? Wat denk je dat er bedoeld wordt met gasuitwisseling in de longen?    |
| **Opbouw lesactiviteit:**  |
| Klassikale introductie Bespreek de leerdoelen die bij dit thema horen. Bespreek daarna het infoblad Ademhaling.    |
| Open de link van WikiwijsSamen met de klas bekijk je de informatie over het ademhalingsstelsel.   |
| Open de link van VO-content Lees eerst de vragen onderaan de pagina en laat vervolgens de twee filmpjes zien.   |
| Leerlingen krijgen 20 min de tijd om de vragen onderaan de pagina te beantwoorden. Eventueel in duo’s zodat ze samen kunnen bespreken. Geef aan dat ze nog niet op opslaan mogen klikken, de antwoorden worden eerst klassikaal besproken.  **Antwoorden op de 7 vragen:** 1. Ribbenkast
2. Omhoog
3. Links zit je hart, daar moet plaats voor zijn
4. Via neus/mond naar je luchtpijp. Hierna komt de lucht in je longen
5. Zuurstof
6. Koolstofdioxide
7. 7 seconden

  |

|  |
| --- |
| **W2-Ex1-Lb1 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:** **Wat is conditie?**  |
| **Duur:** 45 minuten    |
| **Lesdoel(en)**:  * Ik kan uitleggen wat conditie betekent
* Ik kan uitleggen wat de invloed van conditie is op je hart
* Ik kan mijn eigen hartslag meten in rust en na inspanning
* Ik kan mijn eigen conditie bepalen door mijn hartslag te meten

  |
| **Nodig voor docent**:  * Infoblad: **W2-Ex1-Lb1-infoblad Conditie en Hart**
* Pen en papier
* Stopwatch/timer
* Werkblad: **W2-Ex1-Lb1-werkblad Hartslag meten**

  |
| **Bijbehorende theorie:** Biologie: De werking van het hart.   |
| **Aandachtspunten voor docent**: -   |
| **Nodig voor leerling:** * Infoblad: **W2-Ex1-Lb1-infoblad Conditie en Hart**
* Pen en papier
* Stopwatch/timer
* Werkblad: **W2-Ex1-Lb1-werkblad Hartslag meten**

  |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Hoe beter je conditie, hoe gezonder je meestal bent en hoe prettiger je je voelt.  Het is belangrijk voor de leerling om te begrijpen dat het onderhouden van een goede conditie door middel van gezonde voeding en lichaamsbeweging, gunstig is voor het hart en het algemene welzijn. Een gezonde levensstijl kan helpen om het hart gezond te houden en het risico op (latere) hartproblemen te verminderen.   |
| **Ervaringen van de leerlingen:  -**  |
| **Uitvoering**  |
| *Klassikaal* Bespreek de leerdoelen die bij dit blok aan bod komen.  Bevraag voorkennis: 1 Waarom pompt je hart?  Antwoord: Dit doet je hart omdat er steeds nieuwe zuurstof nodig is in je lichaam (en omdat er steeds koolstofdioxide je lichaam uit moet). Elke cel in je lichaam heeft zuurstof nodig om te kunnen leven.  2 Waarom pompt je hart ook als je ligt te slapen?  Antwoord: Omdat je dan ook leeft en energie nodig hebt voor je ademhaling, spijsvertering en lichaamswarmte en dus zuurstof nodig hebt.    |
| Bespreek klassikaal het infoblad**: W2-Ex1-Lb1-infoblad Conditie en Hart**  |
| Vertel dat we een opdracht gaan doen over het opmeten van onze hartslag. Bespreek het werkblad: **W2-Ex1-Lb1-werkblad Hartslag meten**.    |
| Maak tweetallen, elk tweetal krijgt een stopwatch/timer.    |
| Laat de afbeelding op het werkblad zien. Hier zie je waar je je hartslag kunt voelen en hoe je je hand en vingers moet houden. De leerlingen proberen of ze bij zichzelf de hartslag kunnen voelen. Ze proberen de pols en de hals. Als ze de goede plek gevonden hebben, moeten ze in gedachten meetellen met de klopjes die ze voelen. Let erop dat ze dit rustig doen en er niemand duizelig wordt.  Oefen als dat nodig is met de stopwatch. Het is de bedoeling dat straks de ene leerling de stopwatch bedient en aangeeft wanneer er 15 seconden om zijn. Ondertussen telt de ander zijn of haar hartslag  |
| Opdracht 1.Laat de leerlingen hun hartslagen tellen en op het werkblad de hartslag per minuut opschrijven.  Bepaal hoeveel keer de leerlingen deze meting herhalen. Als ze het meerdere keren herhalen, kunnen ze het gemiddelde berekenen.  Uitwerking: Normaal slaat je hart in een regelmatig tempo. Hoe hoog je hartslag is, hangt af van wat je aan het doen bent. Zo is de hartslag in rust lager dan wanneer je je inspant. Over het algemeen is de hartslag bij kinderen vanaf 13 jaar in rust tussen de 60 en 100 slagen per minuut. Bij jongere kinderen ligt de hartslag gemiddeld wat hoger.   |
| Opdracht 2. De leerlingen doen in dezelfde tweetallen de opdracht vervolgens nogmaals, alleen dan na inspanning (10x jumping jack).  Zie werkblad opdracht: Hartslag meten na inspanning.   |
| Opdracht 3. Om je conditie te kunnen bepalen voeren we de laatste opdracht uit op het werkblad. Wederom met dezelfde tweetallen en bekijk het werkblad voor uitvoering.   De leerlingen voeren de meting uit na 2 minuten en 5 minuten.      |
| Bespreek samen met de klas wat de uitkomsten zijn van verschillende leerlingen. Bespreek ook de vragen die onderaan het werkblad staan:  Bekijk eventueel de Link: Herstel hartslag na afloop van een training Kijk bij de informatie over het verloop van de hartslag na korte, maximale inspanning.   Samengevat: Wanneer je hartslag na een hersteltijd van één minuut tussen de 30-40 slagen is teruggelopen heb je een heel goede conditie. Hoe beter de conditie, hoe sneller de hartslag daalt. Vooral de daling na de eerste minuut zegt veel.   |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex1-Lb1 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 4:** **Roken en longziekten**  |   |
| **Duur:** 40 minuten   |   |
| **Lesdoel(en):*** Ik kan aangeven waarom roken slecht voor je is
* Ik kan drie schadelijke stoffen in sigaretten opnoemen
* Ik kan de longziekten astma, COPD en hyperventilatie beschrijven
 |   |
| **Nodig voor docent**:  Infoblad: **W2-Ex1-Lb1-infoblad Roken en longziekten**   |   |
| **Bijbehorende theorie: -**   |   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  * Houd er rekening mee dat leerlingen eventueel familie of iemand anders kennen

met een van deze ziektebeelden. * **Leerlingen met astma kunnen deze oefening beter niet doen**.
* Laat ze de opdracht zittend uitvoeren en let goed op leerlingen die eventueel duizelig worden.

  |   |
| **Nodig voor leerling:** * Infoblad: **W2-Ex1-Lb1-infoblad Roken en longziekten**
* Rietjes

  |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Cijfers van het Trimbosinstituut vertellen: In 2023 heeft 27,4 procent van de 12- t/m 25-jarigen in het afgelopen jaar gerookt. 18,1% rookt al maandelijks sigaretten. Roken neemt snel toe met de leeftijd. Onder 12-14-jarigen rookt 5,5% maandelijks. Bij 22-25-jarigen is dat al 36,1%. Onder de jongeren die afgelopen maand hebben gerookt, gebruikt 39,3% ook elke maand een e-sigaret.   Waarom is dat een probleem?  Roken heeft namelijk een slechte invloed op je gezondheid. Denk maar aan het volgende: je conditie wordt slechter, je proeft en ruikt minder goed en je kunt allerlei ziektes, zoals COPD of longkanker, krijgen.    |   |
| **Ervaringen van de leerlingen:** Bespreek ervaringen met roken en longziekten. Wat weet je al over dit onderwerp?    |   |
| **Uitvoering**  |   |
| Klassikaal Bespreek de leerdoelen die tijdens dit blok aan bod komen   |   |
| Bespreek het infoblad: **W2-Ex1-Lb1-infoblad Roken en longziekten** Leg uit waarom roken slecht voor je gezondheid is. Leg uit welke schadelijke stoffen in sigaretten zitten. Leg klassikaal uit wat de verschillende ziektebeelden zijn.   |   |
| Laat leerlingen het volgende filmpje zien Hoe voelt het om door een rietje te ademen? |   |
| *Tweetallen* Laat de leerlingen tweetallen maken. Geef iedereen een rietje. Laat de tweetallen rustig zitten. De leerlingen ademen 15 seconden lang in en uit door een rietje. Daarna vertellen ze elkaar hoe ze zich voelen.   |   |
| Doe vervolgens nogmaals deze opdracht, alleen laat leerlingen eerst 10x door hun knieën zakken (of iets dergelijks, als ze zich maar eventjes echt inspannen).   |   |

|  |
| --- |
| **W2-Ex1-Lb1 – Uitleg voor de docent bij lesactiviteit 5:** **Werken aan het reisdoel (als er tijd over is)** |
| **Duur:** 30 minuten  |
| **Lesdoel(en):** Zie onder Reisplan.  |
| **Nodig voor docent**: -   |
| **Bijbehorende theorie: -**   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  - Dit onderdeel doen ze in andere blokken ook als er tijd over is. In dit blok wordt er bewust gewerkt aan het reisdoel.- Informatie over deze opdracht hebben ze in het reisplan gekregen. Dit is daar dan ook terug te lezen voor de docent. - Inlezen in **w2-infoblad reisdoel**  |
| **Nodig voor leerling:** Afhankelijk van de opdracht waar de leerlingen aan werken   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** We werken in elke wereld toe naar het reisdoel. Voor deze eindopdracht moeten materialen en activiteiten worden voorbereid. Maar er moeten wellicht ook afspraken worden gemaakt met externe partijen. Tijdens de expedities krijgen de leerlingen daarom regelmatig de tijd om aan deze voorbereiding te werken.    Leerlingen die op dit moment niets hoeven voor te bereiden gaan in overleg met de docent aan andere punten werken zoals het port folio bijwerken, verder werken aan een avontuur, zelfstandig lezen, eerdere opdrachten afronden, extra Digit-training volgen, enzovoort.   |
| **Ervaringen van de leerlingen:  -**  |
| **Uitvoering**  |
| Leerlingen gaan in dit blok aan de slag met het reisdoel, de leerlingen gaan verder met waar ze gebleven zijn vanuit het Reisplan. |
| **Neem klassikaal het programma van het volgende lesblok door. Zorg dat alles duidelijk is en de leerlingen afspraken in hun agenda zetten.**   |

### 2.2 Expeditie 1 – Lichamelijke conditie - Blok 2

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Expeditie 1 Lichamelijke conditie Blok 2** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex1-Lb2 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:** **Introductie veilig zwemmen** |  |
| **Duur:** 30 minuten   |   |
| **Lesdoel(en)**:  * Ik kan een paar vervoersgrepen noemen die gebruikt worden bij reddingszwemmen
* Ik kan uitleggen wat de strandvlaggen betekenen
* Ik kan uitleggen waarom zwemmen in kanalen en rivieren gevaarlijk is
* Ik kan uitleggen hoe ik in een mui kan herkennen op zee.
* Ik kan uitleggen wat ik moet doen als ik in een mui zit

  |   |
| **Nodig voor leerkracht**:  * Infoblad: **W2-Ex1-Lb2-infoblad Reddingszwemmen**
* Infoblad: **W2-Ex1-Lb2-infoblad Gevaren van zwemmen**

  |   |
| **Bijbehorende theorie: -**   |   |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**:  * Check voor de zekerheid de fietsroute even (adres: Schubertstraat 1, Elst)
* Niet alle leerlingen willen of kunnen zwemmen. Bespreek met ze dat ze dan vanaf de kant een rol krijgen. Ook is er activiteit voor de zwemmers die niet willen of kunnen meedoen met reddingszwemmen.

  |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** De gevaren van zwemmen, niet alleen in open water, maar ook in een zwembad, zijn bekend. Elk jaar verdrinken er mensen tijdens een gezellig uitje naar het zwembad of het strand.  Daarom is het belangrijk dat je kunt zwemmen en het zou ook heel mooi zijn als je weet hoe je anderen kunt redden. Maar ... doe dat alleen als je het echt goed kunt en anders niet. Dan loop je het risico zelf te verdrinken. Roep om hulp, houd de drenkeling zo goed mogelijk in de gaten en bel 112.   |   |
| **Ervaringen van de leerlingen:** Vraag of er leerlingen zijn die ooit hebben meegemaakt dat iemand in de problemen kwam tijdens het zwemmen. Wat gebeurde er?  |   |
| **Uitvoering**  |   |
| *Klassikaal* Bespreek de achtergrond van deze lesactiviteit en eventuele ervaringen van de leerlingen. Lees en bespreek daarna de infobladen:  **W2-Ex1-Lb2-infoblad Gevaren van zwemmen** en  **W2-Ex1-Lb2-infoblad Reddingszwemmen**     |   |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex1-Lb2 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2**:**Zwemmen**  |   |
| **Duur: 150** min   |   |
| **Lesdoel(en)**:  * Ik kan uitleggen wat je moet doen als je ziet dat iemand dreigt te verdrinken
* Ik kan uitleggen waar je op moet letten bij het reddingszwemmen
* Ik kan een paar vervoersgrepen herkennen die gebruikt worden bij reddingszwemmen

  |   |
| **Nodig voor leerkracht**:  * Fiets om naar het zwembad te gaan (eventueel leenfiets op school)
* Een tweede volwassene die meefietst.
 |   |
| **Bijbehorende theorie: -**   |   |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**:  * Leerlingen die geen zwemdiploma hebben kunt u laten assisteren langs de kant
* Houd er rekening mee dat er toezicht moet zijn over minstens twee groepen: de groep die deelneemt aan het reddingszwemmen en de groep die een andere wateractiviteit heeft.
* Reddingszwemmen en waterpolo zijn intensief voor leerlingen.

  |   |
| **Nodig voor leerling:** * Zwemkleding en handdoek
* munt voor een kluisje
* eten en drinken voor na het zwemmen
* fiets

  |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit: -**   |   |
| **Ervaringen van de leerlingen:  -**   |   |
| **Uitvoering**  |   |
| Voor deze activiteit gaan we uit van ongeveer:  - 30 minuten fietsen en omkleden; - 90 minuten zwemmen; - 30 minuten omkleden en terugfietsen.   |   |
| Verdeel de leerlingen in twee/drie groepen Afhankelijk van het aantal klassen. Gedurende de les wisselen de groepen onderling door zodat ze alle activiteiten hebben gehad. (Reddend zwemmen, matten, glijbaan)  |   |

### 2.3 Expeditie 1 – Lichamelijke conditie - Blok 3

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Expeditie 1 Lichamelijke conditie Blok 3** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |
| --- |
| **W2-Ex1-Lb3 – Uitleg bij Lesactiviteit 1a:** **Introductie op Yoga**  |
| **Duur:** 10 minuten   |
| **Lesdoel(en)**:  Ik kan uitleggen wat yoga is Ik kan uitleggen wat voor veel mensen de voordelen van yoga zijn   |
| **Nodig voor leerkracht**:  Gemakkelijke kleding (sportkleding) Werkblad: **W2-Ex1-Lb3 Yoga**   |
| **Bijbehorende theorie**: -   |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**:  Vertel aan de klas dat ze na de yogales een werkblad met opdrachten krijgen over deze yogales; opletten dus!   |
| **Nodig voor leerling:** Gemakkelijke kleding (sportkleding)    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Rustig of juist inspannend bewegen is goed voor je gezondheid. Veel mensen doen daarom aan yoga. Deze les gaan we kennismaken met yoga.    |
| **Ervaringen van de leerlingen:** Wie van jullie heeft er al wel eens aan een yogales deelgenomen? Welke vorm van yoga was dit? Doen je ouders aan yoga? Waarom doen zij dat?   |
| **Uitvoering**  |
| *Klassikaal*  Bespreek de achtergrond van deze lesactiviteit en vraag naar de ervaringen van de leerlingen.  Zorg dat de leerlingen gaan zitten op een stoel en luisteren naar de instructrice die wat komt vertellen over yoga  |

|  |
| --- |
| **W2-Ex1-Lb3 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1b:** **Kennismaking met yoga**  |
| **Duur:** 50 minuten   |
| **Lesdoel(en):**  * Ik kan deelnemen aan een yogales
* Executieve vaardigheden: volgehouden aandacht

  |
| **Nodig voor leerkracht**:  Gemakkelijke kleding (sportkleding)   |
| **Bijbehorende theorie**: -   |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**:  * Voor yoga moet je op een matje op de grond kunnen zitten. Daarom gaan we naar de GZ zaal. Deze moet dus vrij zijn.
* Zorg dat er niet te veel storend gedrag plaatsvindt tijdens de yogales
* Houd rekening met de indeling van de leerlingen (wie zet je bij voorkeur niet naast elkaar)
* Vertel aan de klas dat ze na de yogales een opdracht krijgen over deze yogales; opletten dus!
 |
| **Nodig voor leerling:** Sportkleding (lange broek en trui)   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit: -**   |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -   |
| **Uitvoering**  |
| *Klassikaal*  Na de uitleg gaan jullie naar de GZ zaal waar de leerlingen hun sportkleding aantrekken (lange broek).   |
| Leerlingen zoeken een plekje in de zaal, houd hierbij rekening wie je wel/niet naast elkaar kan laten zitten.  |

|  |
| --- |
| **W2-Ex1-Lb3 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1c:** **Vragen over yoga**  |
| **Duur:** huiswerk   |
| **Lesdoel(en):**  Ik kan uitleggen wat yoga is Ik kan uitleggen wat de voordelen van geestelijke en lichamelijke ontspanning zijn   |
| **Nodig voor leerkracht**:  Werkblad: **W2-Ex1-Lb3-werkblad Yoga** (huiswerk)  |
| **Bijbehorende theorie**: -   |
| **Aandachtspunten voor leerkracht:****Het beantwoorden van de vragenlijst is een huiswerk opdracht**Zorg dat je zelf de vragenlijst een keer doorgenomen hebt. Leerlingen vullen de antwoorden zelf in.  |
| **Nodig voor leerling:** **W2-Ex1-Lb3-werkblad Yoga** - de vragen beantwoorden is een huiswerk opdracht!  |
| **Uitvoering**  |
| *Klassikaal en Individueel*  Bespreek de ervaringen. Wat vond je van de yogales? Zou je het vaker kunnen doen en werd je echt ontspannen?  Laat de leerlingen weten dat de vragenlijst een huiswerk opdracht is: **W2-Ex1-Lb3-werkblad Yoga**   |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Exp1-Lb3 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2a:**  **Zelfstandig lezen**    |    |
| **Duur:** 15 minuten    |    |
| **Lesdoel(en)**:   Ik kan zelfstandig lezen     |    |
| **Nodig voor docent**: -   |    |
| **Bijbehorende theorie**: -    |    |
| **Aandachtspunten voor docent**:  -   |    |
| **Nodig voor leerling:**  Eigen boek en een boekenlegger      |    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** -   |    |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -   |    |
| **Uitvoering**   |    |
| Klassikaal    Laat de leerlingen hun boek pakken en een rustig plekje zoeken. Er wordt in stilte gelezen.     |    |

|  |
| --- |
| **W2-Ex1-Lb3 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2b:** **Digit-VO training #MeToo**  |
| **Duur:** 55 minuten   |
| **Lesdoel(en):**  * Ik kan uitleggen wat #MeToo is
* Ik kan uitleggen wat victim blaming inhoudt
* Ik kan het belang van toestemming in relaties uitleggen en hoe ik grenzen respecteer.
* Ik kan actief deelnemen aan een klassikaal gesprek
* Ik kan respectvol communiceren

  |
| **Nodig voor docent**:  Toegang tot de les DIGIT-vo\_#MeTooDeze is te vinden in Digit-VO onder – Extra Materialen DIGIT – Extra Lessen - #MeToo  |
| **Bijbehorende theorie**: Staat in DIGIT-VO, doorloop deze les samen met de leerlingen. Voor de laatste opdracht ga je een klassengesprek voeren. De werkvorm is ‘Vissenkom’:Een geschikte werkvorm voor een klassikaal gesprek over de onderwerpen van de #MeToo les voor eerstejaars vmbo leerlingen kan een **“Vissenkom Discussie”** zijn. Hier is hoe het werkt:1. **Voorbereiding**: Verdeel de klas in twee groepen van tien. De ene groep vormt de binnenste cirkel (de ‘vissenkom’), en de andere groep vormt de buitenste cirkel.
2. **Discussie**: De leerlingen in de binnenste cirkel beginnen met het gesprek over de geleerde onderwerpen, zoals de betekenis van #MeToo, victim blaming, consent, en de keerzijde van de beweging. De buitenste cirkel luistert zonder te onderbreken.
3. **Wisselen**: Na een bepaalde tijd (bijvoorbeeld 10 minuten), wisselen de groepen. De leerlingen die eerst luisterden, gaan nu de discussie aan, terwijl de eerste groep luistert.
4. **Reflectie**: Aan het einde van de discussie reflecteren alle leerlingen samen op wat ze hebben gehoord en geleerd. Dit kan door middel van een plenaire discussie of door het schrijven van een korte reflectie.

Deze werkvorm moedigt actieve deelname, luistervaardigheden en empathie aan, en zorgt ervoor dat alle leerlingen betrokken zijn bij het gesprek |
| **Aandachtspunten voor docent**: De laatste opdracht van deze Digitles is een klassengesprek voeren. Doorloop deze les samen met de leerling zodat ze op hetzelfde tempo werken en je aan het einde gezamenlijk het klassengesprek doet. Laat leerlingen niet door elkaar heen praten en stimuleer leerlingen om handen op te steken en elkaar laten uitpraten. Loopt het gesprek niet, pak dan bewust een van de onderwerpen en ga die bespreken of wellicht kan je er een stelling over doen. Denk aan de tijd en wissel de groepen tijdens het klassengesprek. Je zou eventueel de buitenste cirkel ook kunnen laten noteren wat ze opvalt in de binnenste cirkel   |
| **Nodig voor leerling:** Toegang tot Digit-vo. De link staat in de module op Teams. Leerlingen moeten zorgen dat ze ingelogd zijn, anders komen ze niet bij de les uit. Anders via Digit-vo – Extra materialen – extra lessen - #MeToo  |
| **Uitvoering**  |
| Doorloop deze digitles samen met de leerlingen. Lees de uitleg voor (en bekijk bij opdr 7 het filmpje), geef ze een paar minuten om de vraag te beantwoorden. Kijk eventueel of ze dat in tweetallen kunnen doen, wel ieder in hun eigen les antwoord invullen. En ga dan door naar het volgende onderwerp. Bij opdracht 8 het verhaal samenvatten en een klassengesprek voeren volgens de werkvorm ‘Vissenkom’ |

|  |
| --- |
| **W2-Ex1-Lb3: Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2c:****Werken aan het reisdoel**  |
| **Duur:** 50 minuten   |
| **Lesdoel(en):** -   |
| **Nodig voor docent**:  * Infoblad: **W2-infoblad-Reisdoel**
* Overzicht van de stand van zaken en afspraken tot nu toe

  |
| **Bijbehorende theorie**: -   |
| **Aandachtspunten voor docent**: -   |
| **Nodig voor leerling:** * De afspraken en planning van het reisdoel.

  |
| **Uitvoering**  |
| *In groepjes of individueel*  De leerlingen krijgen de tijd om verder te gaan met de voorbereidingen voor het reisdoel: De activiteitendag. Elke leerling heeft zich aangemeld om mee te werken aan een van de activiteiten en heeft daar een eigen taak in.  Leerlingen die hier nu niet aan kunnen werken, mogen de anderen helpen, hun portfolio bijwerken, huiswerk maken of rustig gaan zitten lezen.   |

### 2.4 Expeditie 1 – Lichamelijke conditie - Blok 4

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Expeditie 1 Lichamelijke conditie Blok** **4** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider. *Eén klas is bezig met theatersport en de andere klassen met draadmodel superheld. Elke klas heeft 60 min theatersport en wisselt daarna met een andere groep.*

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |
| --- |
| **W2-Ex1-Lb4:** **Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:** **Theatersport**  |
| **Duur:** 60minuten   |
| **Lesdoel(en)**:  * 21e eeuwse: Creatief denken, communiceren, samenwerken (fouten maken is oké), grenzen aangeven en voelen
* Executieve vaardigheden: volgehouden aandacht, flexibiliteit

  |
| **Nodig voor docent**: - Één klas heeft tijdens dit blok 60 min theatersport, de klassen wisselen door.     |
| **Bijbehorende theorie**: -   |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**:  * Reserveer de ruimte waar deze lesactiviteit kan plaatsvinden.
* Laat de professional van Theatersport tijdig weten in welke ruimte jullie gaan werken.
* Denk samen met de professional van Theatersport na over op welke manieren jullie de te verwachten weerstand of onzekerheid van leerlingen kunnen verminderen.

  |
| **Nodig voor leerling: -**   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Bij goed in je vel zitten hoort je gezondheid, maar ook je vermogen om situaties te begrijpen en naar je hand te zetten. Je vermogen om om dingen te lachen en om niet bang te zijn om jezelf te laten zien. Theatersport geeft iedereen een veilig podium. Door samen te werken en ontspannen op de scene waar je in zit te reageren, leer je emoties herkennen en te uiten.    |
| **Ervaringen van de leerlingen: -**   |
| **Uitvoering**  |
| *Klassikaal* Ga met zijn allen naar de afgesproken ruimte. Ontvang degene die vandaag Theatersport gaat begeleiden. Hij of zij legt uit wat er gaat gebeuren. De begeleider van Theatersport leidt ook het spel.   |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex1-Lb4:** **Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2:** **Superheld in actie – Draadfiguur van ijzerdraad en boetseerwas** |   |
| **Duur:** 120 minuten   |   |
| **Lesdoel(en)**:  * Ik kan het verschil vertellen tussen een dynamische- en een statische houding.
* Ik kan een draadfiguur van mijn superheld in actie uit het werkboekje maken.
* Ik kan het materiaal ‘boetseerwas’ goed toepassen.
 |   |
| **Nodig voor docent**:  * PowerPoint **‘Superheld in actie’**  vanaf dia 15!
 |   |
| **Bijbehorende theorie**:    |   |
| **Aandachtspunten voor docent**: - Bekijk de PowerPoint **‘Superheld in actie’** dia 15, 16 en 17 van tevoren goed door zodat je weet wat je moet uitleggen. Dit is herhaling voor de leerlingen, maar wel belangrijk.- Volg de instructies bij het blokje ‘uitvoering’ in deze handleiding om de uitleg goed te geven. - Controleer of de naam + klas van de leerling onderop het blokje staat aan het einde van de les.- Kijk goed hoeveel tijd je nodig hebt voor het opruimen! Houd 5-10 minuten aan. Begin op tijd.    |   |
| **Nodig voor leerling:** * De PowerPoint **‘Superheld in actie’**
* **Werkboekje - Superheld in actie**.
* De draadfiguur waar de leerling al aan heeft gewerkt.
* Placemat
* Stukje boetseerwas.
 |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** De leerlingen hebben al een draadfiguur gemaakt en sommigen zijn al begonnen met het ‘bekleden’ van de draadfiguur met boetseerwas. Deze les maken ze dit af. |   |
| **Ervaringen van de leerlingen:**  |   |
| **Uitvoering**  |   |
|  - PowerPoint **‘Superheld in actie’** laten zien vanaf dia 15 (Uitleg over werken met boetseerwas. ± 5 min.)- Daarna de draadfiguren, placemats en boetseerwas uitdelen en leerlingen laten werken.- Kijk goed hoeveel tijd je nodig hebt voor het opruimen! Houd 5-10 minuten aan. Begin op tijd.  **Inleveren:** Per klas de superheld-draadfiguren bewaren. Controleer blokje op naam + klas! |   |
| **Eind van deze les moet jouw superheld af zijn!**   |   |

## 3. Expeditie 2 – Geestelijke gezondheid

### 3.1 Expeditie 2 – Geestelijke gezondheid – Blok 1

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Expeditie 2 Geestelijke gezondheid Blok** **1** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Exp1-Lb1 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:**  **Zelfstandig lezen**    |    |
| **Duur:** 15 minuten    |    |
| **Lesdoel(en)**:   Ik kan zelfstandig lezen     |    |
| **Nodig voor docent**: -   |    |
| **Bijbehorende theorie**: -    |    |
| **Aandachtspunten voor docent**: -   |    |
| **Nodig voor leerling:**  Eigen boek en een boekenlegger      |    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** -   |    |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -   |    |
| **Uitvoering**   |    |
| Klassikaal    Laat de leerlingen hun boek pakken en een rustig plekje zoeken. Er wordt in stilte gelezen.     |    |

|  |
| --- |
| **W2-Ex2-Lb1 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2:** **Geestelijk welzijn**  |
| **Duur:** 40 minuten   |
| **Lesdoel(en)**:  * Ik kan uitleggen wat geestelijk welzijn betekent
* Ik kan symptomen benoemen van een depressie
* Ik kan uitleggen waarom de omgeving waar ik opgroei invloed heeft op mijn geestelijk welzijn
* Ik kan meedoen met een mindfulnessoefening

  |
| **Nodig voor docent**: * **LessonUp: Intro op Geestelijk welzijn**
* Eventueel matjes, zodat iedereen zacht kan liggen (er zijn 20 matjes gekocht)

  |
| **Bijbehorende theorie**: -   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  * Je houdt twee keer een klassengesprek over de vraag die op de dia staat. Denk van tevoren na over hoe jij een klassengesprek wil voeren (in een kring, hand opsteken of het organisch laten lopen, 1 minuut nadenktijd inbouwen…?)
* Dia 22 is een filmpje, waarmee je een mindfulness-oefening van 10 minuten kunt doen. De leerlingen gaan op de vloer liggen en luisteren naar de stem die instructies geeft. Zorg dat je in een ruimte bent waar dat mogelijk is en waar de klas niet gestoord wordt.
* Leg eventueel matjes klaar, zodat iedereen zacht kan liggen.

  |
| **Nodig voor leerling:** Matjes om op te liggen bij de mindfulness-oefening. Iets om tijdens de mindfulness-oefening op hun buik te leggen. Bijvoorbeeld een boek.   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit: -**  Bij wereld 2 zijn we bezig met Mens en Gezondheid. Er wordt snel gedacht aan fysieke gezondheid, bewegen en eten. Bij dit lesblok staan we stil bij geestelijke gezondheid. De volgende blokken hebben hier ook mee te maken, dus vandaag starten we met een intro les over wat geestelijke gezondheid inhoudt + we koppelen dit aan de invloed van media.  |
| **Ervaringen van de leerlingen: -**   |
| **Uitvoering**  |
| *Klassikaal* Neem de leerdoelen en vaardigheidsdoelen van dit lesblok door, zodat de leerlingen weten wat er gaat gebeuren.   |
| *Klassikaal* Doorloop klassikaal **de LessonUp: Intro op geestelijk welzijn** Stop bij dia 23. Daar gaan we over naar het volgende onderwerp van dit lesblok. Sluit dus niet af.   |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex2-Lb1 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:** **Mediawijsheid**   |   |
| **Duur:** 70 minuten   |   |
| **Lesdoel(en) (in rubrics)**:  * Ik kan voordelen van sociale media opnoemen
* Ik kan nadelen van sociale media noemen
* Ik kan het verschil tussen digitale identiteit en identiteit uitleggen
* Ik kan de gevolgen beschrijven van het ongevraagd doorsturen van content
* Ik kan de invloed van internettrollen uitleggen
* Ik kan omschrijven hoe je gezond kan internetten

  |   |
| **Nodig voor docent**:  Je werkt verder in dezelfde LessonUp. Je gaat nu alleen verder met een volgend onderwerp: Mediawijsheid. * **LessonUp: Intro op Geestelijk welzijn** (vanaf dia 23)

Op dia 29 staan de linkjes naar Digit VO.* **Digit-VO**
* [Les 2. Sociale media](https://digit-vo.nl/leeromgeving/content.php?id=52220)
* [Les 3. Jij online](https://digit-vo.nl/leeromgeving/content.php?id=52221)
* [Les 4. Hou het veilig](https://digit-vo.nl/leeromgeving/content.php?id=52222)

  |   |
| **Bijbehorende theorie**: -   |   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  De leerlingen krijgen tijd om aan Digit-trainingen te werken. Dat kan iedereen in zijn eigen tempo doen. Als een leerling een training heeft afgerond kan hij aan een volgende training beginnen, maar ook een eerdere nog eens doornemen.  De drie trainingen die de leerlingen deze les doen: * [Les 2. Sociale media](https://digit-vo.nl/leeromgeving/content.php?id=52220)
* [Les 3. Jij online](https://digit-vo.nl/leeromgeving/content.php?id=52221)
* [Les 4. Hou het veilig](https://digit-vo.nl/leeromgeving/content.php?id=52222)

   |   |
| **Nodig voor leerling:** Op LessonUpdia 29 staan linkjes naar Digit-vo * [Les 2. Sociale media](https://digit-vo.nl/leeromgeving/content.php?id=52220)
* [Les 3. Jij online](https://digit-vo.nl/leeromgeving/content.php?id=52221)
* [Les 4. Hou het veilig](https://digit-vo.nl/leeromgeving/content.php?id=52222)

  |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** We gaan nadenken over 2 vragen:  1 Hoe hebben (sociale) media invloed op je geestelijk welzijn? 2 Hoe kun je jezelf zo goed mogelijk voorbereiden op de digitale sociale wereld?   |   |
| **Ervaringen van de leerlingen:**  Vinden de leerlingen dat (sociale) media invloed hebben op hun geestelijk welzijn? En zo ja, is dat erg of juist niet?  Hoe kunnen ze (sociale) media gebruiken om zich prettig te voelen?   |   |
| **Uitvoering**  |   |
| *Klassikaal* Bespreek de achtergrond van deze lesactiviteit en ervaringen van de leerlingen. Doorloop klassikaal de LessonUp (vanaf dia 23)   |   |
| *Individueel*  * Op LessonUpdia 29 staan linkjes naar
* [Les 2. Sociale media](https://digit-vo.nl/leeromgeving/content.php?id=52220)
* [Les 3. Jij online](https://digit-vo.nl/leeromgeving/content.php?id=52221)
* [Les 4. Hou het veilig](https://digit-vo.nl/leeromgeving/content.php?id=52222)

  Geef aan welke les(sen) de leerlingen mogen gaan doen.  |   |
| *Klassikaal* Toon de terugkoppelvragen. Wijs een leerling aan die de eerste terugkoppelvraag mag beantwoorden. Deze leerling wijst daarna een klasgenoot aan die vraag 2 mag beantwoorden, enzovoort.  **De terugkoppelvragen zijn:** 1. Noem 1 voordeel van sociale media
2. Noem 1 nadeel van sociale media
3. Wat betekent ‘digitale identiteit’?
4. Wat is sexting?
5. Is het strafbaar om naaktfoto’s door te sturen van iemand anders?
6. Wat zijn internettrollen?

  |   |

|  |
| --- |
| **W2-Ex2-Lb1 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 4:** **Werken aan het reisdoel**  |
| **Duur:** 55 minuten   |
| **Lesdoel(en)**:  * Ik kan een planning maken.
* Ik kan mij aan mijn planning houden.

  |
| **Nodig voor docent**:  Het document met de afspraken over de activiteitendag: **W2-infoblad-Reisdoel**   |
| **Bijbehorende theorie**: -   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  De leerlingen mogen verder gaan met de voorbereiding voor de activiteitendag. Bespreek dus wat ze vandaag kunnen doen.  Iedereen moet aan het eind van dit lesblok weer in de klas zijn, voor de evaluatie en afsluiting.   |
| **Nodig voor leerling:** * Het document met de afspraken over de activiteitendag: **W2-infoblad-Reisdoel**
* Werkblad: **W2-werkblad-Lesevaluatie voor lln.docx**

  |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit: -**   |
| **Ervaringen van de leerlingen: -**   |
| **Uitvoering**  |
| *Individueel of in groepjes* Bespreek wat de leerlingen de komende 40 minuten kunnen doen in voorbereiding op de activiteitendag. Neem daarvoor samen het bestand met afspraken door: **W2-infoblad-Reisdoel**Wie doet wat? Loop alle namen langs zodat klas weet wat de stand van zaken is   |
| *Klassikaal* Bespreek de ervaringen van vandaag. Laat de leerlingen het evaluatieformulier invullen. Dit mogen ze opslaan in hun port folio.    |

### 3.2 Expeditie 2 – Geestelijke gezondheid – Blok 2

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Expeditie 2 Geestelijke gezondheid Blok** **2** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Exp2-Lb2 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:**  **Zelfstandig lezen**  |    |
| **Duur:** 15 minuten    |    |
| **Lesdoel(en)**:   Ik kan zelfstandig lezen     |    |
| **Nodig voor docent**: -   |    |
| **Bijbehorende theorie**: -    |    |
| **Aandachtspunten voor docent**:  -   |    |
| **Nodig voor leerling:**  Eigen boek en een boekenlegger      |    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** -   |    |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -   |    |
| **Uitvoering**   |    |
| Klassikaal    Laat de leerlingen hun boek pakken en een rustig plekje zoeken. Er wordt in stilte gelezen.     |    |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex2-Lb2 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2:** **Movies that matter**  |   |
| **Duur:** 165 minuten |   |
| **Lesdoel(en)**:  * Ik kan uitleggen wat stereotypering is
* Ik kan uitleggen waarom stereotype mijn keuzes beïnvloedt
* Ik kan het verschil uitleggen tussen gender + geslacht

  |   |
| **Nodig voor docent**:  * LessonUp: Moviesthatmatter
* Toegang tot film in de klas of een andere manier om de film klassikaal te kijken (zie hieronder onder aandachtspunten).
* De film is te vinden op moviesthatmatter.nl (misschien moet je eerst een account aanmaken=gratis)
 |   |
| **Bijbehorende theorie**: - * Zie **PDF: a perfectly normal family** voor achtergrond informatie
 |   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  * Maak van tevoren een account aan op moviesthatmatter.nl zodat je de film kan bekijken

Plan a: Zet de film ‘A perfectly normal family’ klaar om te bekijken. In dat geval is er tijd om de film na te bespreken. Plan b: Ga met de leerlingen naar Theater de Kik en kijk de film daar. Deze afspraak moet tijdig bevestigd worden. Let op! Bij plan b is er geen tijd om de film tijdens dit lesblok na te bespreken. Probeer hier een ander moment voor in te plannen.   |   |
| **Nodig voor leerling: -**   |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Introductie door Movies that matter Welkom bij deze les bij de film ‘A Perfectly Normal Family’ (Malou Raymann, 2020). Tijdens deze les maakt jouw klas kennis met filmeducatie en mensenrechten in de breedste zin. Film is een uitstekend middel om het besef van jongeren over maatschappelijke thema's te vergroten. Met deze les open je de ogen van leerlingen en studenten voor mensenrechtenthema's. In deze les bekijken leerlingen de film ‘A Perfectly Normal Family’. Wanneer Emma’s vader vertelt dat hij voortaan als vrouw door het leven wil gaan, is zijn jongste dochter totaal uit het lood geslagen. Thomas verandert daarna razendsnel in Agnete: een vrouw met zwierige jurken die opeens niet meer van voetbal lijkt te houden. Wie is deze nieuwe vader? Kan Emma deze Agnete überhaupt nog zo noemen? Het veilige gezinsleven dat ze kende, komt op losse schroeven te staan en de hechte vader-dochterband verandert voorgoed.   |   |
| **Ervaringen van de leerlingen:** Ervaringen en meningen bespreken we tijdens het volgen van de LessonUp en na afloop van de film.   |   |
| **Uitvoering**  |   |
| *Klassikaal*  Start de [LessonUp](https://www.lessonup.com/nl/lesson/oPdbscCZqY5jhHhbH). Deze gaat over het onderwerp van de film ‘A perfectly normal family.’ Bespreek de achtergrond van deze lesactiviteit. Loop de les door tot en met dia 24. Start daarna de film ‘A perfectly normal family’. Deze duurt 93 minuten. Ga verder met de LessonUp, om de film na te bespreken.  |   |

### 3.3 Expeditie 2 – Geestelijke gezondheid – Blok 3

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Expeditie 2 Geestelijke gezondheid Blok** **3** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Exp2-Lb3 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:**  **Zelfstandig lezen**  |    |
| **Duur:** 15 minuten    |    |
| **Lesdoel(en)**:   Ik kan zelfstandig lezen     |    |
| **Nodig voor docent**: -   |    |
| **Bijbehorende theorie**: -    |    |
| **Aandachtspunten voor docent**: -   |    |
| **Nodig voor leerling:**  Eigen boek en een boekenlegger      |    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** -   |    |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -   |    |
| **Uitvoering**   |    |
| Klassikaal    Laat de leerlingen hun boek pakken en een rustig plekje zoeken. Er wordt in stilte gelezen.     |    |

|  |
| --- |
| **W2-Ex2-Lb3 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2:** **Genotmiddelen**  |
| **Duur:** 40 minuten   |
| **Lesdoel(en) (in rubrics)**:  Ik kan uitleggen wat een genotmiddel is;  Ik kan diverse genotmiddelen noemen;  Ik kan een aantal effecten van genotmiddelen beschrijven;  Ik kan een aantal ontwenningsverschijnselen noemen;  Ik kan uitleggen hoe je verslaafd kunt raken aan roken.   |
| **Nodig voor docent**:   - LessonUp Start genotmiddelen.  |
| **Bijbehorende theorie**: -   |
| **Aandachtspunten voor docent**: * Het is verstandig om de LessonUp van tevoren te doorlopen. Aan het eind van de LessonUp staan stellingen. Stimuleer het gesprek met de leerlingen tijdens de stellingen (het zijn er 4) maar houd de tijd in de gaten. Je hebt er max 40 minuten voor om de LessonUp te maken.
* Maak de LessonUp klassikaal samen met de klas.

  |
| **Nodig voor leerling: -**  - laptop om in LessonUp te werken |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Het is niet makkelijk; afblijven van alles wat ongezond voor je is. En een beetje ongezond doen is ook helemaal niet erg. Maar als je ergens verslaafd aan bent, is het niet zo grappig meer. Je bent dan namelijk niet meer vrij om te kiezen. En je krijgt stoffen binnen die erg ongezond zijn.  Daarom gaan we eens kritisch nadenken over genotmiddelen.    |
| **Ervaringen van de leerling:** Tijdens dit lesblok komen ervaringen vanzelf ter sprake, dit hoeft niet in de introductie.   |
| **Uitvoering**  |
| *Klassikaal* Start de les op met de klas. De leerlingen starten hun laptop op en gaan naar LessonUp. Vertel de klas waar dit blok over gaat, namelijk genotmiddelen en verslaving. Neem de doelen van dit lesblok door. De docent start de LessonUp op het digibord. De LessonUp wordt klassikaal gemaakt. Bij de stellingen stimuleert de docent om het gesprek aan te gaan met de klas. De laatste slide van de LessonUp kunnen de leerlingen aangeven of het onderwerp interessant is. Dit is een kleine evaluatiemoment. De docent geeft aan dat ze naar de volgende lesactiviteit gaan: vapen na een korte pauze van 10 minuten.    |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex2-Lb3 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:** **Vapen**  |   |
| **Duur:** 120 minuten   |   |
| **Lesdoel(en)**:  * Ik kan uitleggen wat de korte- en langetermijneffecten van vapen en roken zijn.
* 21e eeuwse vaardigheden:

Zelfregulering: Ik weet dat ik zelf verantwoordelijk ben voor het wel of niet beginnen met vapen en andere verslavende middelen.   |   |
| **Nodig voor leerkracht**:  Voorbereiding: Achtergrondinfo  Planning: Uitleg (30 min) Quiz (30 – 45 min) Ervaringen en discussie (30 min) of Bezoek arts (30 min) Stellingen (30 min)  Begeleidende bestanden: * Uitleg en achtergrondinformatie – docent.pdf
* Klassikale uitleg over vapen - docentenhandleiding.pdf
* Klassikale uitleg over vapen - presentatie.pptx
* Quiz – docentenhandleiding.pdf
* Quiz – werkblad.pdf (print dit werkblad bij voorkeur niet uit, maar laat de leerlingen het bestand op hun device openen en de antwoorden in een schrift opschrijven)
* Quiz – presentatie.pptx
* Ervaringen en discussie – docentenhandleiding.pdf
* Ervaringen en discussie – werkblad.pdf (print dit werkblad bij voorkeur niet uit, maar laat de leerlingen het bestand op hun device openen en de antwoorden in een schrift opschrijven)
* Ervaringen en discussie – presentatie.pptx
* Stellingen en discussie – docentenhandleiding.pdf
* Stellingen en discussie – presentatie.pptx

In samenwerking met LOB een verpleegkundige of medewerker verslavingszorg uitnodigen via de website vapen #jouwkeuze. Lukt dit niet dan zijn de werkbladen ervaring en discussie nodig met de bijbehorende ppt.   |   |
| **Bijbehorende theorie**: -   |   |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**:  * Voor deze lesactiviteit over vapen, gebruikt u een bestaand lespakket. Lees van tevoren het bestand met de uitleg en achtergrondinformatie voor de docent door.
* Via de website van Vapen #jouwkeuze, is het mogelijk om een bezoek door een arts aan te vragen. In samenhang met LOB, zou het nog mooier om voor deze les een verpleegkundige of een medewerker verslavingszorg te vragen, dus een professional met een MBO-opleiding.
* Is het niet mogelijk om een gesprek met een deskundige te hebben? Dan is er als alternatief het onderdeel ‘Ervaringen en discussie’. In dat geval gebruiken de leerlingen het bijbehorende werkblad.
* Van de presentaties zijn pptx-bestanden beschikbaar in de teamsomgeving.
* In het bestand met uitleg en achtergrondinformatie voor de docent, staat ook de introductie opgenomen. Hiervan zijn de bijbehorende bestanden ook beschikbaar. Maar omdat we het qua tijd niet halen, stellen we voor de introductie over te slaan. De kennis die in de introductie wordt opgehaald, komt terug in de andere onderdelen (die wij wel inzetten).
 |   |
| **Nodig voor leerling:** * **Werkblad: Quiz**
* Pen en papier om de antwoorden op de quiz op te schrijven.
* Eventueel het werkblad: Ervaringen en discussie

  |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit: -**   |   |
| **Ervaringen van de leerling:** Tijdens dit lesblok komen ervaringen vanzelf ter sprake, dit hoeft niet in de introductie.   |   |
| **Uitvoering**  |   |
| *Klassikaal (30 min)* Neem klassikaal de uitleg over vapen door. * **Klassikale uitleg over vapen - presentatie.pptx**
 |   |
| *Groepjes (40 min)* Laat de klas in tweetallen of groepjes de quiz maken.  De Quiz is de presentatie Quiz!De antwoorden schrijven ze op in het werkblad. * **Quiz – presentatie.pptx**
 |   |
| *Klassikaal (30 min)* Nu is er de keuze. 1. Er komt een deskundige uit de gezondheidszorg langs, om uitleg te geven over de korte- en langetermijneffecten van vapen. OF 2. De leerlingen maken het werkblad: **Ervaringen en discussie – werkblad.pdf**.  De leerlingen doen dit in dezelfde tweetallen die samen de Quiz hebben gemaakt. Daarbij gebruikt u de werkvorm: denken – delen – uitwisselen De antwoorden schrijven ze op het werkblad.   |   |
| *Klassikaal (30 min)* Als laatste bespreken de leerlingen hun inzichten en mening over vapen, naar aanleiding van een aantal stellingen.  **Gebruik hiervoor de PPTX Stellingen en discussie** Stimuleer de leerlingen om het gesprek aan te gaan n.a.v. de stellingen. Leg uit dat de regels gelden bij een discussie/gesprek:* We laten elkaar uitpraten.
* We respecteren elkaars mening
 |   |

### 3.4 Expeditie 2 – Geestelijke gezondheid – Blok 4

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Expeditie 2 Geestelijke gezondheid Blok** **4** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Exp2-Lb4 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:**  **Zelfstandig lezen**   |    |
| **Duur:** 15 minuten    |    |
| **Lesdoel(en)**:   Ik kan zelfstandig lezen     |    |
| **Nodig voor docent**: -   |    |
| **Bijbehorende theorie**: -    |    |
| **Aandachtspunten voor docent**: -   |    |
| **Nodig voor leerling:**  Eigen boek en een boekenlegger      |    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** -   |    |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -   |    |
| **Uitvoering**   |    |
| Klassikaal    Laat de leerlingen hun boek pakken en een rustig plekje zoeken. Er wordt in stilte gelezen.     |    |

|  |
| --- |
| **W2-Ex2-Lb4 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2:** **Wat is groepsdynamiek?**  |
| **Duur:** 60 minuten   |
| **Lesdoel(en)**:  * Ik kan uitleggen wat groepsdynamiek is.
* Ik kan luisteren naar een ander en uitleggen wat die ander aan mij verteld heeft.

  |
| **Nodig voor docent**:  * [(540) Een bizar maar fantastisch en inspirerend filmpje - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=t320qu62lLk)
* <https://www.lessonup.com/nl/lesson/xiARcEF7e6GS4HqEw?utm_source=app&utm_campaign=shared-lesson-app&utm_content=1718703839793&utm_medium=shared-link>

  |
| **Bijbehorende theorie**: -   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  De LessonUp gaat vanaf dia 6, over de bijzondere belevenissen van iemand. Houd dit klein, het moet geen opschepperij worden. Het gaat er niet om wie de duurste of meest verre reis heeft gemaakt. Laat de leerlingen doorvragen op wat er leuk of gek of echt bijzonder was.   |
| **Nodig voor leerling:** Pen en papier   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Groepsdynamiek bestaat uit de interacties en relaties binnen een groep mensen en de invloed hiervan op de prestaties en het welzijn van de groep.  Zoals elke groep, heeft elke klas te maken met groepsdynamiek. Uiteraard proberen we deze zo goed en positief mogelijk te begeleiden. Het doel is dat elke leerling zichzelf mag zijn, zich prettig voelt in de klas en datzelfde respect voor de anderen heeft.    |
| **Ervaringen van de leerling:** Tijdens dit lesblok komen ervaringen vanzelf ter sprake, dit hoeft niet in de introductie.   |
| **Uitvoering**  |
| *Klassikaal* Bespreek de kenmerken van groepsdynamiek: * Interacties en relaties tussen groepsleden.
* Invloed op gedrag, prestaties en sfeer.
* Het belang van een positieve groepsdynamiek voor het leerproces.

 Lees, maak en bespreek daarna klassikaal de **LessonUp Groepsdynamica, les 1**  Kijk het **bizarre maar inspirerende filmpje op YouTube** Vraag welke verandering de hoofdpersoon doormaakt en wat dat voor gevolg heeft op zijn leven en op dat van anderen. Wat heeft dit te maken met groepsdynamiek?  |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex2-Lb4 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:** **Groepsdynamiek in de klas**  |   |
| **Duur:** 50 minuten   |   |
| **Lesdoel(en)**:  * Ik kan een mindmap maken
* Ik kan samenwerken
* Ik kan uitleggen wat ik in een groep zie gebeuren
* Ik kan kritisch nadenken over mijzelf en mijn rol in een groep

  |   |
| **Nodig voor docent**: -   |   |
| **Bijbehorende theorie**: -   |   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  De leerlingen gaan elkaars gedrag in groepen observeren. Laat ze hierbij even hun gang gaan, wat doet elk groepje als de opdracht is: observeer een ander groepje?    |   |
| **Nodig voor leerling:** * Post-its
* Pen en papier.
* Grote vellen papier
 |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit: -**   |   |
| **Ervaringen van de leerling: -**   |   |
| **Uitvoering**  |   |
| *Klassikaal (15 min)* Bespreek kort wat groepsdynamiek is en waarom inzicht hierin belangrijk is binnen een groep of klas. Benoem de verschillende rollen die binnen elke groep herkenbaar zijn. Vraag of de leerlingen gedragsvoorbeelden kunnen geven van: * Leiders: Sturen de groep aan.
* Volgers: Ondersteunen de leiders en voeren taken uit.
* Buitenstaanders: Houden zich afzijdig.
* Verbinders (Sociale coördinatoren): Bevorderen de samenwerking.
 |   |
| *Groepjes (15 min)* * Laat de leerlingen zichzelf verdelen in groepen van 4 tot 6 personen.
* Elke groep krijgt een groot vel papier en markers.
* Op het papier moeten ze een mindmap maken met hun namen in het midden en daaromheen eigenschappen die ze met elkaar delen (hobby's, interesses, etc.). Bijvoorbeeld skaten, koekjes bakken, horrorfilms kijken of spelen met de hond.
 |   |
| *Groepjes (20 min)* * Leg uit dat ze nu een kwartiertje de andere groepen gaan observeren zonder met hen te communiceren.
* Geef elke groep een set post-its en vraag hen om positieve en negatieve observaties te noteren over andere groepen.
* Laat ze de post-its op het grote vel van de geobserveerde groep plakken.

  |   |
| *Bespreking (15 min)* * Laat elke groep terugkeren naar hun eigen mindmap en bespreek de observaties.
* Vraag hen hoe zij denken dat hun groep wordt waargenomen door anderen en of er overeenkomsten zijn tussen de observaties en de eigenschappen die ze zelf hebben genoteerd.

  |   |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex2-Lb4 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 4:** **Hetzelfde maar dan anders**  |   |
| **Duur:** 50 minuten   |   |
| **Lesdoel(en):** * Ik kan deelnemen aan een gesprek.
* Ik kan actief luisteren en gerichte vragen stellen
* Ik kan nadenken over mijn eigen rol in een groep

  |   |
| **Nodig voor docent**:  1. LessonUp Hetzelfde maar dan anders:

[**https://www.lessonup.com/nl/lesson/Ekcv5umdCwzFSuPpQ?utm\_source=app&utm\_campaign=shared-lesson-app&utm\_content=1718714385677&utm\_medium=shared-link**](https://www.lessonup.com/nl/lesson/Ekcv5umdCwzFSuPpQ?utm_source=app&utm_campaign=shared-lesson-app&utm_content=1718714385677&utm_medium=shared-link)Werkblad groepsdrukOF 1. Er komt een professional langs die veel te maken heeft met groepsdynamiek. Bijvoorbeeld: een sociaal werker, pedagogisch medewerker kinderopvang, boa, handhaver, beveiliger, activiteitenbegeleider, enzovoort.

   |   |
| **Bijbehorende theorie**: -   |   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  1. Lees de uitleg bij de LessonUp van tevoren door.
2. Mogelijk komt er een professional langs, die met de klas gaat praten over groepsdynamiek buiten de klas, in de beroepspraktijk. Zorg ervoor dat hier tijdig afspraken over zijn gemaakt.

Bespreek met de professional: * Waar en wanneer de afspraak is;
* Wat het onderwerp van het gesprek is: omgaan met groepsdynamiek in een specifieke beroepspraktijk. Het gaat niet om de dynamiek op de werkvloer, maar om de dynamiek met de mensen die de professional tijdens het werk tegenkomt, begeleidt, aanspreekt enzovoort;
* Hoeveel tijd hiervoor beschikbaar is.

  |   |
| **Nodig voor leerling:** Bij a: Pen en papier. Laat de leerlingen de werkbladen natekenen of op hun eigen manier opschrijven. Voorkom onnodig printen.   |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Het doel is ook bij deze lesactiviteit verdiepen van de inzichten in groepsdynamiek.  1. Hoe werkt het in én buiten de klas, in de andere groepen waar je bij hoort?

OF 1. Op welke manieren hebben mensen er tijdens hun beroep mee te maken?

  |   |
| **Ervaringen van de leerling:** Heb jij wel eens meegemaakt dt je mee wil doen in de klas terwijl je dat eigenlijk niet wil?  |   |
| **Uitvoering**  |   |
| 1. *Klassikaal (50 min)*
* Loop klassikaal de LessonUp ‘Hetzelfde maar dan anders’ door.

OF 1. *Klassikaal (50 min)*
* Introduceer de gast. Deze persoon moet zich tijdens het werk heel bewust zijn van de groepsdynamiek.
* Laat de leerlingen een vraag opschrijven die ze aan deze persoon willen stellen.
* Geef jullie gast het woord. Het is aan deze persoon of de leerlingen al tijdens het verhaal vragen mogen stellen of dat ze moeten wachten tot na de presentatie.
 |   |

|  |
| --- |
| **W2-Ex2-Lb4 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 5:** **Afronding van expeditie 2**  |
| **Duur:** 10 minuten   |
| **Lesdoel(en):**  Ik kan kritisch over mijzelf nadenken   |
| **Nodig voor docent**: -   |
| **Bijbehorende theorie**: -   |
| **Aandachtspunten voor docent**: -   |
| **Nodig voor leerling:** De rubrics bij Wereld 2, expeditie 2.   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** De leerlingen hebben tijdens het reisplan, lesblok 1, alle rubrics ingevuld. Aan het eind van elke expeditie vullen ze de rubrics die bij de betreffende expeditie horen, nogmaals in. Zo kunnen ze voor zichzelf bepalen wat ze geleerd hebben.   |
| **Ervaringen van de leerlingen: -**   |
| **Uitvoering**  |
| Laat de leerlingen in hun portfolio de rubrics bij Wereld 2, expeditie 2 openen. Bespreek de rubrics klassikaal.  Daarna mag elke leerling de rubrics voor zichzelf invullen.  |

## 4. Expeditie 3 – Weet wat je eet!

### 4.1 Expeditie3 – Weet wat je eet! – Blok 1

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Expeditie 3 Weet wat je eet! Blok** **1** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Exp3-Lb1 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:**  **Zelfstandig lezen**  |    |
| **Duur:** 15 minuten    |    |
| **Lesdoel(en)**:   Ik kan zelfstandig lezen     |    |
| **Nodig voor docent**: -   |    |
| **Bijbehorende theorie**: -    |    |
| **Aandachtspunten voor docent**: -   |    |
| **Nodig voor leerling:**  Eigen boek en een boekenlegger      |    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** -   |    |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -   |    |
| **Uitvoering**   |    |
| Klassikaal    Laat de leerlingen hun boek pakken en een rustig plekje zoeken. Er wordt in stilte gelezen.     |    |

|  |
| --- |
| **W2-Ex3-Lb1 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2:****Krachtvoer module 1 - Krachtvoer wat weet jij ervan?** |
| **Duur:** 45 minuten   |
| **Lesdoel(en):*** Ik kan de vakken van de schijf van vijf benoemen.
* Ik kan van voedingsmiddelen aangeven in welk vak van de schijf van vijf ze horen.
* Ik kan met de schijf van vijf adviezen geven over gezonde voeding.

  |
| **Nodig voor docent**:  * Account op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) + de digibordles Module 1
* Antwoorden Kahoot: **W2-Ex3-Lb1-Krachtvoer\_Quizvragen en uitleg\_Module\_1**
* Geprinte posters **W2-Ex3-Lb1-Krachtvoer\_Posters**
* Werkboek leerlingen: **W2-Ex3-Krachtvoer werkboek**
* Account op Kahoot
 |
| **Bijbehorende theorie:** -   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  Aandachtspunten zijn: * Hang de Krachtvoer op in het lokaal waar leerlingen de meeste Krachtvoer-lessen zullen krijgen. **W2-Ex3-Lb1-Krachtvoer\_Posters**
* Voor meerdere modules is het belangrijk om een Kahoot! account te hebben.
* Zorg voor fruit, suikerklontjes en weegschalen.

 Krachtvoer is ontwikkeld voor lessen van 45 minuten. Tijdens het wereldonderwijs neem je een aantal modules achter elkaar door, tijdens een lesblok van 180 minuten. Let op**:** Module 1 opdracht 7 ‘Fruity time’. De leerlingen moeten als huiswerkopdracht, thuis foto’s maken van het fruit wat ze eten. Voor ons wereldonderwijs, moeten ze deze foto’s maken voorafgaand aan dit eerste lesblok van expeditie 3. Deze huiswerkopdracht geven we daarom al in het Reisplan.  Zorg voor een login op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) . De docentenhandleiding kun je ook digitaal raadplegen; Ga naar docenten --> Lesmodules --> Klik de betreffende module aan.   |
| **Nodig voor leerling:** * **W2-Ex3-Krachtvoer werkboek**
* Pen
* Potloden

  |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Het belangrijkste doel van deze eerste module is dat leerlingen kennis maken met Krachtvoer en enthousiast worden om ermee aan de slag te gaan!  In deze module wordt geoefend met de (digitale) werkvormen. Zo maken leerlingen een quiz via Kahoot!, die meteen inzicht geeft in het kennisniveau van de Schijf van Vijf en bekijken ze 2 korte video's. Daarnaast gaan leerlingen aan de hand van het werkblad na hoe goed hun ontbijt aan de richtlijnen van de Schijf van Vijf voldoet, waarbij ze optioneel kunnen oefenen met het scannen van producten via de 'Kies ik Gezond?' -app van het Voedingscentrum. Ook maken leerlingen kennis met de Krachtvoer-website.   |
| Ervaringen van de leerling: -   |
| Uitvoering  |
| Log in op krachtvoer.nu. Ga naar Module 1 en open de digibordles. Deze les neemt je stap voor stap mee door deze les.**1. Introductie (2min/klassikaal)**Bespreek de naam 'Krachtvoer' met de leerlingen.Vraag: Waar denk je aan bij de naam Krachtvoer?Vraag: Als je naar het digibord kijkt, kan je dan bedenken waar Krachtvoer over gaat?Introductie van het thema gezonde voeding: Wat is gezond? Wat niet? Hoe gezond leef jij?Uitleg: Leerlingen gaan aan de slag met hun eigen eet- en drinkgedrag en proberen gezondere keuzes te maken.2**. Filmpje en poster (3min/klassikaal)**Speel het filmpje KRACHTVOER\_VIDEO#1 - Welkom bij Krachtvoer! af in de klas. Vraag de leerlingen naar hun mening over het filmpje.**3. Quiz (10min/individueel)**Kies een Kahoot quiz:Quiz 1 & 2: 5 vragenQuiz 3 & 4: 10 vragenBespreek elke quizvraag direct na aan de hand van de gegeven antwoorden, zie W2-Ex3-Lb1-Krachtvoer\_Quizvragen en uitleg\_Module\_1**4. Video’s Schijf van Vijf! (10min/Klassikaal)**Bekijk samen de 2 video's van het Voedingscentrum, deze linkjes staan in de presentatie (digibordles krachtvoer module 1)Bespreek de video's:Wat heb je geleerd?Wat wist je al?Is er nog iets wat je niet begrijpt?**5. Wat (w)eet jij van de Schijf van Vijf? (10min/zelfstandig)**Laat de leerlingen werkblad “*Krachtvoer, wat weet jij ervan?”*, maken (blz. 3 en 4 W2-Ex3-Krachtvoer werkboek.pdf) .Leerlingen beoordelen zelfstandig hoe goed hun ontbijt in de Schijf van Vijf past.**6. Opdracht ‘Fruity time’ introduceren (5min/klassikaal)** Bespreek de huiswerkopdracht op het werkblad. (blz. 6 W2-Ex3-Krachtvoer werkboek.pdf)Leerlingen maken gedurende 3 dagen foto's van de keren dat ze fruit eten (minimaal 3 foto's per leerling).Tips op het werkblad voor het maken van goede foto's.Kies een inlevermoment en manier.Attendeer leerlingen op hun mediawijsheid: Maak de foto zo dat je niet herkenbaar in beeld bent (zie tips op het werkblad).**7. Afsluiting en vooruitblik naar de volgende les (5min/klassikaal)**Vraag de leerlingen wat ze van de les vonden.Bespreek eventuele verbeterpunten voor de volgende keer.Introductie volgende les: 'Alles over Fruit-kracht'. Leerlingen spiegelen hun eigen fruitconsumptie aan de richtlijnen. |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex3-Lb1 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:****Krachtvoer module 2 - Alles over fruit-kracht!** |   |
| **Duur:** 35 minuten   |   |
| **Lesdoel(en):**  * Ik kan uitleggen waarom voldoende fruit eten belangrijk is.
* Ik kan uitleggen wat de Nederlandse Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid (ADH) van fruit is.
* Ik kan de richtlijnen benoemen die er zijn rondom de ADH.
* Ik kan uitleg geven over mijn eigen fruitconsumptie en hier de richtlijnen rondom de ADH op betrekken.

  |   |
| **Nodig voor docent**:  * Account op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) + de digibordles Module 2
* Werkboek leerlingen: **W2-Ex3-Krachtvoer werkboek**

  |   |
| **Bijbehorende theorie:** -   |   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  * In het werkboek staat na het werkblad module 2 een pagina met 4 weegschalen. Daar kunnen de leerlingen die snel klaar zijn fruit in tekenen. Dit gaat niet digitaal. Bedenk van tevoren wat u hiermee wilt doen.
* Zorg voor een login op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) . De docentenhandleiding kun je digitaal raadplegen; Ga naar docenten --> Lesmodules --> Klik de betreffende module aan.

  |   |
| **Nodig voor leerling:** * Krachtvoer werkboek
* Pen en potloden

  |   |
| **Ervaringen van de leerling: -**   |   |
| **Uitvoering** |  |
| Ga op de website van krachtvoer.nu naar Module 2 en open de digibordles. Deze les neemt je stap voor stap mee door deze les. Sla het nabespreken van de huiswerkopdracht over.**2. Open vraag gevolgd door video (10min/klassikaal)**Stel leerlingen eerst de open vraag die bij de video hoort en laat ze deze beantwoorden:Video 1: Waarom is fruit eten gezond?Video 2: Wanneer eet je genoeg fruit?Video 3: Is alleen vers fruit gezond?Speel vervolgens de video af.Herhaal dit proces voor alle drie de video's.**3. Fruitspel (8min/klassikaal)**Vraag (per fruitsoort) één leerling naar voren die het fruit in de weegschaal sleept.Herhaal dit voor de zes fruitsoorten.Informeer leerlingen dat het Fruitspel ook buiten de les te spelen is op Krachtvoer.nu, leuk om thuis te laten zien!**4. Open vraag: eet jij genoeg fruit? (5min/klassikaal)**Bespreek voorafgaand aan de video klassikaal: Waarom denk je dat jongeren wel of niet genoeg fruit eten?Speel vervolgens de video af.**5. Werkblad & duo-opdracht (10min/individueel met klasgenoot)**Laat de leerlingen werkblad 2 maken in het werkboek.Zodra ze klaar zijn, interviewen ze elkaar in duo’s om beurten 2 minuten over hun fruitconsumptie en de redenen waarom ze wel/niet voldoende fruit eten.Inventariseer daarna klassikaal van een aantal duo’s welke redenen ze hebben ingevuld.Schrijf deze redenen op het bord en vraag de rest van de leerlingen of zij nog andere redenen hebben bedacht.**6. Afsluiting en vooruitblik naar de volgende les (2min/klassikaal)**Vraag de leerlingen wat ze van deze les vonden.Bespreek eventuele verbeterpunten voor de volgende keer.Informeer dat de volgende les gaat over Snacken en Drinken, waarin leerlingen hun eigen consumptie aan de richtlijnen spiegelen.Vermeld dat er geen huiswerk is voor deze les. |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex3-Lb1 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 4:** **Krachtvoer module 3 - Alles over snack- & drink kracht!** |   |
| **Duur**: 45 minuten  |   |
| **Lesdoel(en):**  * Ik kan uitleggen waarom het belangrijk is om voldoende te drinken en zo min mogelijk suikerhoudende dranken te drinken.
* Ik kan de richtlijnen over snacks en drinken benoemen.
* Ik kan aanwijzen welke snacks en dranken een gezondere keuze zijn.
* Ik ben mij bewust van mij eigen consumptie van snacks en drinken en weet hoe mijn eigen consumptie zich verhoudt tot de richtlijnen. Dit kan ik opschrijven.

  |   |
| **Nodig voor docent**:  * Account op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) + de digibordles Module 3
* Werkboek leerlingen: **W2-Ex3-Krachtvoer werkboek**
* Antwoorden Kahoot: **W2-Ex3-Lb1-Module 3 Overzicht quiz vragen en antwoorden**
* Inloggegevens Kahoot!
* Poster -**W2-Ex3-Lb1-Poster Suiker-in-pakjes-drinken**
 |   |
| **Bijbehorende theorie:**  Kennis over de schrijf van vijf (module 1)   |   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  De leerlingen krijgen een digitale opdracht om suikerklontjes naar drankjes te slepen.  Wilt je dit sleepspel niet digitaal uitvoeren? Koop van tevoren vier drankjes en genoeg suikerklontjes. Je kan hiervoor als uitgangspunt de poster 'Hoeveel suiker zit er in pakjes drinken?' van het Voedingscentrum gebruiken.   Zet de drankjes voor in de klas op een rijtje, zodat iedereen ze goed kan zien. Deel de klas op in 4 teams. Laat elk team het juiste aantal suikerklontjes op hun eigen tafel neerleggen.  Let op dat de suikerklontjes niet opgegeten worden! Uiteraard laat je de poster pas naderhand zien en controleer je op die manier of leerlingen het juiste aantal suikerklontjes gelegd hebben. Bespreek daarnaast ook de overige drankjes die op de poster afgebeeld staan.  gebruik je de poster van het Voedingscentrum 'Hoeveel suiker zit er in pakjes drinken'? Op de poster staan grotendeels andere drankjes dan in het sleepspel gebruikt worden. Haal de poster toch pas tevoorschijn nadat alle sleepvragen besproken zijn om zo meer diepgang te creëren. *•* Wil je meer voorbeelden inzien van pakjes drinken en hun suikergehalte? Neem een kijkje op [deze](https://www.voedingscentrum.nl/drinkenkind) site van het Voedingscentrum.  De huiswerkopdracht ‘Zoek het uit’ is niet voorbereid en kan ook niet tijdens de les uitgevoerd worden. Laat de leerlingen deze thuis uitwerken en inleveren via Teams onder opdrachten.  Zorg voor een login op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) . De docentenhandleiding kun je digitaal raadplegen; Ga naar docenten --> Lesmodules --> Klik de betreffende module aan.   |   |
| **Nodig voor leerling:** * Krachtvoer werkboek
* pen
* potlood
* laptop + internetaansluiting

  |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** In deze module leren leerlingen waarom het belangrijk is om vaker gezonde snacks en dranken te kiezen in plaats van ongezonde snacks en suikerhoudende dranken. Leerlingen spiegelen hun eigen snack- en drinkconsumptie met de richtlijnen en denken na over hoe deze zich verhouden tot hun eigen gedrag. Ook denken leerlingen na waarom ze wel of niet aan de richtlijnen voldoen.  Deze module bevat interactieve spellen, vragen, video's, een test en quiz.   |   |
| **Ervaringen van de leerling: -**   |   |
| **Uitvoering**  |   |
| Ga op de website van krachtvoer.nu naar Module 3 en open de digibordles. Deze les neemt je stap voor stap mee door deze les.**1. Wat staat niet in de Schijf van Vijf? (5min/klassikaal)**Bespreek aan de hand van de digibord slide: Wat weet jij nog van de Schijf van Vijf?Merk je dat de kennis van leerlingen over de Schijf van Vijf is weggezakt? Bekijk de video('s).**2. Past deze snack elke dag in je dagmenu? (5min/klassikaal)**Laat een leerling de snacks in het juiste vak slepen; dag- of weekkeuze?Goede antwoorden slide 1:Dagkeuzes: koekje, waterijsje, blokje chocolade.Weekkeuzes: appelflap, broodje kroket, punt pizza.Goede antwoorden slide 2:Dagkeuzes: popcorn, handje gummiberen, handje chips.Weekkeuzes: snoepreep, croissant, donut.Discussieer met de leerlingen: Waarom denk je dat een snack een dag- of weekkeuze is? Waarom moet je niet te vaak ongezond snacken?**3. Hoeveel suiker bevat elk drankje? (5min/klassikaal)**Laat een leerling per drank het juiste aantal suikerklontjes in de weegschaal slepen.Goede antwoorden:Glas cola: 6 suikerklontjesPakje appelsap: 5 suikerklontjesBlikje energiedrank: 7 suikerklontjesGlas water: 0 suikerklontjesGlas cola-light: 0 suikerklontjesJe kan voor dit onderdeel de poster gebruiken: W2-Ex3-Lb1-Poster Suiker-in-pakjes-drinken**4. Open vraag gevolgd door video (5min/klassikaal)**Bespreek klassikaal: Drink jij voldoende water? Waarom wel of niet?Bekijk vervolgens de video om te zien of jullie antwoorden kloppen.**5. Quiz (10min/klassikaal)**Open de Kahoot! quiz.Bespreek de antwoorden van iedere vraag direct na. Gebruik hiervoor de nabespreektips in de docentenhandleiding. W2-Ex3-Lb1-Module 3 Overzicht quiz vragen en antwoorden**6. Wat voor eet-drinktype ben jij? (5min/individueel)**Laat de leerlingen werkblad 3 maken en bespreek de test aan de hand van de digibord slide.Leerlingen maken de test individueel.Laat de leerlingen hun eigen test nakijken door de scores te tonen op het digibord.**7. Wat voor eet-drinktype ben jij? (Huiswerkopdracht)**Bespreek samen met de leerlingen de huiswerkopdracht op het werkblad.Leerlingen maken gedurende 3 dagen foto’s van de keren dat ze snacken en drinken.Bespreek of je de gemaakte foto’s na wil bespreken tijdens de volgende les.Maak vervolgafspraken over inlevermoment, inlevermanier en mediawijsheid.**8. Afsluiting module & overgang naar keuze module (2min/klassikaal)**Wat vonden leerlingen van deze les?Waar moet je volgende keer misschien meer aandacht aan besteden?Volgende les kies jij de keuze module die het best bij jouw klas past. Ook kan de huiswerkopdracht besproken worden.Voor snack- en drinktips en meer sleepspellen gaan leerlingen naar de Krachtvoer site.  |   |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex3-Lb1 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 5:****Krachtvoer - Keuzes maken** |   |
| **Duur:** 15 minuten   |   |
| **Lesdoel(en):**  Ik kan uitleggen waarom de keuzes die ik maak, passen bij wat ik wil leren.   |   |
| **Nodig voor leerkracht**:  Account op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) + de digibordles   |   |
| **Bijbehorende theorie:** -   |   |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**:  * Noteer de keuzes die de leerlingen maken.
* Zorg voor een login op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) . De docentenhandleiding kun je digitaal raadplegen; Ga naar docenten --> Lesmodules --> Klik de betreffende module aan.

  |   |
| **Nodig voor leerling: -**   |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Leerlingen gaan in deze lesactiviteit zelf kiezen welke keuzemodules ze willen maken. Ze moeten 4 modules kiezen en onderbouwen waarom ze deze keuzemodules willen maken.    |   |
| **Ervaringen van de leerling: -**   |   |
| **Uitvoering**  |   |
| *Klassikaal* (15 min)  Leg uit dat de leerlingen nu keuzes gaan maken voor keuzemodules. Hieraan gaan ze de komende twee lesblokken werken.   De keuzes zijn: * Ze mogen vier modules kiezen uit module: 5, 7, 8, 10 en 11. Eén module hoeven ze dus niet te maken.

(Alternatief is om deze keuze klassikaal te maken en/of de modules klassikaal te doorlopen.) * Module 9 gaat iedereen maken, maar de leerlingen kunnen kiezen tussen een reclameposter maken of een supermarktopdracht uitvoeren.

 Ze moeten bij elke gekozen module opschrijven waarom ze deze kiezen en wat dat voor hun betekent.  * Leg uit dat de leerlingen de gekozen modules moeten markeren in hun werkboekje en noteer deze zelf ook.
* Benadruk dat ze ook rekening moeten houden met de grote eindopdracht, en dat ze zelf moeten inplannen (met behulp van de docent) wanneer ze aan deze opdracht gaan werken.
* Laat de keuzemodules zien op het digibord op de website [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/)

Schrijf de keuzes van de leerlingen op.  |   |
|  **W2-Ex3-Lb1 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 6:** **Werk aan het reisdoel**   |
| **Duur**: 25 minuten    |
| **Nodig voor docent:**  * Overzicht van de stand van zaken bij de voorbereiding tot nu toe.

   |
| **Bijbehorende theorie: -**    |
| **Aandachtspunten voor docent: -**     |
| **Nodig voor leerling: -**     |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit**:  We werken in elke wereld toe naar het reisdoel. Voor deze eindopdracht moeten materialen en activiteiten worden voorbereid. En er moeten wellicht ook afspraken worden gemaakt met externe partijen. Tijdens de expedities krijgen de leerlingen daarom regelmatig de tijd om aan deze voorbereiding te werken.    Leerlingen die op dit moment niets hoeven voor te bereiden gaan in overleg met de leerkracht aan andere punten werken zoals het port folio bijwerken, verder werken aan een avontuur, zelfstandig lezen, eerdere opdrachten afronden, extra Digit-training volgen, enzovoort.     |
| **Ervaringen van de leerlingen: -**      |
| **Uitvoering**  |
| Ga op de website van krachtvoer.nu naar Module 9 en open de digibordles. Deze les neemt je stap voor stap mee door deze les. |

### 4.2 Expeditie3 – Weet wat je eet! – Blok 2

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Expeditie 3 Weet wat je eet! Blok** **2** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Exp3-Lb2 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:**  **Zelfstandig lezen**  |    |
| **Duur:** 15 minuten    |    |
| **Lesdoel(en)**:   Ik kan zelfstandig lezen     |    |
| **Nodig voor docent**: -   |    |
| **Bijbehorende theorie**: -    |    |
| **Aandachtspunten voor docent**: -   |    |
| **Nodig voor leerling:**  Eigen boek en een boekenlegger      |    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** -   |    |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -   |    |
| **Uitvoering**   |    |
| Klassikaal    Laat de leerlingen hun boek pakken en een rustig plekje zoeken. Er wordt in stilte gelezen.     |    |

|  |
| --- |
| **W2-Ex3-Lb2 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2:****Krachtvoer Module 9 - Marketing** |
| **Duur:** 45 minuten  |
| **Lesdoel(en):**  * Ik kan een (reclame)poster op papier maken.
* Ik ben mij bewust van de verschillende invloeden op de consumptie van voedingsproducten.
 |
| **Nodig voor docent**:  * Docentenhandleiding Krachtvoer
* Account op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) + De digibordles Module 9
* Werkboek leerlingen: **W2-Ex3-Krachtvoer werkboek** Module 1
* Voldoende A3 blanco papier Stiften en potloden, scharen en lijm of de poster moet digitaal gemaakt worden.

  |
| **Bijbehorende theorie:** -   |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**:   **Voordat je start met de les, heb je hieraan gedacht?** De leerlingen gaan in verschillende groepjes met verschillende opdrachten aan de slag. Dat houdt in dat er meerdere leerkrachten nodig zijn voor de begeleiding en bespreking van de opdrachten. Laat de leerlingen kiezen welke opdracht ze gaan doen en gebruik de bijbehorende werkbladen;   Werkblad module 9, keuzeopdracht 1: poster  Deze opdracht wordt in het klaslokaal gemaakt. Tijdens deze module kan gekozen worden tussen twee opdrachten. In keuzeopdracht 1 maken leerlingen een (digitale) reclame, poster, vol trucs en 'verkopen' het door hun gekozen gezonde product aan klasgenoten.   Werkblad module 9, keuzeopdracht 2: supermarkt. In keuzeopdracht 2 bezoeken leerlingen de supermarkt en brengen de reclametrucs in beeld. Bij het ondersteuningsaanbod vind je tips om de les goed voor te bereiden. Wil je meer variatie aanbrengen in deze module, kijk dan even bij het verdiepingsaanbod voor inspiratie. Bepaal van tevoren of er en zo ja, hoeveel begeleiders meegaan naar de supermarkt. En maak afspraken met de supermarkt. Leg uit wat de bedoeling is, zodat de manager en medewerkers van de supermarkt voorbereid zijn. Maak ook duidelijke afspraken met de leerlingen. Bijvoorbeeld: * Geen tassen mee
* Werk in groepjes van 2 of 3
* Geef ruimte aan de klanten en medewerkers van de supermarkt
* Spreek af waar iedereen na 15 minuten verzamelt

 Deze opdracht voor in de supermarkt staat in het werkboek. Bepaal van tevoren of u deze opdracht print, laat overschrijven in een schrift of direct digitaal laat invullen.  Let op, achteraan module 9 staat een huiswerkopdracht over sluikreclame. Bepaal van tevoren of de leerlingen deze opdracht moeten maken en wat ermee gaat gebeuren. Is het bijvoorbeeld wel een verplichte opdracht voor het port folio? Wordt de opdracht tijdens een ander lesblok besproken?  Zorg voor een login op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) . De docentenhandleiding kun je digitaal raadplegen; Ga naar docenten --> Lesmodules --> Klik de betreffende module aan.   |
| **Nodig voor leerling:**  * Krachtvoer werkboek, module 9
* Supermarkttijdschriften, bijvoorbeeld Allerhande, Jumbo, C1000, Lidl etc.
* A3-papier
* Stiften en potloden
* Scharen en lijm

  |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Door deze module worden leerlingen bewust van welke marketingtechnieken gebruikt worden om mensen aan te zetten tot (ongezonde) keuzes in reclames, supermarkten of online.    |
| **Ervaringen van de leerling: -**   |
| **Uitvoering**  |
| **1. Wie bepaalt wat jij eet? Reclame en supermarkt trucs op een rijtje (5min/klassikaal)**Klik de video aan.De video eindigt met de vraag: welke trucs ken jij al die fabrikanten en verkopers gebruiken om juist hun product aan te prijzen? Vraag dit kort klassikaal na.**2. Trucs - Had jij deze al bedacht? (5min/klassikaal)**Laat leerlingen raden welke truc bij welke afbeelding hoort. Laat een leerling vervolgens het plaatje aanklikken, het juiste antwoord verschijnt.Vraag klassikaal na:Herken je de trucs?Denk je dat consumenten door trucs worden beïnvloed? Zo ja, welke?Denk je dat jij beïnvloed wordt door de trucs? Zo ja, welke?Wat vind je de ‘slimste’ truc om consumenten te verleiden?Zijn er nog trucs die je hier niet gezien hebt?**3. Keuze opdracht 1: Reclameposter maken (30min/groepjes)**Bespreek met leerlingen de opdracht aan de hand van de drie stappen op het werkblad.Stap 1: uitleg opdracht (5 minuten).Deel de klas op in groepjes van 2 (of 3) leerlingen.Stap 2: aan de slag (20 minuten).Stap 3: Beoordeel je klasgenoot (5 minuten).**4. Keuze opdracht 2: Supermarkt opdracht (30min/groepjes)**Bespreek klassikaal de opdracht aan de hand van de stappen op het werkblad.Verdeel leerlingen in groepjes van 2 of 3.Vertrek naar de supermarkt, zorg dat iedere leerling het werkblad en een pen meeneemt.Na 15 minuten aan de opdracht in de supermarkt gewerkt te hebben, ga je terug naar school.Terug in het klaslokaal bespreek je de drie vragen, waarbij je de nadruk legt op vraag 3: ‘Wat bevordert een gezonde keuze?’.**5. Optionele huiswerkopdracht – Sluikreclame (5min/klassikaal)**Bespreek de opdracht met de leerlingen aan de hand van het werkblad. Leerlingen gaan na of ze sluikreclame kunnen ontdekken in de media waar zij actief zijn.Maak afspraken over het inleveren van de opdracht.Je kan ervoor kiezen om de volgende les de huiswerkopdracht na te bespreken (+10 minuten). Vragen die je kunt stellen zijn:Welke sluikreclames heb je ontdekt?Wat vind je van sluikreclame?Denk je dat consumenten door sluikreclame worden beïnvloed? Zo ja, welke?Denk je dat jij door sluikreclame wordt beïnvloed?**6. Afsluiting en vooruitblik (5min/klassikaal)**Bespreek met de leerlingen: zo zie je maar, onze omgeving kan een behoorlijke invloed hebben op wat we eten. Nu jij weet hoe de trucs werken, trap je er misschien minder in. Voor meer tips over de invloed van de omgeving op jouw eetgedrag kun je kijken op de Krachtvoer site.Afsluiting: Wat vonden leerlingen van deze les?Vooruitblik: Wanneer je de huiswerkopdracht hebt gekozen, snoep je 10 minuten van de volgende les af om deze na te bespreken. Vervolgens pak je een keuze module uit fase 2 op, of module 12, de eerste fase 3 module. |

**Leerlingen gaan nu in totaal 90 minuten werken aan een van onderstaande keuzemodules. Hieronder staan de modules wel uitgeschreven, deze kun je ook vinden op de website** [**www.krachtvoer.nu**](http://www.krachtvoer.nu)

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex3-Lb2 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:****Krachtvoer keuzemodule 5 - Kijken, ruiken, proeven en voelen** |   |
| **Duur:** 45 minuten   |   |
| **Lesdoel(en):**  * Kennis van gezonde alternatieve producten: Ik kan gezondere alternatieven bedenken voor ongezonde snacks en dranken.
* Ervaren: Ik maak kennis met verschillende producten door te ruiken, kijken, voelen en proeven.

  |   |
| **Nodig voor docent**:  * Docentenhandleiding Krachtvoer
* Account op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/)
* Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_5.pdf
* Krachtvoer werkblad module 5.

De werkbladen staan in het werkboek van de leerling: Krachtvoer werkboek.pdf  * Krachtvoer-Tabel bij module 5.docx
* Minimaal 4 gezonde producten
* Voldoende vorkjes/lepeltjes
* Optioneel: blinddoek

  |   |
| **Bijbehorende theorie:** -   |   |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**:   * Zorg voor vier gezonde producten, voldoende voor de hele klas om te proeven. In het bestand ‘**Krachtvoer-tabel bij module 5.docx**’ staan enkele suggesties. Neem uit elke kolom minimaal één product.
* Zorg zo nodig voor voldoende vorkjes/lepels.
* Optioneel; vraag leerlingen voorafgaand aan deze les zelf een gezond product mee te nemen om de smaak ervan te testen met de klas.
* Optioneel: Kies één product dat in een verpakking zit en laat leerlingen dit scannen met de 'Kies ik Gezond?' -app van het Voedingscentrum. Zo raken leerlingen vertrouwd met de app. Als ze straks zelf in de winkel staan en bijvoorbeeld meer info over een product willen opzoeken of willen weten of dat product een gezonde keus is, hebben ze hier al mee kunnen oefenen. Zo vergroot je de kans dat ze straks zelf ook gezonde keuzes kunnen maken.
* De leerlingen werken elk aan een eigen gekozen module. Er zijn dus meerdere leerkrachten of begeleiders nodig om alle groepen te ondersteunen.

 Zorg voor een login op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) . De docentenhandleiding kun je digitaal raadplegen; Ga naar docenten --> Lesmodules --> Klik de betreffende module aan.    |   |
| **Nodig voor leerling:** Krachtvoer werkboek, werkblad module 5: Kijken, ruiken, proeven en voelen   |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Tijdens deze module gaan leerlingen actief producten bekijken, ruiken en proeven. Dat is een beproefde methode om weerstand weg te nemen tegen het eten van producten die leerlingen niet kennen of nog niet eerder gegeten hebben.  Je kiest voor deze module als uit de vorige lessen blijkt dat leerlingen niet veel variatie in soorten fruit, gezonde snacks en drinken kennen of zeggen bepaalde producten niet te kennen of lekker te vinden. Speelt dit niet in jouw klas? Dan is het alsnog altijd zinvol om leerlingen zelf, op een actieve manier aan nieuwe producten bloot te stellen!   |   |
| **Ervaringen van de leerling: -**   |   |
| **Uitvoering**  |   |
| *Klassikaal* Gebruik het bestand: **Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_5.pdf**   |   |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex3-Lb2 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:****Krachtvoer keuzemodule 7 - Hoe kies je krachtvoer?** |   |
| **Duur:** 20-45 minuten  |   |
| **Lesdoel(en):**  Keuzevaardigheden: Ik kan gezonde keuzes maken voor snacks, ontbijt, lunch en drinken.     |   |
| **Nodig voor docent**:  * Docentenhandleiding Krachtvoer
* Account op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/)
* Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_7.pdf
* Krachtvoer werkblad module 7 - Hoe kies je krachtvoer?

De werkbladen staan in het werkboek van de leerling: Krachtvoer werkboek.pdf  * De ['Kies Ik Gezond?'](https://www.voedingscentrum.nl/nl/thema/apps-en-tools-voedingscentrum/kies-ik-gezond-.aspx) -app van het Voedingscentrum

  |   |
| **Bijbehorende theorie:** -   |   |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**:  * De leerlingen werken elk aan een eigen gekozen module. Er zijn dus meerdere leerkrachten of begeleiders nodig om alle groepen te ondersteunen.
* Zorg voor een login op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) . De docentenhandleiding kun je digitaal raadplegen; Ga naar docenten --> Lesmodules --> Klik de betreffende module aan.

   |   |
| **Nodig voor leerling:** * Krachtvoer werkboek, werkblad module 7: Hoe kies je krachtvoer?
* De ['Kies Ik Gezond?'](https://www.voedingscentrum.nl/nl/thema/apps-en-tools-voedingscentrum/kies-ik-gezond-.aspx) -app van het Voedingscentrum

  |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Deze module helpt leerlingen gezondere keuzes te *kunnen* maken. Aan de hand van het werkblad wordt leerlingen duidelijk wat hun minder gezonde snack, drink, lunch en ontbijt keuzes zijn. Ze krijgen tools aangereikt zoals keuzetabellen op het werkblad en de 'Kies ik Gezond?' -app van het Voedingscentrum. Leerlingen kunnen zo zelf uitvinden welke eet- of drinkwissel ze kunnen maken om zo gezondere keuzes voor snacks, ontbijt, lunch en drinken te maken.   |   |
| **Ervaringen van de leerling:** Vraag de leerlingen naar hun favoriete snacks en maak hier een lijst van.   |   |
| **Uitvoering**  |   |
| *Klassikaal*  Gebruik het bestand: **Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_7.pdf**  1. Deel het werkblad module 7 uit. Bespreek de opdracht aan de hand van het werkblad: leerlingen kunnen zelf uitvinden welke eet- of drinkwissel ze kunnen maken om zo gezondere keuzes voor snacks, ontbijt, lunch en drinken te maken.  Het werkblad biedt vier verschillende tabellen. Afhankelijk van hoeveel tijd je wil besteden aan deze module beslis of jouw klas alle opdrachten gaat doen, of een gedeelte. Kies je ervoor om maar 1 tabel te doen, bijvoorbeeld alleen snacken, dan doe je daar ongeveer 10 minuten over. Elke tabel daarna zal minder lang duren omdat leerlingen gewend raken aan de manier van werken. Alle vier de opdrachten doe je in maximaal 30 minuten Of laat leerlingen zelf kiezen met welke tabel(len) ze aan de slag gaan.  Let op! Dit kan dus ook het vervangen van een weekkeuze door een dagkeuze zijn, niet gelijk door een product binnen de Schijf van Vijf. Een kleinere verandering is vaak langer vol te houden.  Gezondere keuzes kunnen leerlingen opzoeken in de keuzetabellen op het werkblad (blz. 3-5), of met de 'Kies ik Gezond?' -app van het Voedingscentrum.     |   |
| *Individueel* **| 10 - 30 minuten**  De leerlingen gaan individueel aan de slag met de opdracht.     |   |
| *Klassikaal* **| Nabespreken opdracht (5 minuten)**  3. Bespreek de opdracht klassikaal na. Het is belangrijk om te checken of de ingevulde wissels ook haalbaar zijn. Leerlingen vinden het vaak lastig kleine stapjes te bedenken en gaan vaak voor een alternatief wat het meest gezond is, maar waarvan ze eigenlijk nu al weten dat ze het niet graag eten. Bijvoorbeeld van chips (weekkeuze) naar snackgroente (binnen Schijf van Vijf), terwijl van chips (weekkeuze) naar een handje Japanse mix (dagkeuze) wellicht een makkelijkere eerste stap is die langer vol te houden is.  Vragen die je kunt stellen: * Welke wissels hebben jullie bedacht?
* Denk je deze wissel ook echt gaat maken?
* Zo ja, hoe ga je deze wissel langer volhouden? En wat heb je hiervoor nodig?
* Zo nee; Waarom denk je van niet? Wat of wie zou je kunnen helpen?

  |   |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex3-Lb2 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:****Krachtvoer keuzemodule 8 - Schoolomgeving** |   |
| **Duur**: 45 minuten  |   |
| **Lesdoel(en):**  1. Bewustwording: De leerlingen zijn zich ervan bewust dat de omgeving invloed kan uitoefenen op de voedingskeuzes die zij maken.
2. Bewustwording: De leerlingen kunnen belemmerende en bevorderende factoren voor het maken van gezonde keuzes herkennen.
3. Oplossingen aandragen: De leerlingen kunnen oplossingen aandragen om deze belemmerende factoren te voorkomen.

  |   |
| **Nodig voor docent**:  * Docentenhandleiding Krachtvoer
* Account op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/)
* Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_8.pdf
* Krachtvoer werkblad module 8 - Schoolomgeving.

De werkbladen staan in het werkboek van de leerling: Krachtvoer werkboek.pdf    |   |
| **Bijbehorende theorie:** -   |   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  * De leerlingen werken elk aan een eigen gekozen module. Er zijn dus meerdere leerkrachten of begeleiders nodig om alle groepen te ondersteunen.
* Voor deze opdracht mogen de leerlingen als dat mogelijk is door de school lopen. Bepaal van tevoren of dat mogelijk is.
* Zorg voor een login op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) . De docentenhandleiding kun je digitaal raadplegen; Ga naar docenten --> Lesmodules --> Klik de betreffende module aan.

  |   |
| **Nodig voor leerling:** Krachtvoer werkblad module 8 – Schoolomgeving   |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Onze omgeving beïnvloedt ons in onze voedingskeuzes. Zo ook de schoolomgeving. In deze module kijken leerlingen kritisch naar de schoolomgeving; Wat bevordert en/of belemmert gezonde keuzes? Leerlingen wordt vervolgens gevraagd hoe de schoolomgeving nog gezonder kan worden gemaakt, door zelf aanpassingen in de omgeving te doen of eventueel de school daartoe aan te zetten.   |   |
| **Ervaringen van de leerling:**Vraag de leerlingen naar hun tevredenheid over het aanbod van de schoolkantine; is er genoeg keuze, is er genoeg gezonde keuze? Zijn de gezonde keuzes even duur als de ongezonde?   |   |
| **Uitvoering**  |   |
| *Klassikaal* **| 10 minuten**  Gebruik het bestand: **Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_8.pdf**  1. Open de digibordles van module 8 en klik door naar de tweede slide. Gebruik de filmpje(s) en de volgende slide om met leerlingen na te gaan waarom de schoolomgeving belangrijk is voor gezond eten en bewegen.    |   |
| *Tweetallen* | 25 minuten  2. Neem de opdrachten van **werkblad 8 – Schoolomgeving,** met de leerlingen door.  Maak tweetallen.  De tweetallen werken aan stap 1. Geef aan of ze hiervoor het lokaal mogen verlaten of de opdracht in de klas maken. Geef ook aan hoe laat ze terug moeten zijn (10 minuten) en aan welke regels ze zich tijdens het onderzoek moeten houden.  3. De tweetallen werken aan stap 2: Schrijf op wat je wil veranderen!   4. Bespreek klassikaal de bevindingen.  Vraag leerlingen hun bevindingen te delen.   |   |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex3-Lb2 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:****Krachtvoer Keuzemodule 10 - Leesvoer** |   |
| **Duur:** 45 minuten   |   |
| **Lesdoel(en):**  * Bewustwording: De leerlingen weten welke persoonlijke oorzaken bij zichzelf spelen om niet te voldoen aan de richtlijnen gezonde voeding.
* Vaardigheden: De leerlingen kunnen omgaan met oplossingen voor persoonlijke oorzaken die zij ervaren wanneer ze willen voldoen aan de richtlijnen.

  |   |
| **Nodig voor docent**:  * Docentenhandleiding Krachtvoer
* Account op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/)
* Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_10.pdf

De werkbladen staan in het werkboek van de leerling: Krachtvoer werkboek.pdf.De mogelijkheid om te printen. We proberen zo min mogelijk te printen, maar dit werkblad zal, als het ingevuld is, toch geprint moeten worden.    |   |
| **Bijbehorende theorie:** -   |   |
| **Aandachtspunten voor docent**:   De leerlingen werken elk aan een eigen gekozen module. Er zijn dus meerdere leerkrachten of begeleiders nodig om alle groepen te ondersteunen.  Leerlingen kunnen het lastig vinden de probleemrubrieken in te vullen. Hoe motiveer je hen om over gezondheid na te denken en erover te praten?    Socratisch vragen stellen of de socratische methode is een filosofische vraagtechniek om aan te zetten tot kritisch leren denken door het stellen van de juiste vragen. [Hier](https://www.tumult.nl/vragen-stellen-in-zes-stappen-volgens-socrates/) vind je meer informatie.   Interactie bevorderen in gesprekken met leerlingen? Motivational Interviewing of Motiverende Gespreksvoering is een gesprekstechniek om intrinsieke motivatie van leerlingen te vergroten, leerlingen in beweging te krijgen en de bereidheid tot verandering te versterken. [Hier](https://www.leraar24.nl/69823/met-motiverende-gespreksvoering-krijgen-leerlingen-zin-in-leren/) vind je meer informatie en ervaringen van andere docenten.   Online zijn verschillende boeken te vinden en cursussen te volgen over deze technieken. Omdat het aanbod over de tijd verandert en per regio verschillend is adviseren we, als je je verder wil verdiepen, om zelf online te zoeken naar het aanbod dat bij jou past. Tip trefwoorden: 'Motiverende Gespreksvoering', 'op school'. En 'Socratisch vragen stellen', Socratische methode, 'jongeren'.   Ook kan je meer lezen over gespreksvoering met pubers, bijvoorbeeld in het boek 'het nieuwe puberbrein binnenstebuiten'. Huub Nelis en Yvonne Sark. 2018. EAN: 9789021568911  * We hebben aan stap 3 toegevoegd, dat de leerlingen niet alleen elkaars tijdschriften lezen, maar er ook complimenten over geven.

 Zorg voor een login op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) . De docentenhandleiding kun je digitaal raadplegen; Ga naar docenten --> Lesmodules --> Klik de betreffende module aan.   |   |
| **Nodig voor leerling:**  * Krachtvoer werkblad module 10 - Leesvoer.
* Schaar en lijm om de probleemrubrieken uit het knipvel te knippen en op het plakvel te plakken.
* Nietmachine, mapjes of perforator en een bolletje touw om de tijdschriften te bundelen.
* Optioneel: kleurpotloden of stiften om het tijdschrift op te maken.
* Post-it-blaadjes om de complimenten op te schrijven en uit te delen.

  |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** **Inhoud in een notendop** Deze module gaat in op oorzaken die leerlingen kunnen ervaren, waardoor ze niet voldoen aan de richtlijnen gezonde voeding. Bijvoorbeeld: - Fruit plet snel in mijn tas. - Ik krijg vieze handen door fruit. - Fruit eten is niet stoer. - Het eten van snacks en/of drinken met veel vet en suiker is stoer. - Er is geen fruit thuis of op school. - Ik ben vergeten om voldoende (water) te drinken. - Ik heb geen tijd om te ontbijten. - Ik voel me beter wanneer ik ongezonde snacks eet (emotie eten). - Niemand ontbijt thuis. - Ik krijg 's ochtends geen hap door mijn keel. - Ongezonde snacks stillen snel de honger. - Ik beloon mezelf met snacks. - Iedereen eet ongezonde snacks (groepsdruk). Leerlingen vormen in groepjes de redactie van een tijdschrift. Ze geven advies in verschillende probleemrubrieken, waardoor ze gestimuleerd worden oplossingen te geven voor oorzaken waardoor niet aan de richtlijnen van de Schijf van Vijf voldaan wordt. Vervolgens kan ook een quiz, recept, tips, 'wist je datjes' of een strip gemaakt worden. In deze module komen dus heel veel verschillende dingen aan bod die ze in eerdere modules hebben opgepikt.   |   |
| **Ervaringen van de leerling: -**   |   |
| **Uitvoering**  |   |
| *Groepjes*  Gebruik het bestand: **Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_10.pdf**  1. Verdeel de klas in groepjes van 3 of 4 leerlingen. Samen vormen zij de redactie van hun tijdschrift.  2. Elke redactie start met het uitkiezen van tenminste 3 'probleemrubrieken' en schrijft hierbij een advies. Zie ter inspiratie de advies reacties op de achterkant.  Stimuleer de leerlingen een zo goed mogelijk advies op te schrijven, ze hebben afgelopen lessen immers veel geleerd over gezonde voeding! Ook kunnen ze een zelfbedachte probleemrubriek maken, handig als hun eigen 'probleem' nog niet in een andere probleemrubriek genoemd wordt.  De ingevulde probleemrubrieken kunnen uit het knipvel geknipt worden en op het plakvel geplakt worden.   3. De leerlingen gaan hun werkbladen bundelen tot een tijdschrift. Afhankelijk van de lestijd die je hieraan wil besteden kunnen leerlingen het tijdschrift aanvullen met een zelfgemaakte quiz, recept, tips, 'wist je datjes', een getekende strip en een voor- en achterkant. * Optioneel: zijn leerlingen eerder klaar, laat hen op blank A-4 papier zelf nog andere invulling voor het tijdschrift bedenken, bijvoorbeeld een zelfgemaakte kruiswoordpuzzel.

 4. Wanneer de tijdschriften klaar zijn, kunnen leerlingen deze uitwisselen om zo elkaars probleemrubrieken te lezen en de andere invullingen te bekijken.  5. De leerlingen geven elk tijdschrift wat ze bekijken drie complimenten. Een compliment kan over de inhoud gaan. Maar ook over hoe het tijdschrift eruitziet. Of over hoe de redactie heeft samengewerkt. Ze schrijven de complimenten op pick-up-blaadjes en geven deze aan de betreffende redactie. Bespreek de complimenten klassikaal.   |   |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex3-Lb2 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:****Krachtvoer keuzemodule 11 Voedingsstoffen enzo** |   |
| **Duur**: 45 minuten   |   |
| **Lesdoel(en):**  * Ik kan de verschillende voedingsstoffen opnoemen.
* Ik kan de functie van de voedingsstoffen noemen.
* Ik kan aangeven welke voedingsstoffen in welke voedingsmiddelen zitten.

  |   |
| **Nodig voor docent:** * Docentenhandleiding Krachtvoer
* Account op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/)
* Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_11.pdf

De werkbladen staan in het werkboek van de leerling: Krachtvoer werkboek.pdf    |   |
| **Bijbehorende theorie:** -   |   |
| **Aandachtspunten voor leerkracht:**  * De antwoorden van de opdrachten staan in het lesplan van deze module.
* De ervaring is dat deze module moeilijk gevonden wordt door leerlingen. Bedenk van tevoren wie u kunt uitdagen om deze module toch te maken.
* De leerlingen werken elk aan een eigen gekozen module. Er zijn dus meerdere leerkrachten of begeleiders nodig om alle groepen te ondersteunen.
* Zorg voor een login op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) . De docentenhandleiding kun je digitaal raadplegen; Ga naar docenten --> Lesmodules --> Klik de betreffende module aan.

   |   |
| **Nodig voor leerling:** Krachtvoer werkblad module 11 – Voedingsstoffen enzo.   |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** Tijdens deze module worden de voedingsstoffen en hun taken uitgelegd. Door middel van opdrachten leren leerlingen deze kennis direct toe te passen.    |   |
| **Ervaringen van de leerling: -**   |   |
| **Uitvoering**  |   |
| *Klassikaal* **| Introductie | 10 minuten**  Gebruik het bestand: **Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_11.pdf** Voorbeeld werkblad * Deel het werkblad uit.
* Lees samen met de leerlingen de eerste twee bladzijden van het werkblad: 'Wat is voeding?'.
* Dit kan voor leerlingen best een lastige module zijn. Vraag daarom geregeld of er vragen zijn. Zo ja, bespreek ze!

  |   |
| **Opdracht 1: Voedingsstoffen koppelen aan taken (5 minuten)**  * Leerlingen vullen hun eigen werkblad in. Omdat de module redelijk lastig is, kan je er voor kiezen toch tweetallen te maken zodat leerlingen kunnen overleggen.
* Wanneer alle leerlingen klaar zijn, bespreek je de antwoorden klassikaal.

  |   |
| *Groepjes* **Opdracht 2: Voedingsmiddelen koppelen aan voedingsstoffen (10 minuten)**  * Koppel leerlingen aan één van de zes voedingsstoffen. Zo krijg je zes verschillende groepjes.
* Laat leerlingen overleggen en vervolgens de tabel invullen over hun voedingsstof.
* Leerlingen vullen daarna ook de rest van de tabel in.
* Stimuleer leerlingen om ook zelf bedachte voedingsmiddelen te beoordelen, daarvoor zijn de '........' onderin de tabel.
* Bespreek de opdracht klassikaal na. Ga het lijstje van voedingsmiddelen af en laat elk groepje hun voedingsstof roepen als ze denken dat deze in het desbetreffende voedingsmiddel zit.
* Ga in op het verschil tussen onverzadigde vetten en verzadigde vetten zoals benoemd is in de dia's. Wil je hier nog meer over weten neem dan een kijkje bij de ondersteuningsmogelijkheden.

  |   |
| *Klassikaal* **Opdracht 3: Voedingsmiddelen koppelen aan taken (10 minuten)**  * Laat leerlingen opdracht 3 op hun eigen werkblad invullen en eventueel in tweetallen werken.
* Bespreek de opdracht klassikaal na. Ga het lijstje van voedingsmiddelen op het werkblad af en vraag aan de klas welke taak zij denken dat het desbetreffende voedingsmiddel heeft.
* Dit kan een best lastige opdracht zijn! Vertel leerlingen zo nodig dat het veel oefening nodig heeft om dit goed in te kunnen schatten.

  |   |
| *Individueel* **Opdracht 4: Kruiswoordpuzzel (5 minuten)**  * Laat leerlingen op hun eigen werkblad de kruiswoord puzzel maken; Leerlingen testen hun opgedane kennis.
* Je kan er een wedstrijdje van maken; wie als eerst het antwoord weet steekt zijn hand op.

  |   |

|  |
| --- |
| **W2-Ex3-Lb2 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 4:** **Werken aan het reisdoel**   |
| **Duur**: 30 minuten    |
| **Nodig voor docent:**  Overzicht van de stand van zaken en afspraken m.b.t. de activiteitendag tot nu toe     |
| **Bijbehorende theorie: -**    |
| **Aandachtspunten voor docent:** -    |
| **Nodig voor leerling:** -    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit**:  We werken in elke wereld toe naar het reisdoel. Voor deze eindopdracht moeten materialen en activiteiten worden voorbereid. Maar er moeten wellicht ook afspraken worden gemaakt met externe partijen. Tijdens de expedities krijgen de leerlingen daarom regelmatig de tijd om aan deze voorbereiding te werken.   Leerlingen die op dit moment niets hoeven voor te bereiden gaan in overleg met de leerkracht aan andere punten werken zoals het port folio bijwerken, verder werken aan een avontuur, zelfstandig lezen, eerdere opdrachten afronden, extra Digit-training volgen, enzovoort.     |
| **Ervaringen van de leerlingen: -**    |
| **Uitvoering**   |
| *Klassikaal / Groepjes / Individueel*  Bespreek met de klas wat er gaat gebeuren.  |

### 4.3 Expeditie3 – Weet wat je eet! – Blok 3

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Expeditie 3 Weet wat je eet! Blok** **3** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Exp3-Lb3 – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:**  **Zelfstandig lezen**  |    |
| **Duur:** 15 minuten    |    |
| **Lesdoel(en)**:   Ik kan zelfstandig lezen     |    |
| **Nodig voor docent**: -   |    |
| **Bijbehorende theorie**: -    |    |
| **Aandachtspunten voor docent**: -   |    |
| **Nodig voor leerling:**  Eigen boek en een boekenlegger      |    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** -   |    |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -   |    |
| **Uitvoering**   |    |
| Klassikaal    Laat de leerlingen hun boek pakken en een rustig plekje zoeken. Er wordt in stilte gelezen.     |    |

|  |
| --- |
| **W2-Ex3-Lb3 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2:** **Werken aan keuzemodules Krachtvoer** |
| **Duur**: 100 minuten    |
| **Nodig voor docent:**  Materialen voor Krachtvoer Keuzemodules 5, 7, 8, 10, 11: zie sjablonen lesblok 2 in vorige paragraaf + bestanden in Team, onder module lesblok 2. |
| **Bijbehorende theorie: -**    |
| **Aandachtspunten voor docent:** -    |
| **Nodig voor leerling:** Leerlingen kunnen de bestanden die ze nodig hebben voor hun keuzemodules vinden in Teams onder de module lesblok 2.    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit**:  In het vorige lesblok hebben de leerlingen vier modules gekozen uit Krachtvoer Keuzemodules 5, 7, 8, 10, 11. Hiervan hebben ze er in het vorige blok 2 gemaakt. Ze gaan nu de andere 2 maken. De digitale bestanden die ze nodig hebben, kunnen ze vinden in Teams bij de module van het vorige lesblok.   |
| **Ervaringen van de leerlingen: -**    |
| **Uitvoering**   |
| *Klassikaal / Groepjes / Individueel*  Bespreek met de klas wat er gaat gebeuren.  |

|  |
| --- |
| **W2-Ex3-Lb3 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:** **Draadfiguur superheld**  |
| **Duur**: 65 minuten    |
| **Nodig voor docent:**     |
| **Bijbehorende theorie: -**    |
| **Aandachtspunten voor docent: -**     |
| **Nodig voor leerling: -**     |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit**:     |
| **Ervaringen van de leerlingen: -**      |
| **Uitvoering**  |
|  |

### 4.4 Expeditie3 – Weet wat je eet! – Blok 4

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Expeditie 3 Weet wat je eet! Blok** **4** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex3-Lb4 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:** **Krachtvoer module 6 – Receptenwedstrijd DEEL 1**  |   |
| **Duur:** 45 minuten  |   |
| **Lesdoel(en):**  Ik kan recepten bedenken die voldoen aan de richtlijnen van de Schijf van Vijf. Ik kan uitleggen wat gezonde voeding is. Ik kan samenwerken en overleggen bij het uitvoeren van werkzaamheden.   |   |
| **Nodig voor leerkracht**:  * Docentenhandleiding Krachtvoer
* Account op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) + de digibordles Module 6
* Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_6.pdf
* Krachtvoer werkblad module 6.

De werkbladen staan in het werkboek van de leerling: Krachtvoer werkboek.pdf  1  |   |
| **Benodigde kennis**: -   |   |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**:   * Bedenk van tevoren de samenstelling van de jury die de recepten gaat beoordelen. Hierin kunnen leerlingen zitten, collega’s, iemand van het MT en bij voorkeur aangevuld met een professionele kok. Een echte kok uitnodigen, sluit aan op de LOB-doelen. In dat geval is het natuurlijk wel nodig om goede afspraken te maken en de leerlingen de tijd te geven om vragen aan de kok te stellen over diens opleiding en werk.
* Voor het uitvoeren en bereiden van de recepten moeten er inkopen gedaan worden en bij het koken moet een onderwijsassistent of kookdocent of kok aanwezig zijn.

 Optioneel - Kies je ervoor om de winnaar een prijs te geven? Houd dan rekening met eventuele voorbereidingen. *Prijs tip (gratis): Is het mogelijk om het winnende recept voor een bepaalde tijd in de schoolkantine aan te bieden en het daar een speciale plek te geven?*  Zorg voor een login op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) . De docentenhandleiding kun je digitaal raadplegen; Ga naar docenten --> Lesmodules --> Klik de betreffende module aan.   |   |
| **Nodig voor leerling:** * Krachtvoer werkboek, module 6.
* *Tip: het* [*kookboek van de Schijf van Vijf*](https://www.voedingscentrum.nl/nl/nieuws/nieuw-het-kookboek-schijf-van-vijf.aspx) *(€ 12,95).*

  |   |
| **Uitleg:** Het belangrijkste doel van deze module is dat leerlingen een gezond recept bedenken dat aan de richtlijnen van de Schijf van Vijf voldoet. Zo gaan ze op een praktische manier om met de opgedane kennis.   |   |
| **Ervaringen:** Vraag of er leerlingen zijn die thuis wel eens koken of helpen met koken. Wat koken zij dan? Vinden ze dat ze gezonde maaltijden maken? Waar letten ze op; alleen de smaak of ook hoe gezond het is? Overleggen ze thuis over het eten? Zijn er afspraken over hoe vaak er bijvoorbeeld patat of pannenkoeken op tafel mogen komen? Bedenken ze samen wat er gegeten gaat worden?   |   |
| **Uitvoering**  |   |
| *klassikaal* **| 45 minuten**  Gebruik de website en het bestand **Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_6.pdf**.  * Doorloop de slides over de receptenwedstrijd.
* Je kan ervoor kiezen ook al te vertellen wie de jury is.
* De leerlingen gaan met het werkblad aan de slag waarop ze een recept opstellen dat voldoet aan de richtlijnen van de Schijf van Vijf.
* De leerlingen kunnen voor inspiratie gebruik maken van de Krachtvoer site of de 'Kies ik Gezond?' - app van het Voedingscentrum.

 Laat de leerlingen hun recepten inleveren bij de jury. De jury heeft tijd om de recepten te beoordelen, terwijl de leerlingen aan de verwerkingsopdracht werken.    |   |

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Ex3-Lb4 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2:** **Krachtvoer module 6 – Verwerkingsopdracht + Receptenwedstrijd DEEL 2**  |   |
| **Duur:** 45 minuten  |   |
| **Lesdoel(en):**  Ik kan samenwerken en overleggen bij het uitvoeren van werkzaamheden. Ik kan creatief denken (21e eeuwse vaardigheid). Ik kan een korte presentatie of elevator pitch geven.   |   |
| **Nodig voor docent**:  * Docentenhandleiding Krachtvoe?
* Account op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) + de digibordles Module 6
* Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_6.pdf
* Krachtvoer\_Jury beoordelingsformulier\_Module\_6.pdf
* Krachtvoer werkblad module 6. De werkbladen staan in het werkboek van de leerling: Krachtvoer werkboek.pdf
 |   |
| **Benodigde kennis**: -   |   |
| **Aandachtspunten voor docent**:   * Bedenk van tevoren de samenstelling van de jury die de recepten gaat beoordelen. Hierin kunnen leerlingen zitten, collega’s, iemand van het MT en bij voorkeur aangevuld met een professionele kok. Een echte kok uitnodigen, sluit aan op de LOB-doelen. In dat geval is het natuurlijk wel nodig om goede afspraken te maken en de leerlingen de tijd te geven om vragen aan de kok te stellen over diens opleiding en werk.
* Voor de jury is een hulp aanwezig: Krachtvoer\_Jury beoordelingsformulier\_Module\_6.pdf. Hiermee kan de jury op een gestructureerde manier werken. Het is wel handig als ze dit document van tevoren doornemen.
* De jury heeft tijdens deze verwerkingsopdracht de tijd om de recepten te beoordelen. Wat de leerlingen tijdens deze verwerkingsopdracht maken, wordt dus niet meegenomen in de beoordeling.

Optioneel - Kies je ervoor om de winnaar een prijs te geven? Houd dan rekening met eventuele voorbereidingen. *Prijs tip (gratis): Is het mogelijk om het winnende recept voor een bepaalde tijd in de schoolkantine aan te bieden en het daar een speciale plek te geven?*  Zorg voor een login op [www.krachtvoer.nu](http://www.krachtvoer.nu/) . De docentenhandleiding kun je digitaal raadplegen; Ga naar docenten --> Lesmodules --> Klik de betreffende module aan.   |   |
| **Nodig voor leerling:** * Krachtvoer werkboek, module 6.
* *Tip: het* [*kookboek van de Schijf van Vijf*](https://www.voedingscentrum.nl/nl/nieuws/nieuw-het-kookboek-schijf-van-vijf.aspx) *(€ 12,95).*

  |   |
| **Uitleg:** Hoe zorg je ervoor dat anderen warmlopen voor je idee? Dat doe je door er een goed verhaal over te vertellen. Je laat het op zo’n manier zien dat het er geweldig uitziet. Je hebt in module 9 geleerd hoe professionals hun producten aanprijzen. Nu ga je dat zelf doen.     |   |
| **Ervaringen:** Vraag of er leerlingen zijn wel eens naar een kookprogramma kijken. Of die op internet een recept opzoeken. Hoe bepalen ze dan of het ook lekker wordt?    |   |
| **Uitvoering**  |   |
| *Groepjes* **| 30 min**  Gebruik de website en het bestand **Krachtvoer\_Lesplan\_Module\_6.pdf**.  Klik je op 'optionele verwerkingsopdracht' dan krijg je dit scherm te zien. Leerlingen gaan nadenken over manieren om hun recept te verwerken in een vlog, blog of een andere zelfbedachte manier.   Let op: Dit product zal niet meetellen bij de jurering.  Let op: dit staat niet in de docentenhandleiding en niet op het werkblad: Leerlingen die klaar zijn met het werkblad, gaan bedenken hoe ze dit idee kunnen presenteren als het de winnaar zou zijn. Ze bereiden een elevator pitch voor.   |   |
| *Klassikaal* | **Uitslag receptenwedstrijd | 15 min**  **Beginsituatie** * De jury heeft de recepten beoordeeld en minimaal een top 3 samengesteld.
* Herinner de jury eraan dat zij de uitslag in de klas bekend mogen komen maken.

**Benodigdheden** * Zo nodig een beamer/smartboard om de winnende blog, vlog of het zelf bedachte idee te kunnen tonen. Voor het vervolg van deze module is geen digibordles beschikbaar.
* Jury (vertegenwoordiger) met de uitslag van de receptenwedstrijd.
* Optioneel - Kies je ervoor om de winnaar een prijs te geven? Zorg dan dat je de prijs bij de hand hebt.

 **Uitslag receptenwedstrijd** 1. Vraag aan de jury om het winnende recept bekend te maken. Je kan dit bijvoorbeeld doen door een top 3 op te bouwen.
* De jury benoemt wat er zo goed was aan dit recept en waarom dit recept van alle gewonnen recepten heeft.
* Tot slot geeft de jury alle recepten, voorzien van een beoordeling, terug aan de makers. Leerlingen kunnen dan hun beoordeling inzien.
 |   |

|  |
| --- |
| **W2-Ex3-Lb4 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 4:** **Koken of werken aan het reisdoel**  |
| **Duur:** 75 minuten    |
| **Vaardigheids- en leerdoelen:**   Ik kan luisteren en vragen stellen     |
| **Nodig voor leerkracht**:  -    |
| **Bijbehorende theorie**:  -    |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**:   * Bedenk van tevoren de samenstelling van de jury die de recepten gaat beoordelen. Hierin kunnen leerlingen zitten, collega’s, iemand van het MT en bij voorkeur aangevuld met een professionele kok. Een echte kok uitnodigen, sluit aan op de LOB-doelen. In dat geval is het natuurlijk wel nodig om goede afspraken te maken en de leerlingen de tijd te geven om vragen aan de kok te stellen over diens opleiding en werk.
* Voor het uitvoeren en bereiden van het winnende recept moeten er inkopen gedaan worden en bij het koken moet een onderwijsassistent of kookdocent of kok aanwezig zijn. Dit kan als volgt: Het groepje leerlingen met het winnende recept gaat samen met een onderwijsassistent naar de supermarkt om inkopen te doen. Zij moeten zoveel kopen dat de hele klas een hapje kan proeven. Terwijl de inkopen worden gedaan, heeft de rest van de groep een LOB-gesprek met de kok of - als er geen kok is - met de kookdocent. Als de inkopen binnen zijn, gaat de kok samen met wie er willen koken aan de slag. De anderen werken aan het reisdoel.

   |
| **Nodig voor leerling:**  De ingrediënten uit het winnende recept, voldoende om iedereen er een hapje van te laten proeven.    |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:**  Je weet pas of je recept goed is, als je het hebt uitgeprobeerd.     |
| **Ervaringen van de leerlingen:**  Vraag wie er wel eens zomaar nieuwe dingen uitprobeert bij het koken of bijvoorbeeld bij het maken van een boterham.     |
| **Uitvoering**  |
| *Klassikaal* (30 min)  Er gaan 2 dingen gebeuren: 1. Een paar personen gaan boodschappen doen.
2. De anderen praten met de kok of de kookdocent over diens opleiding en werk.
 |
| *Groepjes of individueel* (45 min)  Als de boodschappen binnen zijn, gaan een aantal leerlingen met de kok of kookdocent aan de slag. Zij bereiden het winnende recept.  Wie niet meekookt, werkt aan het reisdoel.   En als het eten klaar is, mag iedereen proeven!   |

|  |
| --- |
| **W2-Ex3-Lb4 - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 4:** **Afronding van expeditie 3**  |
| **Duur:** 15 minuten    |
| **Vaardigheids- en leerdoelen:**   Ik kan kritisch over mijzelf nadenken     |
| **Nodig voor leerkracht**:  -    |
| **Bijbehorende theorie**:  -    |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**:  -    |
| **Nodig voor leerling:**  De rubrics bij Wereld 2, expeditie 3.     |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:**    De leerlingen hebben tijdens het reisplan, lesblok 1, alle rubrics ingevuld. Aan het eind van elke expeditie vullen ze de rubrics die bij de betreffende expeditie horen, nogmaals in. Zo kunnen ze voor zichzelf bepalen wat ze geleerd hebben.     |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -    |
| **Uitvoering**  |
| Laat de leerlingen in hun port folio de rubrics bij Wereld 2, expeditie 3 openen.  Bespreek de rubrics klassikaal.   Daarna mag elke leerling de rubrics voor zichzelf invullen.   |

***Onderstaande rubrics is digitaal te vinden in Teams Wereld 2.***

RUBRICS – VAARDIGHEDEN.

Naam:                                                                                                      Klas:

Geef het vak dat je het beste bij jezelf vindt passen een kleur.

Schrijf daarna onderaan een verslagje in het vak.

|  |
| --- |
| **KOKEN**  |
| **Voorbereiden**   |  Leest recept niet door   |  Scant recept, maar leest niet   |  Leest recept goed door   |  Lees recept door en pakt benoemde materialen   |
| **Meten en wegen**   |  Gokt   |  Gebruikt verkeerde materialen om te wegen/meten   |  Maakt gebruik van de juiste methode   |  Maakt gebruik van juiste methode + werkt precies en netjes   |
| **Koken**   |  Doet maar wat   |  Bedenkt zelf wat te doen, volgt recept niet   |  Volgt de meeste stappen van het recept   |  Volgt elke stap van recept   |
| **Eindresultaat**   |  Weinig verzorgd en niet smakelijk   |  Weinig verzorgd OF niet smakelijk   |  Ziet er verzorgd uit OF smaakt goed   |  Ziet er verzorgd uit EN smaakt goed   |
| **Afwassen**   |  Volgt stappenplan niet   |  Volgt een enkele stap van stappenplan   |  Volgt bijna alle stappen van stappenplan (op 1 of 2 na niet)   |  Volgt alle stappen van het stappenplan  |
| **Opruimen**   |  Volgt stappenplan niet   |  Volgt een enkele stap van stappenplan   |  Volgt bijna alle stappen van stappenplan (op 1 of 2 na niet)   |  Volgt alle stappen van het stappenplan  |
|  Mijn uitleg  |
|   |
| Sla deze rubrics op in jouw LOB mapje, leerjaar 1 bij het onderdeel samenwerken.  |

## 5. Reisdoel

##

### 5.1 Reisdoel Blok 1

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Reisdoel Blok** **1** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Reisdoel-Lb1 Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:** **Zelfstandig lezen**  |   |
| **Duur:** 15 minuten   |   |
| **Vaardigheids- en leerdoelen**:  Ik kan zelfstandig lezen   |   |
| **Nodig voor docent**: -  |   |
| **Bijbehorende theorie**: -   |   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  -  |   |
| **Nodig voor leerling:** Eigen boek en een boekenlegger    |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** -  |   |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -  |   |
| **Uitvoering**  |   |
| Klassikaal  Laat de leerlingen hun boek pakken en een rustig plekje zoeken. Er wordt in stilte gelezen.   |   |

|  |
| --- |
| **W2-Reisdoel - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 2:** **Bereid de activiteitendag voor**  |
| **Duur:** 140 minuten   |
| **Lesdoel(en)**:  * Je kunt samenwerken
* Je kunt je aan een planning houden
* Je kunt deelnemen aan een overleg

  |
| **Nodig voor docent**:  * Infoblad: Startblok-infoblad Reisdoel.
* De ingevulde inschrijfvellen met de taken voor de activiteitendag

  |
| **Bijbehorende theorie**: -   |
| **Aandachtspunten voor docent**: -   |
| **Nodig voor leerling:** * Infoblad: **W2-infoblad-Reisdoel**.
* De ingevulde inschrijfvellen met de taken voor de activiteitendag

  |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit: -**   |
| **Ervaringen van de leerlingen: -**   |
| **Uitvoering**  |
| *Klassikaal* Neem klassikaal het Infoblad: **W2-infoblad-Reisdoel** door. Pak de ingevulde inschrijfvellen met de taken voor de activiteitendag erbij en bespreek kort hoe het gaat met de voorbereidingen.   |
| *Individueel of in groepjes* Laat de leerlingen hun taken voor de voorbereiding verder uitvoeren.    |

|  |
| --- |
| **W2-Reisdoel - Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3: Laatste overleg**  |
| **Duur:** 25 minuten   |
| **Lesdoel(en)**:  * Je kunt samenwerken
* Je kunt je aan een planning houden
* Je kunt deelnemen aan een overleg

  |
| **Nodig voor docent**:  * De ingevulde inschrijfvellen met de taken voor de activiteitendag

  |
| **Bijbehorende theorie**: -   |
| **Aandachtspunten voor docent**: -   |
| **Nodig voor leerling:** * De ingevulde inschrijfvellen met de taken voor de activiteitendag

  |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit: -**   |
| **Ervaringen van de leerlingen: -**   |
| **Uitvoering**  |
| *Klassikaal* Pak de ingevulde inschrijfvellen met de taken voor de activiteitendag erbij. Loop de taken van de deelactiviteiten punt voor punt door. Vraag welke taken afgevinkt kunnen worden, omdat ze helemaal klaar zijn. Vraag welke taken op schema lopen. Inventariseer of iedereen weet wat hij of zij tijdens de activiteitendag moet doen.   |

### 5.2 Reisdoel Blok 2

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Reisdoel Blok** **2** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |
| --- |
| **W2-Reisdoel-Lb2 Uitleg voor docent bij Lesactiviteit 1:** **Werk mee aan de activiteitendag**  |
| **Duur:** 180 minuten   |
| **Lesdoel(en) (in rubrics)**:  * Je kunt samenwerken
* Je kunt je aan een planning houden
* Je kunt deelnemen aan een overleg

  |
| **Nodig voor leerkracht**:  De ingevulde inschrijfvellen met de taken voor de activiteitendag   |
| **Bijbehorende theorie**:  -  |
| **Aandachtspunten voor leerkracht**: -   |
| **Nodig voor leerling:** * De ingevulde inschrijfvellen met de taken voor de activiteitendag
* Alle materialen die nodig zijn bij de deelactiviteiten

  |
| **Uitvoering**  |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** **-**  |
| **Ervaringen van de leerlingen:** **-**  |
| **Uitleg voor de leerkracht**   | **Uitleg voor de leerling**  |
| *Klassikaal* Neem kort de tijd om je klassikaal voor te bereiden op de komende uren.   | *Klassikaal* Ga eventjes rustig zitten.    |
| *Individueel of in groepjes* Laat de leerlingen hun activiteit opbouwen.    | *Individueel of in groepjes* Bouw jouw activiteit op. Zet alles klaar.   |
| *Individueel of in groepjes* De bezoekers zijn er. Ondersteun de leerlingen met het uitvoeren van hun taken.  | *Individueel of in groepjes* Ontvang de bezoekers bij jouw activiteit.  Wees gastvrij en behulpzaam.  Help de anderen als dat nodig is. Maak er een mooie activiteitendag van.   |
| *Klassikaal* Laat de leerlingen wachten tot de bezoekers vertrokken zijn. Ruim dan gezamenlijk alles op. Is er nog eten of drinken over? Verdeel dat onder de leerlingen. De nabespreking komt later, tijdens het reisverslag.    | *Klassikaal* Wachten tot de bezoekers vertrokken zijn. Ruim dan samen alles weer op. En geef jezelf een klopje op je schouder. Goed gedaan!  |
| **Werkblad:** *-* **Infoblad: -**   |

## 6. Reisverslag

Zie Teams Classwork Wereld 2 onder de **module Reisverslag** voor een overzicht van de leeractiviteiten in dit lesblok. In de tabellen hieronder vind je per lesactiviteit nadere informatie voor jou als reisleider.

**Docent bouwt zelf 10 minuten pauze in, naar eigen inzicht.**

|  |  |
| --- | --- |
| **W2-Reisverslag – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 1:** **Zelfstandig lezen**  |   |
| **Duur:** 15 minuten   |   |
| **Lesdoel(en)**:  Ik kan zelfstandig lezen   |   |
| **Nodig voor docent**: -  |   |
| **Bijbehorende theorie**: -   |   |
| **Aandachtspunten voor docent**:  -   |   |
| **Nodig voor leerling:** Eigen boek en een boekenlegger    |   |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** -  |   |
| **Ervaringen van de leerlingen:** -  |   |
| **Uitvoering**  |   |
| Klassikaal  Laat de leerlingen hun boek pakken en een rustig plekje zoeken. Er wordt in stilte gelezen.   |   |

|  |
| --- |
| **W2-Reisverslag – Uitleg voor de docent bij lesactiviteit 2:****Nabespreken Activiteitendag** |
| **Duur:** 50 minuten  |
| **Vaardigheids- en leerdoelen**: * Ik kan mijn persoonlijke bijdrage aan de activiteitendag beschrijven en reflecteren op wat ik goed deed en wat ik de volgende keer anders zou doen.
* Ik kan feedback die ik van ouders en kennissen heb ontvangen analyseren en bespreken hoe deze mijn kijk op het evenement heeft beïnvloed.
* Ik kan de samenwerking met mijn klasgenoten evalueren en mijn ervaringen delen over hoe we als team hebben gewerkt.
* Ik kan de vaardigheden die ik heb ontwikkeld tijdens het organiseren van de activiteitendag identificeren en uitleggen hoe deze vaardigheden in de toekomst van pas kunnen komen.
 |
| **Nodig voor docent**: * 5 Flipover vellen
* 20 stiften (4 a5 per groepje) liefst zo veel mogelijk verschillende kleuren.
 |
| **Bijbehorende theorie**: * Werkvorm staat beschreven onder ‘uitvoering’. Kijk goed naar wat je moet voorbereiden.
 |
| **Aandachtspunten voor docent**: * Ter voorbereiding zet je in het midden van elke flipover de vraag. Elke poster heeft 1 vraag. Ze geven de posters aan elkaar door, zo wordt elke vraag door elk groepje en dus leerling beantwoord.
* Tijdens het scchrijven rondlopen en leerlingen denkstimulerende vragen stellen bijvoorbeeld; ‘’ik zag dat je moeder erbij was, wat vond zij ervan’’ of ‘’waar moest je om lachen die dag’’
* Hang de posters aan het einde op en bespreek ze klassikaal
* Wees alert op hoe ze feedback opschrijven. Dat ze vanuit de ik-vorm schrijven en dat het gericht is op hun eigen ervaring.
 |
| **Nodig voor leerling:** * Per groepje een flipover vel
* Per leerling een stift
 |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:***De afgelopen weken hebben de leerlingen een activiteitendag georganiseerd die ze in het lesblok hiervoor hebben uitgevoerd. De leerlingen gaan terugkijken op het proces en hun rol hierin. Dit is een grote opdracht geweest en de afronden van de eerste wereld binnen een thema. Je kijkt als eerste terug op de activiteitendag in de opdracht hierna gaan ze terugkijken naar hun proces in de gehele wereld. Dit is een voorloper erop en het resultaat van deze opdracht wordt meegenomen in hun portfolio* |
| **Ervaringen van de leerlingen:** *De leerlingen zullen waarschijnlijk allerlei verschillende ervaringen hebben. Ze hebben verschillende taken uitgevoerd en misschien ging de ene heel goed en de ander niet. Daardoor kunnen er verschillende perspectieve zijn over het succes van de activiteitendag. Je kan benoemen dat we elkaar daarin in elkaars waarde laten en dat het erom gaat dat iedereen terugkijkt op hun eigen ervaring en niet direct op die van de ander.*  |
| **Uitvoering** |  |
| Een werkvorm die zowel reflectie als schriftelijke expressie stimuleert, is de **‘Reflectiecarrousel’**. Hierbij delen leerlingen hun ervaringen in kleine groepjes en schrijven ze hun gedachten op. Dit is hoe het werkt:1. **Groepsindeling (5 minuten):**
	* Verdeel de klas in kleine groepen van 4-5 leerlingen.
	* Elke groep krijgt een groot vel papier of flip-overblad en schrijfmaterialen.
2. **Schrijfopdracht (15 minuten):**
	* Geef elke leerling een specifieke vraag of stelling om over na te denken en op te schrijven, zoals:
		+ Beschrijf jouw rol tijdens de activiteitendag.
		+ Wat heb je geleerd van de organisatie van dit evenement?
		+ Hoe zou je de activiteitendag de volgende keer willen verbeteren?
		+ Wat vond je bijzonder/leuk aan de activiteitendag?
	* Leerlingen schrijven hun antwoorden op het grote vel papier.
3. **Carrousel (20 minuten):**
	* Na het schrijven rouleren de vellen papier naar de volgende groep.
	* Elke groep leest de antwoorden van de vorige groep en voegt hun eigen inzichten toe of stelt vragen.
4. **Plenaire bespreking (10 minuten):**
	* Kom weer samen als een hele klas.
	* Bespreek enkele opvallende inzichten of gemeenschappelijke thema’s die naar voren zijn gekomen.
	* Geef leerlingen de kans om hun gedachten te delen met de hele klas.
	* Laat de leerlingen fotos maken van de posters, deze kunnen ze in hun portfolio stoppen.

Deze werkvorm zorgt ervoor dat leerlingen actief nadenken over hun ervaringen en deze documenteren, wat later toegevoegd kan worden aan hun portfolio. Het stimuleert ook interactie en discussie tussen de leerlingen, waardoor iedereen betrokken is bij het proces. |

|  |
| --- |
| **W2-Reisverslag – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:**  **Sen-App - Portfolio vullen (optie 1)**  |
| **Duur:** 60 minuten   |
| **Lesdoelen**:  * Ik kan laten zien wat ik de afgelopen periode heb gemaakt.
* Ik kan vertellen waar ik trots op ben.

  |
| **Nodig voor docent**:  * Toegang tot SEN app en overzicht van de leerlingen

  |
| **Bijbehorende theorie**:  * De leerlingen moeten weten hoe ze werken met de SEN app
* De leerlingen weten welk leerdoel ze willen halen in deze wereld.

  |
| **Aandachtspunten voor docent**:  * Begeleid leerlingen goed op het vastleggen van bewijsmateriaal

  |
| **Nodig voor leerling:** * Laptop, toegang tot SEN app
* Materiaal wat ze gemaakt hebben:
* ~~Activiteit brugklaskamp (exp 1.2)~~
* ~~Digitale poster speurtocht (exp. 2.2)~~
* ~~Presentatie MDT (reisdoel)~~
* ~~Wereldcultuur tegels (exp 2.4)~~
* ~~Fotostrip MDT (exp 3.1)~~
* ~~Presentatie wereldwonderwijs (exp 3.4)~~

  |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:** De leerlingen gaan de etalage vullen in de SEN app. Hiermee laten ze zien wat ze de afgelopen periode gemaakt hebben. Ze laten zien waar ze trots op zijn. Ze bekijken het gehele plaatje van wat ze hebben gezien en gedaan in alle expedities.    |
| **Ervaringen van de leerlingen:** De leerlingen hebben de afgelopen periode in verschillende expedities kennisgenomen van de wereld welkom op het Westeraam. Daarbij hebben ze gewerkt aan kern- en leerdoelen en persoonlijke ontwikkelingsdoelen. Ook hebben ze zich ontwikkeld op de executieve vaardigheden. Bevraag de leerlingen op wat ze hebben gedaan, laat ze het materiaal aan je zien wat ze hebben gemaakt, stimuleer ze om er foto's van te maken en in de SEN app te zetten.   |
| **Uitvoering**  |
|  De klas in groepjes laten zitten. Klassikaal de aandacht vragen en vertellen wat ze het komende lesuur gaan doen. Instructie geven hoe de SEN app werkt en wat de werkwijze is om de SEN app te vullen met de materialen die de leerlingen hebben gemaakt. Tijdens het vullen van de SEN app loopt de docent langs en stelt vragen, aan de leerlingen wat ze hebben gemaakt, wat vonden ze leuk en minder leuk.      |

|  |
| --- |
| **W2-Reisverslag – Uitleg voor de docent bij Lesactiviteit 3:**  **Reflectieproduct maken (optie 2)**  |
| **Duur:** 60 minuten    |
| **Lesdoelen:** * Ik kan laten zien wat ik geleerd heb.
* Ik kan een reflectievorm vinden die bij mij past.

  |
| **Nodig voor docent**:  Formulier: W2-Rv-Reflectieproduct  |
| **Bijbehorende theorie**: -  |
| **Aandachtspunten voor docent**: zorg voor de rust in de klas om aan het product te werken. Stimuleer de leerlingen om het reflectieproduct zelf te maken. Schat zelf in of de leerlingen kunnen kiezen welke vorm zij gaan gebruiken, anders zelf de keuze voor de leerlingen maken.    |
| **Nodig voor leerling:** * Laptop
* Formulier: W2-Rv-Reflectieproduct

  |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit uitleg:** De leerlingen gaan aan de hand van de Sen-app of reflectieproduct (formulier) hun eigen reflectie invullen van de afgelopen wereld.   |
| **Ervaringen van de leerlingen: -**   |
| **Uitvoering**  |
| Open de klas en leg uit wat de bedoeling is van dit lesblok: reflecteren op jezelf. Laat de leerlingen eerst de reflectierubrics maken en daarna de reflectievragen (zie formulier: W2-Rv-Reflectieproduct)   |

|  |
| --- |
| **W2-Reisverslag – Uitleg voor de docent bij lesactiviteit 4 :****LOB - invullen beroepenkaart** |
| **Duur:** 30 minuten  |
| **Lesdoel(en)**: * Ik kan bij deze wereld een beroep kiezen dat me (het meeste) aanspreekt en vertellen waarom dat zo is.
* Ik kan zelfstandig informatie verzamelen over het beroep dat mij aanspreekt en dit correct en leesbaar vastleggen op de beroepenkaart.
 |
| **Nodig voor docent**: W2-Beroepenkaart\_Reisverslag OF Sen-app |
| **Bijbehorende theorie**: -  |
| **Aandachtspunten voor docent**: * Zorg dat leerlingen een beroep kiezen dat past bij deze Wereld en dat ze aanspreekt.
* Stimuleer ze om de beroepenkaart serieus in te vullen.
 |
| **Nodig voor leerling:** * W2-Beroepenkaart\_Reisverslag OF Sen-app
* Laptop + internet
 |
| **Achtergrond van deze lesactiviteit:**Tijdens het Reisplan hebben leerlingen een beroep onderzocht dat past bij deze wereld (gekozen uit het uitgedeelde ‘Overzicht mogelijke beroepen per wereld’ of zelf gekozen). Tijdens de expedities zijn ze in aanraking gekomen met andere beroepen. Wellicht hebben ze stage gelopen tijdens deze wereld. Nu, aan het einde van de Wereld, is het tijd om terug te blikken op de kennismaking met een aantal beroepen. De bedoeling is dat leerlingen weer 1 beroep uitkiezen en voor dat beroep de beroepenkaart invullen. Dat kan met behulp van het werkblad (zie hierboven) of via de sen-app. |
| **Ervaringen van de leerlingen: -** |
| **Uitvoering** |  |
| * Neem een paar minuten de tijd om klassikaal terug te halen welke beroepen jullie zijn tegengekomen in deze wereld. Schrijf ze eventueel op of maak een schema op het whitebord of digibord.
* Vul aan met beroepen die leerlingen zelf nog bij de wereld kunnen bedenken, wellicht vanuit het onderzoekje dat ze aan het begin, voor het Reisplan, hebben gedaan of door te denken aan mensen in hun eigen omgeving buiten school.
* Leg kort uit wat nu de bedoeling is (zie toelichting hierboven en op de beroepenkaart)
* Laat leerlingen het digitale werkblad (W2-Beroepenkaart\_Reisverslag) of de beroepenkaart voor deze wereld in de sen-app openen.
* Geef de leerlingen de opdracht om de vragen goed door te lezen en individueel te beantwoorden.
* Loop rond, ga her en der een gesprekje aan over wat leerlingen invullen/opschrijven, stimuleer indien nodig dat ze het serieus nemen en netjes werken.
* Bij gebruik digitale werkblad: laat leerlingen het goed opslaan en inleveren via Teams.
* Als de tijd het toelaat: bespreek kort na, laat leerlingen kort vertellen over wat ze hebben ingevuld.
 |

1. Voor Burgerschap en Digitale geletterdheid is gebaseerd op de nieuwe concept kerndoelen. [↑](#footnote-ref-2)