SAMENVATTING NOGNITO - STEL SAMEN OP MAAT VAN JOUW KLAS

Om je lessen met Nognito voor te bereiden, kan je best de handleiding lezen of de e-learning volgen. Je vindt beiden terug op [www.vad.be/nognito](http://www.vad.be/nognito) . Het overzicht in dit document is bedoeld als geheugensteuntje tijdens de lessen zelf. Het somt de belangrijkste stappen op, en benoemt de hoofdboodschappen van elk onderdeel.

Zoals ook in de handleiding staat: je kan uit de handleiding van Nognito de methodieken selecteren die het best passen bij jouw klasgroep. Je mag dus ook uit dit document deleten wat je niet zal gebruiken, of aantekeningen voor jezelf toevoegen.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **METHODIEK** | **LEIDRAAD** | **TIMING** | **MATERIAAL** | **DIGITAAL PLATFORM** |
| **Inleiding spel + concrete afspraken** | **Inleiding**  Vandaag spelen we ‘Nognito’. Dat spel gaat over onze eigen mening over alcohol. Hoe sta jij tegenover alcohol? Heb je al nagedacht waarom jij liever geen alcohol drinkt? Waarom drinken jongeren alcohol?...  **Afspraken**   * Je respecteert elkaars mening * We lachen elkaar niet uit * We luisteren naar elkaar * We werken samen * We sluiten niemand uit   Aangeven waar leerlingen met een vraag, zorg of opmerking terecht kunnen op school. |  | / | / |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Energizer rond assertiviteit** | Leerlingen in duo’s bij elkaar plaatsen (liefst telkens leerlingen van ongeveer dezelfde grootte). Elk duo duwt de handen tegen elkaar en probeert de andere leerling vervolgens uit balans te duwen en trekken.  **Reflectie**  Hoe ging dat?   * Wie was er makkelijk uit evenwicht te brengen en hoe kwam dat? * Wie was er minder makkelijk uit evenwicht te brengen en hoe kwam dat?   Iedereen neemt de ‘standhouding’ aan: dezelfde houding maar voeten stevig op de grond, benen ietwat uit elkaar, kin omhoog, schouders ontspannen, borstkas voelbaar naar voren gestoken, je groot maken, oogcontact maken, buikspieren in actie.  **Reflectie**  Merkte je verschil?   * Waren er leerlingen die nu minder makkelijk uit evenwicht te brengen waren dan voordien?   **Boodschap** Je houding zorgt al een deel voor het werk. Zonder iets te zeggen kan je ook al veel bereiken. Je houding ondersteunt wat je doet of zegt.  Voorbeeld als leerkracht: hoe je als leerkracht die houding soms toepast in de klas  **Reflectie** Heeft iemand een idee waarom we deze oefening doen om te starten met een spel over alcohol?  **Boodschap**   * Belang opkomen voor eigen mening * Je houding ondersteunt je eigen mening * De standhouding helpt om je mening te geven over alcohol * Belang van durven ‘neen’ te zeggen tegen alcohol * Hoe duidelijker je standpunt, hoe meer respect anderen ervoor zullen hebben | 10’ | Geen materiaal nodig. Stoelen en banken uit elkaar. | / |
| **2.1 Zoom-opdracht – zoek de volgorde** | * Heel de klas werkt samen, vertel dat het gaat over een groepsopdracht * Iedere leerling krijgt een foto * Iedere foto is met elkaar verbonden, leerlingen kunnen binnen een bepaalde tijd de foto’s in de juiste volgorde plaatsen door op volgorde te gaan staan in een cirkel. * Leerlingen zeggen wat ze op hun foto’s zien, zonder ze te tonen. * De leerling met de eerste foto gaat aan het begin van de cirkel staan, leerling met laatste foto gaat op het einde van de cirkel staan.   **TIP**: Na 5 min polsen of leerlingen logica van volgorde foto’s doorhebben  🡪 zo niet, vertel je hen dat de foto’s telkens verder inzoomen.  **TIP:** De laatste 2 minuten zeggen dat ze hun foto’s toch aan de anderen mogen laten zien om de opdracht tot een goed einde te brengen.  **Oplossing** Toon de juiste volgorde via het filmpje in het platform. Leerling steekt hand op bij het verschijnen van zijn foto.  **Reflectie**  Hoe verliep deze oefening?   * Hebben jullie de oplossing gevonden of zaten jullie er dicht bij? * Wat hebben jullie goed gedaan? * Wat is er mis gelopen? * Hoe verliep de samenwerking?   **Boodschap** Iedereen had een even belangrijke rol in deze oefening. Jullie moesten allemaal samenwerken om tot de juiste oplossing te komen. Als jullie later uitgaan, is het net zo: je moet elkaar in het oog houden en voor elkaar zorgen. Dan verloopt alles veilig. | 15’ | Zoomfoto’s  Bij minder dan 25 leerlingen, haal je altijd de eerste foto’s uit het spel. | Digitaal platform klaarzetten  Bekijk de juiste volgorde in het filmpje via het platform bij ‘zoom-opdracht’ |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **2.2 Zoom-opdracht inschatten en gesprek in groepjes** | * Uitdelen van werkbladen (één per leerling) * Letters A zitten samen, letters B, C, D en E * Leerlingen vullen apart eerste vraag in op werkblad * Daarna bespreken leerlingen de situatie in groep en vullen andere vragen in. * Ga bij ieder groepje langs en turf de emoticons. Geef ze in in het digitaal platform en druk op ‘verzend’   **TIPS**   * Benoem dat er geen juist of fout antwoord is. * Verwijs nog eens naar de afspraken in het begin van de les. * Als je de energizer rond assertiviteit hebt gespeeld, kan je verwijzen naar het opkomen voor je mening, sterk in je schoenen staan, … | 10’ | Download, print en deel de werkbladen uit die je vindt op het digitaal platform.  **TIP** Zorg ervoor dat je evenveel werkbladen hebt als leerlingen. | Projecteer de zoomfoto klassikaal op het digitaal platform.  Verzamel de gekozen smileys en geef ze in in het platform bij ‘Smileys’ |
| **2.3 Zoom-opdracht: klassikaal bespreken** | * Kies afhankelijk van tijd hoeveel situaties je overloopt. (Min. 2 à 3) * “We gaan kijken of iedereen hetzelfde dacht” (Verschillende emoticons)   **Reflectie**  Wat valt jullie op aan de gekozen emoticons?   * Welke emoticon werd in jullie groepje het meeste gekozen? * Kunnen jullie zeggen wat deze emoticon voor jullie betekent? * Biecht op **dat je hen verschillende situaties voorschotelde** * Stel ieder groepje een aantal vragen (zie handleiding/werkblaadjes) * Koppel de bijhorende boodschappen terug aan de volledige groep. * Trek het gesprek open naar de andere groepjes. Wat is het verschil met hun situatie? Snappen ze het antwoord van de andere groep?   **Boodschappen (zie handleiding voor extra uitleg)**   * Situatie A: Er zijn positieve en negatieve redenen om te drinken * Situatie B: Alcohol is verboden voor -16. Hoe zou jij alcohol weigeren? * Situatie C: Effecten en risico’s: alcohol is verdovend, verlies van controle * Situatie D: Nooit (mee)rijden onder invloed * Situatie E: Verslaving is een risico. Welke verslavingen ken je nog? | 20’ | Zelfde werkbladen als ‘Zoom-foto inschatten en gesprek in groepjes’. | Projecteer klassikaal de smiley-pagina op het digitaal platform.  De smileys worden groter naarmate ze meer gekozen werden. |
| **3. Hoeveel leeftijdsgenoten drinken alcohol?** | * Wijs de leerlingen op de 25 mannetjes op hun werkblad. * Vertel hen dat deze mannetjes staan voor een klasgroep van  12-jarigen (L.O.) /14-jarigen (S.O.). * Laat de leerlingen individueel het aantal mannetjes inkleuren dat volgens hun **al eens een glas alcohol heeft gedronken**.   **TIP:** leerlingen doen dit in stilte en formuleren elk hun eigen antwoord.   * Overloop je de antwoorden van de leerlingen. * Je maakt een inschatting (geen exacte berekening) van het gemiddelde antwoord, en geeft dat in in het digitale platform (met de pijltjes of voer het cijfer in).   **Reflectie**  Wie heeft er 0 mannetjes gekleurd? Wie 1? 2? 3? 4? 5? Meer dan 5? Meer dan 10?   * Waarom denk je dit aantal? * Wat vind je ervan dat andere leerlingen denken dat het er meer dan 5 zijn? of omgekeerd. * Geef de leerlingen hierna het juiste antwoord mee via het digitaal platform (via de button ‘Check oplossing’)   **Reflectie**   * Hadden jullie dit aantal verwacht? * Vinden jullie dit veel? Of weinig?   **Boodschap**  Veel jongeren denken dat hun leeftijdsgenoten meer drinken dan in realiteit het geval is. Dat beeld corrigeren: De meeste leeftijdsgenoten drinken geen alcohol. Dit zijn de redenen die ze daarvoor opgeven:   * omdat ze dat niet nodig hebben * omdat het verboden is volgens de wet * omdat alcohol ongezond is * omdat alcohol gevaarlijk is * omdat ze nuchter willen blijven * omdat ze een sterke persoonlijkheid hebben * uit overtuiging | 15’ | Print voor iedere leerling het werkblad ‘**Hoeveel leeftijdsgenoten drinken alcohol?**’ en deel het uit. | Geef de gemiddelde inschatting van de klas in in het platform bij ‘leeftijds-genoten’ |
| **4.1 (optie A) Energizer dronkenman** | * Verdeel de klasgroep in groepjes van 3 leerlingen (max. 8) * Elk groepje vaardigt één vrijwilliger af. De anderen zijn helpers. * Geef het startschot. Ieder groepje heeft vanaf nu 5 minuten tijd. * De vrijwilliger draait 15 keer rond de eigen vinger. De helpers tellen mee. * De vrijwilliger probeert zo snel mogelijk alle personagekaarten te verzamelen binnen de 5 minuten tijd.   **Reflectie**   * Hoe verliep dit? Kon je nog doen wat je anders kan of liep het helemaal fout? * Wat is de link met alcohol?   **Boodschap**  Alcohol verstoort het evenwicht en de oog-hand-coördinatie zelfs al vanaf 2 à 3 glazen alcohol. Iemand die alcohol heeft gedronken, merkt niet meteen de invloed daarvan. | 15’ | Stoelen en banken uit elkaar.  **TIP:** Zet eventueel een kegel, attribuut of stip op de grond om rond te draaien. Verspreid de personagekaarten over de vloer, maar in de buurt van die kegel of stip. | / |
| **4.1 (optie B) Energizer blindeman** | * Verdeel de klas in groepjes per drie leerlingen, elke leerling krijgt een letter A,B of C   Speler A: rug naar muur, met zicht op lokaal. Maakt aan speler B via gebarentaal duidelijk waar personagekaarten liggen.  Speler B: staat recht voor speler A en kijkt naar speler A. B: interpreteert de gebarentaal van speler A. Op basis daarvan geeft hij mondelinge instructies aan speler C.  Speler C: is geblinddoekt en zoekt de personagekaarten aan de hand van de instructies van speler B.  Een groepje krijgt hier 5 minuten de tijd voor. Laat één groepje voordoen, laat nadien in een paar keer enkele groepjes tegelijk aan de beurt. Met de kaarten die ze konden verzamelen in deze energizer, zullen ze de deur van hun personage moeten zoeken in de deuroefening.  **Boodschap**  Deze energizer traint de leerlingen op sociale vaardigheden zoals samenwerken en duidelijk communiceren. | 20’ | Leg de personagekaarten van de groepjes die spelen verspreid over de vloer, in de buurt vanwaar je de kegel of stip zet.  1 blinddoek per groepje | / |
| **4.2 Deuroefening – Vind de juiste deur** | * Overloop de situaties achter de deuren via ‘spionogen’ in iedere deur * Elke groep zoekt welke deur bij hun personage past (via personagekaarten) * Overloop de antwoorden door te klikken op het personage en vervolgens op de aangewezen deur. * Ga vervolgens verder met het volgende groepje, tot ieder groepje de juiste deur heeft kunnen openen. * Zodra alle groepen de juiste deur gevonden hebben, geef je hen het werkblad van hun personage. | 10’ | Print de werkbladen en situatiefoto’s uit die je vindt op het digitaal platform. Geef juiste bladen aan juiste groep. | Projecteer klassikaal het digitaal platform met de deuroefening. |
| **4.3 Deuroefening - Situaties inschatten** | Bespreek een aantal situaties klassikaal. We raden in het lager de situaties van **Mathijs, Lucas, Sean en Olivia** aan. In het secundair die van **Mathijs, Olivia, Amber en Sean.** Daarmee komen alle inhoudelijke boodschappen aan bod. Als er voldoende tijd is, kan je de andere groepjes ook nog aan het woord laten.   * In groepjes worden de vragen en foto op de werkbladen besproken. * Laat elk groepje het verhaal achter hun foto klassikaal voorstellen. * Stel hen de bijhorende vragen op het werkblad * Vraag aan de rest van de klas of ze zich daarin kunnen vinden. * Koppel klassikaal de bijhorende boodschappen terug die je vindt op het digitaal platform   **Boodschappen (zie handleiding voor extra uitleg)**   * **Mathijs**: Weigeren is niet altijd makkelijk. Weten wat je zou zeggen helpt je sterk in je schoenen staan. * **Aïsha**: Geen alcohol nodig om stoer te zijn. * **Kerem**: Verschillende redenen om niet te drinken (geloof, verboden, ongezond, liever nuchter, …) * **Olivia**: Waar kan je terecht bij zorgen? Blijf er niet alleen mee zitten, neem een familielid, vriend of leerkracht in vertrouwen. * **Lucas (lager)**: Alcohol is niet goed voor sportprestaties en herstel na sporten. **Lucas (secundair)**: Omgaan met groepsdruk. Feestje kan ook zonder alcohol. * **Amber**: Alcohol is niet goed voor sportprestaties en herstel na sporten. * **Simon**: Reclame brengt alleen mooie kanten in beeld, niet de minder mooie. * **Sean**: Sociale media, muziek en tv laten alcohol hip lijken. Dat geeft een vertekend beeld. | 30’ | Zelfde werkbladen als deuroefening ‘vind de juiste deur’. | Bij ‘downloads’ vind je de werkbladjes |
| **5. Slotboodschap** | * Laat de leerlingen het werkblad slotboodschap invullen   **Reflectie**  ‘Wat hebben wij hieruit geleerd als **klas**?’  TIP: probeer tot één klassikaal antwoord te komen.  **Boodschap**  Wij zijn (nog) te jong om alcohol te drinken en hebben geen alcohol nodig.   * We vinden dat alcohol er niet bij moet horen. * Wij kunnen veel plezier maken zonder alcohol. * Alcohol is schadelijk voor de gezondheid, zeker op onze leeftijd * De grote conclusie van Nognito is:  **Wij hebben geen alcohol nodig. Wij amuseren ons zonder alcohol!** | 10’ | Download, print en deel de werkbladen slotboodschap uit. |  |
| **6. Klasopdracht (of huiswerk)** | De laatste opdracht is het maken van een smoothie. Je kan dit klassikaal doen, of als huiswerkopdracht meegeven.  Geef op het einde zeker de brief voor ouders mee, of verstuur deze digitaal. |  | Geef je de smoothie-opdracht als huiswerk? Download, print en deel het huiswerkblad dan.  Download, print en deel de brief voor de ouders uit. |  |