

Voorbeeldles

1. Hang de *teasers* op in het lokaal.
2. Geef de leerlingen de tijd om de posters te bekijken. Laat hen in kleine groepjes bedenken waarnaar de slogans en de illustraties zouden kunnen verwijzen.
3. Hang een groen blad papier aan de ene kant van het lokaal, een rood aan de andere kant. Laat de leerlingen rechtstaan. Lees de stellingen voor (zie PowerPointpresentatie 'Wat denk jij?'). Laat de leerlingen een kant kiezen: als ze akkoord gaan, gaan ze bij het groene blad staan; als ze niet akkoord gaan, gaan ze bij het rode blad staan. Daarna mogen ze uitleggen waarom ze die keuze gemaakt hebben en mogen ze er even met elkaar over praten. Afhankelijk van de beschikbare tijd en de groep, geeft u (indien nodig) het juiste antwoord op de (juist/fout-)stellingen en eventueel de uitleg erbij. Jongere of niet-theoretisch ingestelde leerlingen zullen waarschijnlijk liever meteen een kort antwoord hebben, oudere leerlingen of zij die meer theoretisch ingesteld zijn, krijgen later de uitgebreide uitleg te horen.
4. Vraag naar de voorkennis van de leerlingen en naar hun gebruik van energiedranken, ontbijtgewoonten, slaapgedrag, algemene voedingsgewoonten ...
5. Geef, indien nodig, de uitgebreide uitleg (bijvoorbeeld met behulp van de PowerPointpresentatie) of laat de jongeren zelf op zoek gaan naar betrouwbare informatie. Laat hen een werkblaadje invullen als oefening en overloop de antwoorden na de afgesproken tijd of maak er een taak van en verbeter achteraf.
6. Probeer aan het einde van de les even tijd te maken om te vragen of hun idee over energiedranken en hun eigen voedings- en slaapgewoontes veranderd is. Willen ze iets veranderen en hoe gaan ze dat doen?

