

SLIM met de ZON

Handleiding lespakket 'Slim met de zon' voor groep 5 en 6

Uitgangspunten

'Slim met de zon' is een digitaal lespakket waarin kinderen op een vrolijke, luchtige manier leren over de gevaren van de zon. Het lespakket gaat over bescherming tegen de zon en is onderdeel van de campagne 'smeren, kleren, weren' van KWF Kankerbestrijding.

Veel mensen weten dat te veel zon schadelijk kan zijn voor de gezondheid. Maar men gedraagt zich hier niet altijd naar. Op korte termijn kun je je huid verbranden. Ernstige verbranding op jonge leeftijd verdubbelt de kans op melanoom, de ergste vorm van huidkanker. In dit lespakket wordt dit richting de leerlingen niet zo benoemd. De toon is: wie op jonge leeftijd leert om slim met de zon om te gaan, heeft daar levenslang profijt van!

Structuur

Het lespakket is voor de groepen 1 t/m 8, uitgewerkt op vier niveaus: Groep 1/2, Groep 3/4, Groep 5/6 en Groep 7/8.

Voor groep 1/2 ligt de nadruk op kennismaken met het thema. In groep 3/4 en 5/6 worden de kinderen meer aangesproken op hun eigen verantwoordelijkheid. De leerlingen van groep 7/8 worden 'zonverkenners'. Zij worden experts over de zon en de weersverwachting. Zij krijgen een extra verantwoordelijkheid: zij leren niet alleen zelf over de zon, maar houden ook de kinderen uit de groepen 1 t/m 6, de ouders en de leerkrachten op de hoogte van het weer. Twee keer per week (of dagelijks) actualiseren ze het weerbericht met uv-risico op een weerposter op de voordeur van de school.

Inzet lespakket

Op uiteenlopende manieren komen de kinderen in aanraking met de leerstof, waardoor deze beter beklijft. De verschillende onderdelen vullen elkaar aan, maar de lessen kunnen ook los ingezet worden. Niet elk onderdeel hoeft gedaan te worden. De leerkracht bepaalt zelf hoeveel tijd hij of zij in het lesrooster inruimt. De lessen zijn zo gemaakt dat het weinig voorbereidingstijd van de leerkracht vraagt.

Kerdoelen

Slim met de zon sluit voor groep 5/6 aan op de volgende kerndoelen:

KERNDOELEN ORIËNTATIE OP JEZELF EN DE WERELD > Mens en samenleving

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

Slim met de zon is onderdeel van de campagne 'Smeren, Kleren, Weren' van KWF Kankerbestrijding.



KERNDOELEN ORIËNTATIE OP JEZELF EN DE WERELD > Natuur en techniek

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

De onderdelen

Het lespakket bestaat uit de volgende onderdelen:

1. een video
 2. twee liedjes
 3. een praatplaat
 4. een prentenboek: Maak een verhaal
 5. een spelletje: Raad het geluid
 6. een quiz
- werkbladen (deze vindt u bij 'downloads')

Hieronder volgen per onderdeel enkele lessuggesties.

1. Video

Een animatievideo van ongeveer twee minuten laat zien hoe zonnebrandcrème werkt. Beelden zeggen meer dan woorden. Een video is een effectieve manier van kennisoverdracht.

Leerdoelen

Na het bekijken van de video:

- weten de kinderen wat zonnebrandcrème is.
- weten de kinderen hoe zonnebrandcrème in de basis werkt.
- weten de kinderen hoe ze zonnebrandcrème het beste kunnen gebruiken om zich goed te beschermen tegen de zon.

Na de video verwerken de kinderen de stof middels de coöperatieve werkvorm 'wandelen, wissel uit': alle kinderen verspreiden zich onafhankelijk van elkaar in het lokaal. Als de leerkracht 'sta stil' roept, dan stopt iedereen. Elke leerling vormt een duo met degene die het dichtstbij staat. Als je niet snel een partner hebt, steek je je hand omhoog om op die manier snel iemand te vinden. De leerkracht stelt een vraag. De duo's wisselen hun antwoorden uit. Daarna lopen de leerlingen weer door het lokaal tot de leerkracht 'sta stil' roept, etc.

U stelt bijvoorbeeld de volgende vragen:

- Hoe noem je de onzichtbare stralen van de zon? (Ultra Violet, UV)
- Wat zijn de voordelen van UV straling? (maakt ons blij en zorgt voor vitamine D)
- Wat zijn de nadelen van UV straling? (verbranden)
- Wat is zonnebrandcrème? (beschermlaagje op je huid)
- Wat betekent de factor van zonnebrandcrème? (hoeveel UV straling het tegenhoudt)
- Moet iemand met een lichte of donkere huid zich vaker insmeren? (lichte)
- Welke factor wordt bij kinderen aangeraden? (factor 30)
- Hoeveel theelepels moet je gebruiken om in te smeren? (7)
- Hoe vaak moet je je insmeren? (om de 2 uur)



Slim met de zon is onderdeel van de campagne 'Smeren, Kleren, Weren' van KWF Kankerbestrijding.

2. Liedjes

Leerdoelen

Na het leren van deze liedjes:

- kunnen de leerlingen op goede toonhoogte zingen en de juiste melodie aanhouden.
- weten de leerlingen zich te beschermen tegen de zon door in de schaduw te spelen.

Twee vrolijke liedjes over de zon. De liedjes blijven hangen in het geheugen en kunnen als ze aangeleerd zijn op willekeurige momenten, bijvoorbeeld tussen twee lessen in, klassikaal worden gezongen. De liedjes worden in een 'karaoke-videoplayer' aangeboden, waarbij de tekst meeloopt met de muziek. U kunt het liedje voor de variatie ook met een operastem of een hele lage stem (laten) zingen. Of sneller of juist heel langzaam. Bouw het liedje eventueel uit met bijpassende bewegingen, die de kinderen bedenken. Dit kan prima in een kring of laat de kinderen in tweetallen tegenover elkaar staan.

3. Praatplaat

De praatplaat is uitgangspunt voor een leergesprek. De praatplaat bevat zogenaamde 'hotspots' die uitvergroot kunnen worden. Zo kan er letterlijk en figuurlijk ingezoomd worden op onderdelen van de praatplaat tijdens het leergesprek.

Leerdoelen

Na het leergesprek over de praatplaat:

- weten de leerlingen dat je je moet insmeren met zonnebrandcrème.
- dat je je huid ook kunt beschermen met lange mouwen of broeken.
- dat je ook kunt spelen in de schaduw van bijvoorbeeld de school.
- dat je je opnieuw in moet smeren als je nat bent geworden.

De kinderen praten over de praatplaat via de coöperatieve werkvorm 'binnenkring - buitenkring'. De leerlingen gaan staan in een kring. Nu doet de helft van de kinderen (om en om) twee stappen naar voren en gaat in een binnenkring recht tegenover het kind staan dat naast hem stond. U laat een van de hotspots zien en stelt een paar vragen. De kinderen in de buitenkring geven antwoord, de kinderen in de binnenkring luisteren.

U laat de volgende hotspot zien en stelt weer enkele vragen. Nu geven de kinderen van de binnenkring hun antwoord en luisteren de kinderen van de buitenkring. Vervolgens draait de buitencirkel drie plaatsen door. Dan laat u de volgende hotspot zien en stelt weer een aantal vragen, enz.

Hotspots

1. Twee kinderen spelen op het klimrek. Mogelijke vragen:

- Wat voor kleren dragen ze? (Ze hebben lange mouwen en dragen lange broeken.)
- Is dat slim omgaan met de zon? (Ja, hun armen en benen zijn goed beschermd.)
- Met welke factor zonnebrandcrème moeten ze zich insmeren? (De jongen en het meisje met het blonde haar smeren zich in met minimaal factor 30. Het meisje met de donkere huid is minder gevoelig voor de zon, maar smeert zich ook in met factor 30.)



Slim met de zon is onderdeel van de campagne 'Smeren, Kleren, Weren' van KWF Kankerbestrijding.

2. Twee kinderen spelen tikkertje. Mogelijke vragen:

- Gaan deze meisjes slim om met de zon? (Ja, ze hebben allebei niet een zeer gevoelig huidtype. Als zij zich insmeren met factor 30, zijn ze goed beschermd tegen de zon.)
- Hebben ze zich goed ingesmeerd? (Ja, je ziet dat ze gevoelige delen extra goed ingesmeerd hebben. Gevoelige delen zijn bijvoorbeeld uitstekende delen, zoals je neus en je oren.)

3. Drie kinderen voetballen in de schaduw van de school. Mogelijke vragen:

- Waarom spelen deze kinderen in de schaduw? (Dat is slim! In de schaduw verbrand je veel minder snel.)
- Moeten ze zich insmeren met zonnebrandcrème? (Ook in de schaduw kun je verbranden, dus deze kinderen hebben zich wel ingesmeerd.)
- Wie van deze kinderen verbrandt het snelste? (Het meisje met rood haar verbrandt het snelste. Zij moet zich altijd goed insmeren! De jongen met blond haar verbrandt ook snel en moet zich ook altijd goed insmeren.)

4. Drie kinderen spelen met water. Het water geeft verkoeling. Mogelijke vragen:

- Als je speelt met water, verbrand je dan ook? (Ja, juist! Door het frisse water voelt je huid niet zo heet aan en heb je het niet door dat je verbrandt.)
- Moet je je insmeren met zonnebrandcrème? (Ja, het water spoelt een deel van de zonnebrandcrème van je huid af. Als je met water hebt gespeeld of als je hebt gezwommen moet je je na het afdrogen altijd weer opnieuw insmeren.)
- De jongens met blond en bruin haar hebben zich goed ingesmeerd. Moet het meisje met de donkere huid zich ook insmeren? (Ja, ook mensen met een donkere huid moeten zich insmeren. Voor alle kinderen geldt: smeer je in met een zonnebrandcrème met minstens factor 30. Kinderen met een gevoelige huid kunnen ook een hogere SPF gebruiken.)

5. De juf. Mogelijke vragen:

- Waaraan zie je dat de juf slim omgaat met de zon? (Ze draagt zelf een hoed waarmee ze haar hoofd, nek en gezicht beschermt tegen de zon. Ze draagt een lange jurk van een lichte kleur die haar lijf beschermt tegen de zon. Alleen haar armen en het onderste stukje van haar benen zijn bloot. Ze heeft zich ook ingesmeerd met zonnebrandcrème.)
- Welke tip kun jij de juf geven voor haar schouders? (Haar schouders moet ze extra goed insmeren, die verbranden namelijk snel. Ze kan ook een vestje aantrekken.)

4. Maak een verhaal

Leerdoelen

'Maak een verhaal' is een digitaal prentenboek over veilig spelen in de zon. Hierna:

- kunnen de leerlingen delen van een verhaal in de goede volgorde zetten.
- weten de leerlingen dat je je een half uur voordat je naar buiten gaat in moet smeren met zonnebrandcrème.



Slim met de zon is onderdeel van de campagne 'Smeren, Kleren, Weren' van KWF Kankerbestrijding.

- weten de leerlingen dat ze zich tegen de zon kunnen beschermen met kleding met lange mouwen en door in de schaduw te zitten of te spelen.

Door de video af te spelen wordt het verhaal eerst in zijn geheel voorgelezen en komen de bijbehorende bladzijden één voor één in beeld. Als het verhaal is verteld worden de prenten door elkaar gehusseld. De kinderen moeten de afbeeldingen in de juiste volgorde zetten.

U kunt 'Maak een verhaal' klassikaal inzetten op het digibord of leerlingen kunnen het met een koptelefoon op individueel doen op een chromebook of iPad. Een verhaal op de juiste volgorde zetten is een van de vereiste strategieën voor begrijpend lezen.

Uitbreiding: Deel de werkbladen uit. De kinderen maken zelf een verhaaltje. Een klasgenoot legt de kaartjes in de juiste volgorde.

5. Raad het geluid

'Raad het geluid' is een spelletje waarbij kinderen moeten raden wat het geluid is. Ook dit kan zowel klassikaal op het digibord als individueel (met een koptelefoon) ingezet worden. Zet het spel 's ochtends klaar op de computers en de kinderen kunnen er zelf mee aan de slag.

Leerdoelen

Na het spelen van Raad het geluid:

- kunnen de kinderen secuur naar geluiden luisteren.
- begrijpen de kinderen dat je met geluiden best veel duidelijk kunt maken.

Maak een roulatieschema ('Wie mag welke dag op de computer?') en hang dat bij de computer op. De kinderen kunnen dan zelf het volgende kind halen dat op de computer mag werken. U ziet telkens twee videoplayers. Bij de eerste horen de kinderen alleen geluid. Bij de tweede zien zij het antwoord in beeld. Het gaat om de volgende geluiden:

- a. Meisje zet zonnebril op
- b. Openen van fles zonnebrandcrème
- c. Insmeren van de huid
- d. Varend bootje
- e. Gieter waarmee iemand water giet
- f. Plantensproeier sproeit water in de tuin
- g. Zonnescherm

6. Quiz

De quiz bevat vragen met foto's en meerkeuze-antwoorden. Bijvoorbeeld in te zetten in tweetallen op de weektaak of klassikaal op het digibord. De quiz is een speelse manier om de opgedane kennis te toetsen.



Slim met de zon is onderdeel van de campagne 'Smeren, Kleren, Weren' van KWF Kankerbestrijding.

Antwoorden:

1. d. Alle antwoorden zijn goed
2. c. Allebei
3. a. Ster
4. d. Geen van allen
5. c. Een half uur
6. c. Beide goed
7. c. Om de twee uur
8. a. Een theelepel
9. b. Factor 30
10. b. 's middags

Downloads

1. **Handleiding.**
2. **Ouderbrief:** informeert de ouders dat de school bezig is met 'Slim met de Zon' en kondigt de thuisopdracht aan.
3. **Informatiekatern:** bevat achtergrondinformatie voor de leerkracht.
4. **Werkblad:** bij 'Maak een verhaal' om een eigen verhaaltje te maken.
5. **Thuisopdracht:** welk huidtype hebben mijn ouders, broertjes, zusjes?
6. **Zonprotocol:** voorbeeld van een protocol om op school in te zetten.
7. **Weerposter.** De leerlingen uit de bovenbouw worden met de lessen uit dit lespakket zonverkenners. Zij houden (dagelijks of wekelijks) de weerposter bij.

Weerposter

Op de weerposter lees je van boven naar beneden: de temperatuur, het weertype, de zonkracht, en of je je moet beschermen tegen de zon. Bespreek de weerposter in de klas of aan de voordeur met de kinderen. Laat bij elk onderdeel kinderen vertellen wat ze denken dat het betekent. Vertel dat ze bij de zonkracht kunnen zien of ze zich die dag moeten beschermen tegen de zon.



Slim met de zon is onderdeel van de campagne 'Smeren, Kleren, Weren' van KWF Kankerbestrijding.

