

De kleuren van mijn mediabuik!

In deze les ervaren de leerlingen dat bij het kijken naar filmpjes gevoelens vrij komen. Ook leren ze deze gevoelens te benoemen en ze een kleur te geven. De bedoeling is dat ze bij bepaalde gevoelens ze kunnen aangeven te stoppen met kijken. Totale duur: 50 minuten.

LESOPBOUW

- Introductie: Kringgesprek over wat de leerlingen op hun apparaten bekijken en met wie zij dit doen. (10 min.)
- Verdieping: Samen met de leerlingen wordt er gesproken over de verschillende gevoelens die zij ervaren bij de filmpjes die zij bekijken. (20 min.)
- Doen: De gevoelsmeter testen! Aan de hand van voorbeelden kunnen de leerlingen bepalen waar zij zich op de gevoelsmeter bevinden. (10 min.)
- Afronding: Bespreken van de gevoelsmeter. Bij welke kleur is het fijn om iemand anders in de buurt te hebben? (10 min.)

VOORBEREIDING & BENODIGDHEDEN

Van tevoren kun je een aantal dingen doen:

- Lees de handleiding en DIY-opdracht.
- Zorg voor een digibord met internetverbinding en klik tijdens de les door de slides op het digibord.
- Print voor ieder kind een gevoelsmeter uit.

BURGERSCHAP

In deze les staat het domein **democratische oefenplaats** centraal, waarbij de focus ligt op *stimuleren van sociale vaardigheden en kritische denkvaardigheden* (kerndoel 19a, definitieve conceptkerndoelen burgerschap). Tijdens de les leren leerlingen herkennen welke gevoelens filmpjes bij hen oproepen. Door hierover met elkaar te praten, oefenen zij met het verwoorden van hun gevoelens, het luisteren naar anderen en het nadenken over wat media met hen doen.

Het onderdeel Burgerschap in de Digi-doener is gebaseerd op de conceptkerndoelen Burgerschap zoals in 2025 door SLO gepubliceerd. SLO maakt een onderscheid tussen drie domeinen van burgerschapsonderwijs: democratische oefenplaats, samenleven in een democratische rechtsstaat en vormgeven aan democratische en maatschappelijke betrokkenheid. Meer informatie over de conceptkerndoelen vind je [hier](#).

ETHIEK

In deze les staat het volgende ethische vraagstuk centraal: *Moet je blijven kijken naar een filmpje als je er een vervelend of spannend gevoel van krijgt?*

DOEL VAN DE LES

Conceptkerndoelen digitale geletterdheid 2025	Leerdoelen digitale geletterdheid	Conceptkerndoel vak 2025	21st century skills
22B Digitale media en informatie Beschrijven hoe makers van digitale media de aandacht van gebruikers trekken, vasthouden en beïnvloeden met kleurende en sturende technieken.	1 Mediawijsheid 4.3 Ik weet dat reclame en andere media invloed kunnen hebben op wat ik ergens van vind.	1 Mens en samenleving 28A Sociale omgeving Aandacht schenken aan emoties en het omgaan met emoties.	1 Zelfregulering
24B Digitale technologie, jezelf en de ander Reflecteren op de invloed van digitale technologie en digitale media op eigen denken, eigen gedrag en de interactie met anderen.	2 Mediawijsheid 4.4 Ik kan laten zien hoe media iemand kunnen beïnvloeden (bijvoorbeeld door zelf een reclame of boodschap te maken).		
24C Digitale technologie, de samenleving en de wereld Verkennen van de invloed van de mens op de ontwikkeling van digitale technologie en digitale media en andersom.	3 Mediawijsheid 4.5 Ik weet dat ik hulp kan vragen aan een volwassene als iets online of digitaal niet fijn voelt.		

GROEP 1, 2 EN 3 DIGI-DOENER!**INTRODUCTIE****Openingslide****Slide 1, Praten met de klas**

Vandaag gaan we praten over iets wat we bijna allemaal thuis weleens doen: filmpjes kijken! Ik ben heel benieuwd hoe dat er bij jullie uitziet. Kijken jullie het liefst op de grote televisie, of hebben jullie een eigen iPad of tablet vast? En als je kijkt, zit je dan weleens gezellig samen met papa, mama, of een grote broer of zus, of kijk je juist lekker alleen?



Laat de leerlingen hun ervaringen vertellen.

Er is online zóveel te zien. De één kijkt graag naar grappige, drukke YouTube-filmpjes, terwijl de ander liever wegdroomt bij een rustige tekenfilm. Vandaag gaan we ontdekken wat al die verschillende filmpjes eigenlijk met ons doen en hoe we échte mediakampioenen kunnen worden. Wie wil als eerste vertellen wat zijn of haar lievelingsfilmpje is?

VERDIEPING**Slide 2, Praten met de klas**

We hebben net gehoord wat jullie kijken. Maar wisten jullie dat je buik ook meekijkt? Filmpjes werken in je lijf nét als een stoplicht!

Als je naar een rustig filmpje kijkt, staat je buik op groen. Je bent rustig en blij en je geniet van je filmpje. Maar wat gebeurt er als je naar een heel druk en flitsend filmpje kijkt? Word je dan een beetje wiebelig en wild? Dat is oranje: de drukte van het filmpje voel je in je buik en die maakt je onrustig.

En stel dat een filmpje te eng is, of de tablet moet ineens uit... hoe voelt dat? Word je daar dan boos of bang van? Dat is rood: stop, je hoofd zit te vol!

**Slide 3, Praten met de klas**

Nu we weten hoe ons media-stoplicht werkt, ben ik heel benieuwd naar jullie eigen filmpjes. Welke kleur van het stoplicht hoort daar bij?

Denk eens aan dat filmpje dat je gisteren thuis hebt gekeken... sprong jouw stoplicht toen op groen, omdat je er lekker rustig en vrolijk van werd? Of was het een filmpje met harde muziek en snelle plaatjes, waardoor je buik op oranje ging springen en je



GROEP 1, 2 EN 3 DIGI-DOENER!

zin kreeg om te stuiten? En heeft iemand wel eens een filmpje gekeken waarbij het stoplicht meteen op rood vloog, omdat het stiekem best wel een beetje spannend of eng was?

Wie durft zijn of haar filmpje te noemen en te vertellen welke kleur er in zijn of haar buik ging branden?

DOEN**Slide 4, Doen**

Kijk eens! Op dit papieren tablet staat de gevoelsmeter van onze mediabuik. We gaan hem samen inkleuren als een stoplicht!

- We beginnen onderaan bij **cijfer 1**. Hier zie je het vrolijke meisje met de hartjes. Je buik is lekker rustig. Welke kleur hoort daarbij? Juist, groen! Kleur die maar in.
- Dan gaan we naar het midden, naar **cijfer 2**. Dit meisje kijkt een beetje wiebelig omdat het filmpje zo druk en snel gaat. Dat is oranje. Geef haar en dat vak maar een mooie oranje kleur.
- Helemaal bovenaan, bij **cijfer 3**, zien we het boze jongetje met de bliksemflitsen. Stop! Het filmpje was te eng, of de tablet moet uit. Dat is rood.



Als je gevoelsmeter straks af is, kun je na het kijken met een knipper aangeven hoe jouw buik zich voelt.

Na het bekijken van de filmpjes op de volgende slides, kunnen de leerlingen zelf aan de slag met hun eigen kleurplaat. De afronding van de les kan plaatsvinden zodra de leerlingen de kleurplaat hebben afgemaakt.

Slide 5, Denken en doen

We gaan een spelletje doen! We worden zometeen zelf een media-stoplicht met ons lichaam. Ga allemaal maar op je plek staan en luister goed naar wat ik vertel.

**Slide 6, Denken en doen**

Situatie 1 **groen**: *Je zit lekker in je pyjama op de bank. Samen met papa of mama kijk je naar [een filmpje van Juf Roos](#) (vanaf 0:00). Er wordt gezellig gezongen en je mag lekker meezingen.*

Je kijkt met de leerlingen de introductie van Juf Roos.

Wijs maar aan op je meter:

Welke kleur heeft je buik nu? Word je hier rustig en vrolijk van?



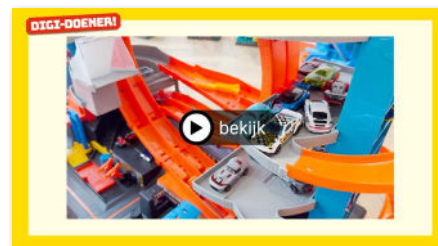
GROEP 1, 2 EN 3 DIGI-DOENER!

Slide 7, Denken en doen

Situatie 2 **oranje**: Je kijkt op de tablet naar [een filmpje waarin met speelgoed wordt gespeeld](#) (vanaf 0:31). Er gebeurt superveel tegelijk en de plaatjes flitsen voorbij. Je wilt eigenlijk niet wegstaren, maar je wordt er ook een beetje wild van.

Wijs maar aan op je meter:

Wat voel je nu? Begint je buik al een beetje te wiebelen op standje oranje? En waarom denk je dat het filmpje zo is gemaakt?

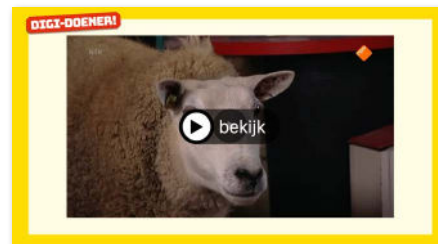


Slide 8, Denken en doen

Situatie 3 **rood**: In [het filmpje gaat Fahd van de HBB club stiekem het museum in](#) (vanaf 4:04). Dit mag eigenlijk niet. Hoe voelt je buik nu?

Wijs maar aan op je meter:

Op welke kleur staat het stoplicht in je buik nu? Springt hij meteen op rood omdat het te spannend is, of is het voor jou nog oranje?



AFRONDING

Slide 5, Denken en doen

Wat hebben jullie dat goed gedaan met de gevoelsmeters! We weten nu dat filmpjes ons groen, oranje of rood kunnen maken. En soms doet de maker van een filmpje dat expres, zodat je nog een filmpje wil kijken!

Maar stel je voor dat je gevoelsmeter thuis op rood springt omdat een filmpje te spannend is of omdat je hoofd súpervol zit. Wat moet je dan doen? Moet je dan in je eentje blijven kijken?

Laat de leerlingen reageren op jouw vraag.

Als je gevoelsmeter op rood dreigt te komen, is het handig om papa of mama erbij te vragen. Je kunt dan zeggen dat je buik op rood staat!

Zij kunnen het filmpje uitzetten, je een dikke knuffel geven en samen iets leuks gaan doen om je buik weer helemaal groen te maken. Onthoud dus goed: bij rood vraag je om hulp!

We sluiten de les nu af met onze speciale Reset-knop om onze buik weer helemaal groen te maken. Ga allemaal maar staan, doe je ogen dicht en adem een keer heel diep in naar je buik... en blaas uit! Schud nu je armen en je benen heel hard uit... Schud alle drukte maar van je af!



BIJLAGE VOOR DE LEERKRACHT

