Dit document is gedownload door () op November 7, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

Een depressie

Wat doet het met de hersenen?

Doelgroep
HAVO/VWO - klas 4, 5 en 6

Vak
Biologie

Duur
2 lesuren

Vaardigheden
Samenwerken, ontwerpen, onderzoeken

Deze les

In deze les leren leerlingen wat een depressie is, hoe je het herkent, wat het doet met de hersenen en hoe belangrijk het is om over psychische klachten te praten. Leerlingen maken een poster om het praten over psychische klachten aan te moedigen. Deze posters kunnen ook in het schoolgebouw opgehangen worden.

Lesopzet

Introductie 30 min.
Het onderwerp wordt geïntroduceerd met een video over vijf jongeren met een depressie.

Kern 40 min.
Leerlingen verdiepen zich in het effect van een depressie en maken een poster om jongeren aan te sporen om te praten over psychische klachten.

Afsluiting 30 min.
De posters worden gepresenteerd en in de school opgehangen.

Het is mogelijk om de les over twee lossen lesuren te verdelen:

- Les 1: de introductie, onderzoek en de poster schetsen
- Les 2: de poster maken en de afsluiting

Dit document is gedownload door () op November 7, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

Didactische verantwoording

Leerdoelen

Leerlingen leren:

- wat een depressie is.
- hoe je een depressie herkent.
- wat een depressie doet met je hersenen.

Aansluiting curriculum

Deze les sluit aan bij de volgende eindtermen uit de syllabus centraal examen biologie Havo/Vwo:

- B4. Zelfregulatie van het organisme

Benodigde voorkennis

Leerlingen hebben voorkennis over de verschillende onderdelen van de hersenen de functies van deze onderdelen.

Inbedding curriculum

Deze les sluit aan bij de kerndoelen van het SLO en is in te zetten als aanvulling op een les over de werking van de hersenen en psychische problemen.

Onderzoekend leren

Leerlingen voeren op basis van eigen interesse een onderzoek uit tijdens deze les. Met elkaar brainstormen ze over onderwerpen binnen het thema depressie waar ze meer over willen leren. Vervolgens gaan ze op het internet opzoek naar de bijhorende informatie. De kennis die ze tijdens dit onderzoek opdoen, gebruiken ze bij het ontwerpen van een poster die jongeren aanpoort te praten over mentale problemen.

Innovatief onderwijs met Leapo

Bij WisMon zien we wetenschap en techniek als essentieel onderdeel van het onderwijs. We streven er daarom naar om wetenschap en techniek makkelijk, modern en motiverend te maken. Leapo past binnen deze visie door het aanbieden van kant-en-klaar lesmateriaal bij moderne, eenvoudig te bedienen apparatuur, waarbij de contexten tot de verbeelding spreken en leerlingen lekker zelf aan de slag gaan.

Benodigdheden

- ☐ 1 lesbrief per groepje
- ☐ 1 digitaal device per leerling

Voorbereiding

- ☐ Lees de docentenhandleiding en lesbrief goed door.
- ☐ Bekijk de video uit de PowerPoint (slide 15)
- ☐ Maak eventueel vast groepjes van 3-4 leerlingen.

Let op!

Voor sommige leerlingen kan depressie een heftig lesonderwerp zijn. Zet deze les in als de sfeer goed is en het een vertrouwde omgeving is voor leerlingen. Zorg eventueel dat je na de les beschikbaar bent voor leerlingen als ze daar behoefte aan hebben.

Dit document is gedownload door () op November 7, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

Begeleiding tijdens de les

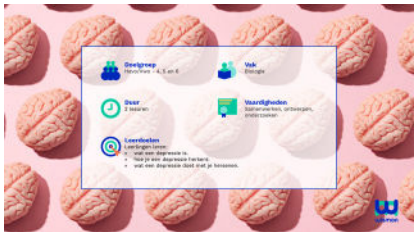
Legenda: Vertel dit de leerlingen | Dit doen de leerlingen | Achtergrondinformatie

Toelichting

Dia's

Introduceer het onderwerp van de les, namelijk psychische problemen en depressies bij jongeren. Focus hierbij vooral op de leerdoelen.

2



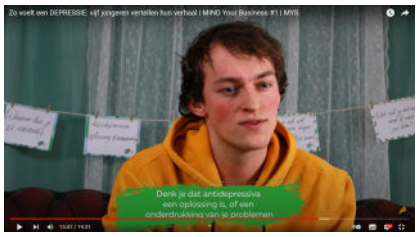
Laat leerlingen in groepjes van 3-4 leerlingen, zonder te vertellen wat er nog komen gaat, opdracht 1 maken. Hier kunnen ze naderhand op terugblikken of ze er nog steeds op die manier over denken.

3



Bekijk samen de video over de jongeren die een depressie hebben.

4



Ga daarna met leerlingen in gesprek over dit onderwerp. Stel hierbij vragen als:

- Welke klachten hebben deze jongeren?
- Waardoor zijn zij erachter gekomen dat ze een depressie hebben?
- Welk effect heeft de depressie op deze jongeren?
- Hoe worden deze jongeren geholpen?
- Waarom is het zo belangrijk dat jongeren praten over psychische problemen/klachten?
- Ken je zelf iemand met een depressie of psychische klachten?

5



Dit document is gedownload door () op November 7, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

Toelichting

Introduceer bij de leerlingen het project Taboeiend dat is ontstaan uit een samenwerking tussen Durf Te Vragen en de Youtuber Dylan Haegens. Zij willen het taboe dat ligt op praten over mentale gezondheid doorbreken. Jullie gaan ook proberen om dit taboe verder te doorbreken. Het project Taboeiend kunnen jullie gebruiken ter inspiratie. Geef leerlingen nu vijf minuten de tijd om de website van dit project te bekijken.

Dia's

6



Vertel de leerlingen dat zij bij opdracht 2 zelf een klein onderzoekje gaan uitvoeren op internet. Hierbij gaan ze zich verder verdiepen in depressies en het effect op (de werking van) de hersenen. Ze gaan eerst brainstormen over wat zij als groepje graag te weten willen komen. Vervolgens gaan ze die informatie verzamelen. Laat ze de taken verdelen en vervolgens opzoek gaan naar de informatie. Het kan handig zijn voor leerlingen om bijvoorbeeld in Google docs te werken, zodat ze allemaal tegelijkertijd in hetzelfde document kunnen werken.

6



Vertel de leerlingen dat ze bij opdracht 3 een poster gaan maken die jongeren aanspoort om over eventuele psychische klachten praten. Hierbij kunnen ze alle informatie uit het filmpje en uit hun onderzoekje gebruiken. Eerst maken ze een schets en daarna maken ze een digitale versie in bijvoorbeeld PowerPoint of Canva. Het is ook mogelijk om de poster op papier te maken met knippen, plakken en tekenen. Zorg ervoor dat leerlingen erop letten dat de poster aan alle criteria voldoet. De poster gaan ze uiteindelijk ook aan de klas presenteren in 3-4 minuten.

7



Canva is een programma waarmee leerlingen op een gemakkelijke manier een poster mooi kunnen vormgeven. Het is eventueel ook mogelijk om de poster te maken met knippen, plakken en tekenen.

Leerlingen maken opdracht 4 om hun posterpresentatie voor te bereiden. Daarna geven ze een presentatie van 3-4 minuten aan elkaar.

8



Dit document is gedownload door () op November 7, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

Toelichting

Laat de leerlingen opdracht 5 maken om terug te blikken op het eindresultaat en de samenwerking.

Sluit de les klassikaal of. Doe dit door samen te kijken naar de antwoorden die de leerlingen gegeven hebben bij opdracht 1. Vraag de leerlingen of zij daar nogsteeds hetzelfde over denken of dat hun gedachten door deze les veranderd zijn.

Dia's

9

