

Spiekbriefje presentatie gastles voor MBO jaar 1 en 2

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. Alle materialen die we ter beschikking hebben voor de gastles staan ook online op de website: www.als.nl/lesmateriaal-mbo

Vorbereiding

Zorg ervoor dat je de gastles goed voorbereidt en check onderstaande tabel zodat je weet wat je nodig hebt. Zorg er daarnaast voor dat je ruim van tevoren aanwezig bent om alles klaar te kunnen zetten.

| Benodigdheden | Materialen |
|--|--|
| <p>Aanwezig in klaslokaal</p> <ul style="list-style-type: none">• Digiboard met WiFi• Pennen/schrijfbare stiften <p>Tools (vooraf klaarzetten op het digiboard)</p> <ul style="list-style-type: none">• PowerPoint-presentatie <p>Deze tools vind je hier: www.als.nl/lesmateriaal-mbo</p> <p>Checken:</p> <ul style="list-style-type: none">• Check of het pakket met materialen is binnengekomen bij de docent en zorg dat dit aanwezig is in de klas voor de gastles begint. | <p>De materialen worden voor de gastles naar de school opgestuurd.</p> <p>Het pakket bevat de volgende materialen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Begeleidende brief waarin belangrijke informatie rondom 3FM Serious Request en het lesmateriaal staat• Festivalbandjes• Brainstormposters (per 4 personen 1 poster)• 3FM Serious Request actieposter• Cheque waarop ze het eindbedrag kunnen zetten die ze kunnen inleveren bij het Glazen Huis. |

Opzet gastles

De gastles bestaat uit drie verschillende onderdelen. Hieronder vind je de opbouw en de tijdsindicatie.

| Opbouw gastles | | |
|----------------|---|--------|
| Deel A | Introductie: Wat is 3FM Serious Request en wat is de ziekte ALS? | 20 min |
| Deel B | Ervaren: Doe de testjes en ervaar de symptomen van ALS. | 10 min |
| Deel C | Actie! Welke actie ga jij uitvoeren? | 25 min |

Presentatie

Dia 1

Dit is de startslide die open staat als de les gaat beginnen.

Dia 2: Welkom

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

- Even voorstellen
- Wat is 3FM Serious Request?
- Meer over de ziekte ALS
- Aan de hand van een testje gaan we zelf ervaren waarom de spieren in jouw lichaam zo ontzettend belangrijk zijn
- Samen nadenken over hoe je in actie kunt komen voor 3FM Serious Request

Dia 3: Even voorstellen

Stel jezelf als gastlesvrijwilliger even voor. Hierbij is het ook mooi om te vertellen waarom je het verhaal over 3FM Serious Request en ALS zo belangrijk vindt. Mocht je een persoonlijke ervaring hebben met de ziekte ALS, kan je dit natuurlijk ook delen.

Dia 4: Filmpje Sophie

Een van de NPO 3FM dj's die vorig jaar in het Glazen Huis zat is Sophie Hijlkema. Zij heeft een filmpje opgenomen om de klas uit te nodigen om langs te komen bij het Glazen Huis. Leuk weetje: half november wordt bekendgemaakt welke 3FM-dj's dit jaar opgesloten zitten. Hou hiervoor de socials van NPO 3FM of Stichting ALS Nederland in de gaten.

Dia 5: 3FM Serious Request in actie voor ALS

Tip! vraag voordat je over 3FM Serious Request vertelt aan de leerlingen of ze wel eens van 3FM Serious Request hebben gehoord of van het Glazen Huis. Wat weten ze hiervan? Leg het daarna kort uit.

3FM Serious Request zet zich elk jaar in de week voor kerst in voor het goede doel. Dit jaar voor Stichting ALS Nederland. Van 17 tot en met 24 december staan de radiozender en alle online en sociale media kanalen van 3FM volledig in het teken van de actie en wordt er 24 uur per dag live radio en online uitzendingen gemaakt vanuit het Glazen Huis op de Grote Markt in Nijmegen. De DJ's mogen die week het Glazen Huis niet verlaten, daarna krijgen ze hun vrijheid weer terug. Met de diagnose ALS verdwijnt er steeds een stukje vrijheid en komt die helaas ook nooit meer terug. Je blijft gevangen in je eigen lichaam.

Dia 6: 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 je vingers nog goed bewegen en de andere dag niet meer. Gemiddeld leven patiënten maar 3 tot 5 jaar na de eerste tekenen van de ziekte.

Dit jaar is Stichting ALS Nederland het goede doel van 3FM Serious Request. Met het geld wat wordt opgehaald doen zij twee verschillende dingen:

1. Ze financieren onderzoek naar de oorzaak en behandeling van ALS. Ze kunnen onderzoeken hoe de ziekte ontstaat, hoe je ermee om kunt gaan en hoe mensen beter kunnen worden, want dat kan helaas nu nog niet.

Door nieuwe technologie is de kans op een doorbraak groter dan ooit. De ziekte ALS kan nu in het laboratorium worden nagebootst. Hierdoor kunnen medicijnen op grotere schaal worden getest. Dit is een betrouwbaardere en snellere manier om vast te stellen of deze medicijnen werken voor mensen met ALS. Zo is voor een heel specifieke vorm van ALS al een werkend medicijn gevonden. Dit toont aan dat het een behandelbare ziekte is en dat geeft hoop. Maar we zijn er helaas nog niet.

2. Daarnaast financieren ze ook hulpmiddelen die de kwaliteit van leven van patiënten en hun naasten verbeteren. Je kunt dan denken aan een spraakcomputer met eigen stem, een inklapbare rolstoel of aangepaste fiets.

Voor onderzoek en de dure (nodige!) hulpmiddelen is er snel veel geld nodig en alle beetjes helpen. Hoe komt jouw school in actie? Dat gaan we verder onderzoeken in deze les.

Dia 7: Verhaal van Geert

Om te laten zien wat de impact is van de dodelijke ziekte ALS om de patiënt en het hele gezin, kun je de video met het verhaal van Geert Jongeneel tonen. De video duurt ongeveer 4 minuten.

Dia 8: ALS in het kort

In ons lichaam hebben we veel spieren die ons helpen bepaalde dingen te doen. Denk aan rennen met je beenspieren, typen met je vingers of zwaaien met je handen. Die spieren kunnen niet vanzelf bewegen, daar hebben ze een brein voor nodig dat een signaal (of berichtje) stuurt van de hersenen naar de zenuwen met de opdrachten om in actie te komen. Je kunt ze niet zien, maar ieder lichaam heeft een heleboel zenuwcellen.

Als de spieren minder signalen krijgen van de zenuwcellen beginnen ze kleiner en dunner te worden en sterven ze uiteindelijk af. Daardoor worden spieren steeds zwakker 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 9: Stellingen

1. Lees de stelling hardop voor. Vraag de leerlingen die het eens zijn met de stelling te gaan staan.
2. Vraag waarom ze het wel of niet eens zijn met de stelling. Laat de leerlingen met elkaar in gesprek gaan. Probeer als gespreksleider op te treden.

Dia 10 - 11: Ervaar wat ALS met je doet

Je gaat een test doen, zodat de groep kan ervaren wat ALS met je doet. De leerlingen doen de test in groepjes van twee. Jij bepaalt hoe je de groepjes indeelt. Denk hier vooraf over na (bijvoorbeeld degene die naast elkaar zitten of tik duo's aan). Geef vooraf aan hoe lang de groepjes over deze test mogen doen (max. 5 minuten per persoon) en houd de tijd bij.

In dit geval gaat het om een test waarin ze kunnen ervaren hoe moeilijk het is als je niet meer kunt praten en dat dit niet alleen lastig is voor de persoon zelf, maar ook voor de naasten van deze persoon. Het is handig om vooraf een voorbeeldvraag te noemen. Een voorbeeldvraag is: Wat heb je vanochtend gegeten als ontbijt?

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

Dia 12: Kom in actie!

Met 3FM Serious Request komen we in actie voor ALS. Vraag de klas of ze wel eens wat hebben gedaan voor het goede doel. Benoem voorbeelden van acties die in het verleden zijn gedaan voor 3FM Serious Request.

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

Dia 13: Brainstorm

- Leg uit hoe de brainstorm zal gaan aan de hand van de instructies op de dia.
- Denk er van tevoren over na hoe je de groepjes van 4 indeelt. Zitten ze al in groepjes? Maak hier gebruik van. Deel de groepjes in.
- Deel de brainstormposters uit en vraag de kinderen een pen/goede leesbare stift te pakken. Je kunt er ook voor kiezen om de posters al vooraf uit te delen.
- Geef 10 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 voor het kiezen van de allerbeste ideeën van het groepje. Het mag best rumoerig zijn tijdens de brainstorm en wat rommelig zijn. Kijk je er tegenop om de brainstorm volledig te coördineren? Vraag de leerkracht om hulp.
- Bespreek een aantal van de allerbeste ideeën klassikaal.

Tip! Loop actief rond en denk mee met de groepjes. Ga altijd zoveel mogelijk met je rug naar de muur hurken/staan om overzicht te houden op de rest van de groepjes.

Tip! Het lukt niet altijd om de hele brainstorm uit te voeren. Dat verschilt per klas en per niveau. Heb je tijd tekort? Verkort de tijd in de groepjes en bespreek een aantal leuke bedachte acties nog wel klassikaal.

Dia 14: Haal geld op door

Bedank iedereen voor hun inzet en de leuke ideeën. Sluit af door nog een aantal leuke voorbeelden te noemen.

- Kerstmarkt organiseren
- Sponsorloop
- Muziekoptreden

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.

Dia 15: Kom jij met jouw klas in actie?

Maak ze enthousiast! Voor elke gastlesschool maken we van tevoren al een groepspagina aan op het Kom In Actie-platform. We vinden het leuk om die als afsluiting te laten zien.

Vooraf krijg je de link naar de pagina. Op deze slide staat een visuele reminder om deze groepspagina te laten zien. Let op; je moet de link apart openen. Voor elke klas geldt namelijk weer een andere link.

Is er tijd over? Dan is het natuurlijk extra leuk om even de tijd te nemen voor een groepsfoto, zodat we die ook kunnen toevoegen aan de groepspagina.