

Spiekbriefje presentatie gastles (Basisonderwijs)

Dit spiekbriefje geeft ondersteunende informatie om de gastles goed te kunnen geven. Per dia staat weergegeven wat je zou kunnen vertellen over het onderwerp. Ook hebben we af en toe wat tips toegevoegd die je kunnen helpen bij het geven van de gastles. Dit is in aanvulling op de handleiding die hier ook voor ontwikkeld is. Waar nodig wordt verwezen naar de handleiding. Deze handleiding vind je op: www.als.nl/lesmateriaal-basisonderwijs

DIA 1: Startslide

Dit is de startslide die open staat als de les gaat beginnen. Zorg dat je goedvoorbereid bent met de instructies (p. 3 tot en met 5 van de handleiding).

DIA 2: Welkom

Doorloop puntsgewijs even het programma, zodat kinderen weten wat ze kunnen verwachten. In de les gaat het volgende besproken worden:

- Even voorstellen
- Over de ziekte ALS
- Aan de slag met testjes om meer te leren over waarom de spieren in jouw lichaam zo ontzettend belangrijk zijn
- Samen nadenken over hoe je in actie kunt komen

DIA 3: Introductie

Stel jezelf als gastlesvrijwilliger even voor. Hierbij is het ook mooi om te vertellen waarom je het verhaal over ALS zo belangrijk vindt. Mocht je een persoonlijke ervaring hebben met de ziekte ALS, kun je dit natuurlijk ook delen.

DIA 4: Stichting ALS Nederland

In Nederland leven ongeveer 1500 mensen met ALS of dezelfde soort ziekten PSMA en PLS. Bij ALS vallen de spieren één voor één uit. De ene dag kun je bijvoorbeeld je vingers nog goed bewegen en de andere dag niet meer.

Gemiddeld leven mensen met ALS maar 3 tot 5 jaar na de eerste tekenen van de ziekte. Er is nog niets wat dokters kunnen doen om te zorgen dat mensen langer kunnen leven of dat ze misschien zelfs beter worden. Met het geld dat opgehaald wordt kan Stichting ALS Nederland meer wetenschappelijk onderzoek betalen. Er wordt bijvoorbeeld onderzoek gedaan naar hoe de ziekte ontstaat, hoe je ermee om kunt gaan en hoe mensen beter kunnen worden (dat is nu helaas nog niet zo). Door nieuwe technologie wordt de kans hierop wel steeds groter, maar zijn we er helaas nog niet. Met het geld kunnen we ook hulpmiddelen regelen zoals een spraakcomputer met eigen stem, een inklapbare rolstoel of aangepaste fiets. Voor onderzoek en de dure (nodige!) spullen hiernaast is er veel geld nodig en alle beetjes helpen. Hoe komt jouw school in actie? Dat gaan we verder onderzoeken in deze les.

DIA 5: Filmpje 'Mijn vader heeft ALS'

Je kunt ervoor kiezen om dit filmpje met de kinderen te kijken. Aangezien het een heel goed en begrijpelijk beeld geeft van de (ingrijpende) gevolgen van de ziekte raden we aan om deze video te bekijken. De video duurt 9,5 minuut.

Over de video: Vorig jaar is er een Klokhuisaflevering geweest over de ziekte ALS. In deze aflevering zat een filmpje met Igor die zelf de ziekte ALS heeft. Dit deel van de Klokhuisaflevering is te bekijken via deze link. Igor is de vader van Kaat, Mink en Fedor. Presentatrice Janouk bezoekt het gezin. Hoe is het om hiermee te leven en hoe doe je dat als je vader deze dodelijke ziekte heeft?

DIA 6: ALS in het kort

In ons lichaam hebben we veel spieren die ons helpen bepaalde dingen te doen. Denk aan rennen. Dit doe je met je beenspieren. Of typen met je vingers of zwaaien met je handen. Spieren bewegen niet vanzelf. Ze doen dit pas als ze uit de hersenen een signaaltje krijgen. De hersenen sturen als het ware een berichtje naar de zenuwen met de opdracht om een bepaalde beweging te maken. Je kunt ze niet zien, maar ieder lichaam heeft een heleboel zenuwcellen. Dit doe je – als je gezond bent – eigenlijk zonder erbij na te denken. Bij ALS gaat hierin iets fout. De spieren krijgen geen seintjes meer vanuit de zenuwcellen, daarom beginnen ze kleiner en dunner te worden en sterven ze uiteindelijk af. Spieren worden zwakker en vallen helemaal uit. Hierdoor kan je steeds minder en gaat bewegen, eten, praten en ademen steeds moeilijker. ALS kan op verschillende plekken beginnen. Soms begint het met verlies aan spierkracht in de voet. Bij een ander begint het in de arm, in de hals of de schouder.

DIA 7: Speel de quiz

De quiz is via de link te openen. Je kunt de quiz klassikaal doen. Vraag kinderen hun hand op te steken bij 'Waar' of bij 'Niet waar'. Wordt de quiz te klein weergegeven? Dan kan je het scherm inzoomen om de quiz te vergroten. Je kunt hiervoor altijd even de leerkracht om hulp vragen.

DIA 8 - 12: Ervaar wat ALS met je doet

Je kunt van start met de testjes. De benodigdheden voor deze testjes kun je vinden op pagina 3 van de handleiding. Elk testje wordt in tweetallen uitgevoerd. Maak daarom eerst groepjes van 2. Vraag de leerkracht je hierbij te helpen. Als de kinderen in groepjes zitten in de klas, kan je ze gemakkelijk in 2 tweetallen per groepje indelen. Anders kun je ook door de klas lopen en de duo's aantikken. Voor de testjes is het belangrijk om duidelijke instructies te geven. Hieronder geven wij hiervoor een aantal tips.

Belangrijk; we hebben meerdere testjes toegevoegd, zodat je hier een keuze in kunt maken. Kies twee testjes die jou het meeste aanspreken of die het meeste passen bij het niveau van de kinderen. Wil je wel graag meerdere testjes uitvoeren? Dan kan je tijd besparen door één duo één testje klassikaal te laten voordoen.

1. Sommen maken: Het doel van deze test is om kinderen te laten ervaren hoe moeilijk communiceren kan zijn wanneer ze hun spieren niet kunnen gebruiken. De test bestaat uit vier stappen, elk met een eigen functie. In de eerste stap ervaren leerlingen hoe moeilijk het is om niet te praten. Vervolgens ervaren ze hoe lastig communiceren is wanneer ze niet kunnen praten en hun handen niet kunnen bewegen. Het is het beste om deze stappen één voor één met de klas door te lopen, waarbij elke stap ongeveer 2 minuten duurt.

Tip! Als in de klas een smartboard aanwezig is kan je een timer laten lopen, zodat de kinderen ook weten hoelang ze nog hebben voor het testje.

2. Flesje openen: Het doel van deze test is dat kinderen ervaren hoe moeilijk fijne motoriek is als je een deel van je lichaamsdelen niet kunt gebruiken.

Tip! Als de tijd verstreken, leg je testje 2 uit. Ook hiervoor neem je een aantal minuten de tijd. Deze werkwijze geldt ook voor test 3. Test 4 kan niet door iedereen gedaan worden. Je kunt hiermee afsluiten en twee mensen aanwijzen uit de klas die het voordoen aan de rest van de kinderen.

3. Praten met rietje: Het doel van deze test is dat kinderen ervaren hoe moeilijk het is om te communiceren als je niet goed kunt praten.

4. Bureaustoel: Het doel van deze test is dat kinderen ervaren welke beperkingen het geeft als je hulpmiddelen moet gebruiken om te kunnen bewegen.

DIA 13: Actie!

De klas komt in actie voor ALS. Stel een aantal vragen aan de klas om het onderwerp in te leiden.

- Wat betekent 'in actie komen'?
- Heeft er iemand wel eens meegedaan aan een actie voor een goed doel? (Benoem zelf voorbeelden van acties)

Let erop dat je ook niet teveel voorbeelden geeft, want het is leuk als de kinderen nog enigszins blanco met de brainstorm beginnen.

DIA 14: Voorbeeldactie Tim & Niels

Toen hun buurvrouw Anna in 2019 de diagnose ALS kreeg, zochten Daniëlle (40), Tim (13) en Niels Lunstroo (10) uit Almere naar informatie over deze ziekte. Zo kwamen zij in contact met de Stichting ALS Nederland en hebben zij met verschillende acties veel geld opgehaald. Met steeds hun 'buufie' in gedachten. De twee jongens bakten pannenkoeken en liepen de Hierdaagse van 10 km en haalden samen, met de hulp van familie, vrienden en kennissen veel geld op voor Stichting ALS Nederland.

In dit interview lees je meer over hun actie: <https://www.als.nl/interviews/actievoerders-tim-en-niels-lunstroo/>

DIA 15: Brainstorm

Leg uit hoe de brainstorm zal gaan aan de hand van de instructies op de presentatie. Denk er van tevoren over na hoe je de groepjes van 4 indeelt. Zitten ze al in groepjes? Maak hier gebruik van.

- Deel de brainstormposters uit en vraag de kinderen een pen / goede leesbare stiftpen uit hun laatje te halen.
- Geef 5 minuten de tijd voor het opschrijven van hun eigen ideeën.
- Vervolgens geef je 5 minuten de tijd zodat ze samen kunnen bespreken wat hun allerbeste ideeën zijn.
- Laat elk groepje benoemen wat de beste ideeën zijn. Bespreek met de klas of er overeenkomsten zijn en wat de leukste, gekste idee is of wat ze denken dat het meeste geld op zou halen.
- Tijd te kort? Verkort dan de overlegtijd in de groepjes en bespreek enkele leuke bedachte acties alleen klassikaal.

Belangrijk: Het mag best rumoerig en wat rommelig zijn tijdens de brainstorm. Vraag de leerkracht om hulp bij het coördineren van de brainstorm als je dit lastig vindt. Loop daarnaast actief rond en denk mee met de groepjes. Houd altijd overzicht door met je rug naar de muur te hurken of te staan.

DIA 16: Haal geld op door...

Deze dia is bedoeld ter inspiratie. Mocht de klas moeilijk op ideeën komen, kun je deze dia eerder laten zien. Anders geef je met deze dia een leuke afsluiting door nog een aantal leuke voorbeelden te noemen.

Weet je al of de leerkracht graag een vervolgles met de klas wil doen om hun acties verder uit te denken? Dan kan je dit natuurlijk al benoemen.