



Huid In de klas

**Lespakket over de huid en huidaandoeningen
voor groep 5 t/m 8 van de basisschool**

Docentenhandleiding

Ontwikkeld door Huid Nederland i.s.m. dermatologen (NVDV), verpleegkundig specialisten, vertegenwoordigers van patiëntenverenigingen, leerkrachten, een schoolleider en een didacticus.

© Huid Nederland, 2024.



1. Docentenhandleiding

Praktische aanwijzingen

Inhoud

1. Inleiding
2. Aanwijzingen bij het lesmateriaal
3. Tips voor verwerkingsopdrachten voor groep 5 t/m 8
4. Tips voor lesactiviteiten
 - a. Proefje: De kracht van zeep
 - b. Kletsplot
 - c. Ontdek je vijfde zintuig: voelen

Het lesmateriaal Huid in de klas bestaat uit:

- Docentenhandleiding
- Website www.huidindeklas.nl (video's, extra informatie en lesmateriaal)
- Werkbladen met vijf lessen voor groepen 1/2 en 3/4
- Lesactiviteiten voor vijf lessen voor groepen 1/2 en 3/4
- Werkbladen met vijf lessen voor groepen 5 en/of 6
- Werkbladen met vijf lessen voor groepen 7 en/of 8
- Huidpaspoort (groep 3/4 en groep 5 t/m 8)
- Extra werkbladen over zeldzame huidaandoeningen en acne
- Toetsen (groep 5 t/m 8)
- Antwoorden bij de werkbladen en toetsen
- Tips voor lesactiviteiten
- Tips voor verwerkingsopdrachten
- Verwijzing naar speciale kinderboeken voor groep 1 t/m 4 (te leen in de openbare bibliotheek)
- Liedjes 'Kijk eens naar je huid' en 'Ik zit lekker in m'n vel'

Printen

De werkbladen, het huidpaspoort en de docentenhandleiding kunnen gratis gedownload worden via de website www.huidindeklas.nl

Werkbladen

Voor de werkbladen raden we aan om ze enkelzijdig te printen en een nietje door de linkerboven hoek te plaatsen.

Huidpaspoort

Het huidpaspoort bevat twee pagina's. Print deze dubbelzijdig. Op de achterkant staat de vouwinstructie. Zo kunnen de leerlingen zelf hun huidpaspoort in elkaar vouwen als een boekje. Er zijn verschillende huidpaspoorten voor groep 3/4 en voor groep 5 t/m 8.



1. Inleiding

Gebrek aan basiskennis over de huid

Huidklachten worden vaak onderschat, terwijl uit onderzoek blijkt dat de kwaliteit van leven van mensen met chronische aandoeningen daalt en dat de impact van pesten op kinderen met een huidaandoening groot is. Gebrek aan basiskennis over de huid is hierbij een belangrijke factor. Deze basiskennis over het grootste orgaan ontbreekt vaak bij leerlingen in het basisonderwijs. Om hier iets aan te doen is het lespakket Huid in de klas gemaakt door Huid Nederland, de vereniging van patiënten en patiëntenorganisaties op het gebied van huid- en haaraandoeningen. Hiervoor is samengewerkt met dermatologen (NVDV), verpleegkundig specialisten, onderwijsexperts, de Nederlandse Vereniging van Huidtherapeuten en patientenvertegenwoordigers van patientenverenigingen voor mensen met huid- en haaraandoeningen.

Leerdoelen

Met het lespakket ontwikkelen leerlingen hun kennis, inzicht, vaardigheden en houding met betrekking tot hun eigen huid en die van andere leerlingen waardoor zij gezondheidsrisico's kunnen voorkomen en hun eigen welbevinden en weerbaarheid kunnen vergroten.

Leerlingen leren:

- over de opbouw en de werking van de huid,
- over overeenkomsten en verschillen tussen de huid van mensen,
- over het belang van verzorging van de huid,
- over tijdelijke en blijvende huidaandoeningen en de gevolgen ervan en
- bewust en kritisch omgaan met informatie op internet.

Het lespakket past bij kerndoel 34 in het basisonderwijs (versie 2006) 'De leerlingen leren zorg te dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen'. Het lespakket sluit ook aan bij de bouwstenen voor nieuwe kerndoelen van het vakoverstijgend thema Gezondheid voor het primair onderwijs en het leergebied Digitale geletterdheid (versies 2019).

Flexibele opzet

Het lespakket is flexibel opgezet zodat leerkrachten zelf kunnen bepalen welk lesmateriaal ze met hun leerlingen behandelen. De lessen kunnen naar keuze in groepen 1-8 worden uitgevoerd (zie volgend hoofdstuk).

Veilige leeromgeving

Naar aanleiding van de leerstof kan de leerkracht meer of minder aandacht besteden aan de huid van leerlingen in de klas. Dit is niet noodzakelijk, maar het kan heel goed. Een klassengesprek kan positieve resultaten bij alle leerlingen opleveren, maar een veilige leeromgeving is daarbij wel een absolute voorwaarde. Overleg vooraf met leerlingen en ouders kan wenselijk zijn.

Leerlingen met vragen of onzekerheden over hun eigen huid kunnen terecht op de website van Huid in de klas (www.huidindeklas.nl) of Huidhuis (www.huidhuis.nl). Vragen over het lespakket zijn welkom op onderstaand e-mailadres.

Projectleider Huid in de klas: dr. Jolien van der Geugten
E-mail: secretariaat@huidnederland.com

2. Aanwijzingen bij het lesmateriaal

Algemeen

Vier niveaus

De lessenserie bestaat uit vijf lessen voor groep 1 en/of 2, voor groep 3 en/of 4, voor groep 5 en/of 6 en voor groep 7 en/of 8. Elke les kan gedaan worden in 30 tot 45 minuten. De vijf lessen voor groep 1 t/m 8 gaan over dezelfde onderwerpen maar zijn wat betreft inhoud en niveau afgestemd op de doelgroep.

Groep 1/4	Groep 5/6	Groep 7/8
Les 1 Hoe ziet de huid eruit	Les 1 Jouw huid	Les 1 De werking van de huid
Les 2 Verzorging van de huid	Les 2 Zorg voor je huid	Les 2 De verzorging van de huid
Les 3 Tijdelijke huidproblemen	Les 3 Iedereen kan het krijgen	Les 3 Tijdelijke aandoeningen
Les 4 Bescherm je huid tegen de zon	Les 4 Bescherm je huid	Les 4 De bescherming van de huid
Les 5 Langdurige huidproblemen	Les 5 Sommige mensen hebben het	Les 5 Blijvende aandoeningen

Lesactiviteiten en werkbladen

Voor groep 1 t/m 4 zijn er lesactiviteiten beschreven voor de leerkracht en werkbladen voor de leerlingen. Voor groep 5 t/m 8 zijn er alleen werkbladen voor de leerlingen en staan er aanwijzingen per les in de docentenhandleiding en deze bundel.

Extra werkbladen

De extra werkbladen voor groep 5 t/m 8 gaan over acne en zeldzame huidaandoeningen zoals ichthyosis. Deze werkbladen kunnen gebruikt worden wanneer een leerling, of een broer of zus van een leerling, deze huidaandoening heeft. Bij behoefte aan andere extra werkbladen, neem dan contact op met Huid Nederland.

Diverse leerroutes

Mocht de tijd het niet toelaten alle vijf de lessen te behandelen, is het mogelijk om enkele lessen te kiezen. We adviseren altijd met les 1 te starten, omdat deze les basisbegrippen bevat. Daarna kunnen de andere lessen in wisselende volgorde gevolgd worden.

Basisstof en verdieping groep 5 t/m 8

De lessen zijn luchtig opgebouwd zodat leerlingen de basisstof redelijk vlot kunnen verwerken. Antwoorden van de opdrachten met vaste antwoorden vindt u in deze handleiding. Belangrijke woorden (begrippen) zijn bij eerste gebruik vetgedrukt en voorzien van een omschrijving. Leerlingen toetsen hun kennis van deze woorden en omschrijvingen ter afsluiting in een kruiswoordpuzzel. Ter verdieping eindigt elke les met een informatieopdracht waarbij leerlingen nadenken over een korte video, bijvoorbeeld op YouTube.

Individueel, samen of klassikaal

Leerlingen kunnen de opdrachten individueel en samen met een of meer medeleerlingen maken. Als u de antwoordbladen print, kunnen leerlingen de opdrachten zelf nakijken. Verschillende opdrachten lenen zich goed voor klassikale bespreking.

Elke les begint met een opdracht waarbij de leerling persoonlijke gegevens noteert in zijn of haar eigen huidpaspoort. De paspoorten kunnen op school worden opgeborgen tot er weer een les uit de lessenserie wordt uitgevoerd. Ter bescherming van de privacy van leerlingen moet zorgvuldig met de paspoorten worden gegaan.

Aanwijzingen per les

Groep 5 en/of 6

Les 1 Jouw huid

Lesdoelen

De leerling leert over:

- kenmerken van de eigen huid en die van anderen
- de opbouw en werking van de huid

Aandachtspunten

- De eerste twee opdrachten zijn bedoeld ter verkenning die bij voorkeur leiden tot een interesse in het onderwerp en een positieve sfeer in de klas.
- Huidskleuren worden impliciet aan de orde gesteld. Hierop wordt nader ingegaan in de informatieopdracht en in volgende lessen.
- Je kunt na het maken van de opdrachten laagdrempelig met leerlingen bespreken of zij wel eens iemand hebben gezien met een bijzondere huid, of iemand met een huidaandoening kennen.

Les 2 Zorg voor je huid

Lesdoelen

De leerling leert over:

- kenmerken van huidtypen
- hygiëne en het belang van huidverzorging
- het ontstaan van en de verzorging van een schaafwond

Aandachtspunten

- Het onderscheid in huidtypen lijkt scherper dan dat dit in werkelijkheid is. Belangrijk is dat leerlingen inzien dat er gradaties en mengvormen zijn.
- Dit geldt ook voor elk onderscheid in huidskleuren. Opdracht 5 gaat op lichte wijze over een door een fabriek gemaakt onderscheid.
- Zie les 2 voor groep 7/8 voor meer informatie over deze leerstof.

Les 3 Iedereen kan het krijgen

Lesdoelen

De leerling leert over:

- veelvoorkomende huidaandoeningen die iedereen kan krijgen.
- de besmettelijkheid van huidaandoeningen

Aandachtspunten

- Het in opdracht 1 gemaakte onderscheid in huidtypes wordt in deze en volgende lessen functioneel aan de orde gesteld.

- Naar aanleiding van opdracht 2 kan de eigen ervaring van leerlingen met tijdelijke huidaandoeningen besproken worden. Naar aanleiding van opdracht 5 kan de vraag besproken worden hoe belangrijk het is om te weten dat een huidaandoening besmettelijk is.
- Zie les 3 voor groep 7/8 voor meer informatie over deze leerstof.

Les 4 Bescherm je huid

Lesdoelen

De leerling leert over:

- huidskleurtypen
- zonverbranding en bescherming daartegen

Aandachtspunten

- Bij opdracht 3 kun je de eigen ervaring en mening van leerlingen met zonverbranding en bescherming daartegen bespreken.
- Zie les 4 voor groep 7/8 voor meer informatie over deze leerstof.

Les 5 Sommige mensen hebben het

Lesdoelen

De leerling leert over:

- chronische huidaandoeningen
- de gevolgen van een chronische aandoening voor mensen die zo'n aandoening hebben
- de manier waarop door anderen wordt omgegaan met mensen met een chronische aandoening

Aandachtspunten

- Bij opdracht 5 kun je de verschillende perspectieven, die bij een chronische aandoening aan de orde zijn, bespreken. Voorbeeldvragen: Welke meningen zien leerlingen in de video? Met wie zijn ze het eens en waarom? Hoe komt het dat mensen vooroordelen hebben? Hoe dachten leerlingen voor deze lessen over mensen met een huidaandoening?
- Het is belangrijk dat leerlingen begrijpen dat het heel menselijk en gewoon is om een oordeel over iets te vormen op basis van beperkte kennis, maar dat het goed is als mensen daar voorzichtig mee omgaan in hun handelen. Ze kunnen bijvoorbeeld nadere informatie inwinnen en daardoor hun mening herzien.
- Zie les 5 voor groep 7/8 voor meer informatie over deze leerstof.

Aanwijzingen per les

Groep 7 en/of 8

Les 1 De werking van de huid

Lesdoelen

De leerling leert over:

- kenmerken van de eigen huid en die van anderen
- de opbouw en werking van de huid
- de beschermende functie van de huid
- mogelijke voor- en nadelen van handen wassen met zeep

Aandachtspunten

- De eerste twee opdrachten zijn bedoeld ter verkenning die bij voorkeur leiden tot een interesse in het onderwerp en een positieve sfeer in de klas.
- Huidskleuren worden impliciet aan de orde gesteld. Hierin wordt nader ingegaan in de informatieopdracht en in volgende lessen.

Les 2 De verzorging van de huid

Lesdoelen

De leerling leert over:

- kenmerken van huidtypen
- hygiëne en het belang van huidverzorging
- het ontstaan van en de verzorging van een schaafwond

Aandachtspunten

- Het onderscheid in huidtypen lijkt scherper dan dat dit in werkelijkheid is. Belangrijk is dat leerlingen inzien dat er gradaties en mengvormen zijn.
- Dit geldt ook voor elk onderscheid in huidskleuren. Opdracht 5 gaat op luchtige wijze over een door een fabriek gemaakt onderscheid.

Les 3 Tijdelijke aandoeningen

Lesdoelen

De leerling leert over:

- veelvoorkomende huidaandoeningen die iedereen kan krijgen.
- de besmettelijkheid van huidaandoeningen

Aandachtspunten

- Het in opdracht 1 gemaakte onderscheid in huidtypes wordt in deze en volgende lessen functioneel aan de orde gesteld.
- Naar aanleiding van opdracht 2 kan de eigen ervaring van leerlingen met tijdelijke huidaandoeningen besproken worden.

- Naar aanleiding van opdracht 5 kan de vraag besproken worden hoe belangrijk het is om te weten dat een huidaandoening besmettelijk is.

Les 4 De bescherming van de huid

Lesdoelen

De leerling leert over:

- huidskleurtypen
- zonverbranding en bescherming daartegen
- het verband tussen de huid en vitamine D

Aandachtspunten

- Naar aanleiding van opdracht 3 kan de eigen ervaring en mening van leerlingen met zonverbranding en bescherming daartegen besproken worden.
- Naar aanleiding van opdracht 4 kan besproken worden hoe belangrijk kennis is van in deze lessen behandelde huidzaken voor de eigen gezondheid.

Les 5 Blijvende aandoeningen

Lesdoelen

De leerling leert over:

- chronische huidaandoeningen
- de gevolgen van een chronische aandoening voor mensen die zo'n aandoening hebben
- de manier waarop door anderen wordt omgegaan met mensen met een chronische aandoening

Aandachtspunten

- Naar aanleiding van opdracht 5 kunnen de verschillende perspectieven, die bij een chronische aandoening aan de orde zijn, besproken worden. Zie ook de tekst over Daan Boom in les 5 voor groep 5/6.
- Het is belangrijk dat leerlingen begrijpen dat het heel menselijk en gewoon is om een oordeel over iets te vormen op basis van beperkte kennis, maar dat het goed is als mensen daar voorzichtig mee omgaan in hun handelen. Ze kunnen bijvoorbeeld nadere informatie inwinnen en daardoor hun mening herzien.

3. Tips voor verwerkingsopdrachten groep 5 t/m 8

Voor het verwerken van de lessen van Huid in de klas zijn per les toetsen ontwikkeld voor groepen 5/6 en voor groepen 7/8. De antwoorden zijn ook beschikbaar. De toetsen zijn te downloaden op www.huidindeklas.nl.

Het is ook mogelijk om de lesstof bij de leerlingen op een andere manier te verwerken waarbij leerlingen een onderwerp kiezen uit een van de lessen zoals huidverzorging, zonverbranding of een specifieke huidaandoening. Hieronder geven we enkele suggesties:

- Het maken van een presentatie (alleen of in een groepje).
- Het maken van een quiz voor de hele klas (op papier of via een programma als Kahoot)
- Het maken van een bordspel waarbij leerlingen vragen en stellingen bedenken, en onderwerpen in het spel kunnen verwerken (bijvoorbeeld: 'Je bent vergeten jezelf in te smeren met zonnebrandcrème, ga terug naar start').
- Het maken van een memoryspel waarbij je begrip en definitie bij elkaar moet zoeken.
- Het maken van een korte aansprekende video om leeftijdsgenoten via social media (bijvoorbeeld Tiktok, Snapchat of Instagram) te informeren over een zelfgekozen onderwerp uit de lessen.

Iedere les heeft ook een korte quiz in het online programma Kahoot om te gebruiken (facultatief) om de les te verwerken, of op een ander moment het onderwerp op speelse wijze nogmaals te behandelen. Meer informatie over de Kahoot quiz vind je op de website www.Huidindeklas.nl.

Online game over zonnebrandcrème

Fruit Friends is een leuke, educatieve mobiele game, waarbij kinderen vanaf 6 jaar spelenderwijs leren over de gevaren in en rondom huis. Een van de mini-games gaat over het smeren van zonnebrandcrème en is ontwikkeld in samenwerking met Huid Nederland. In de mini-game moeten spelers hun Fruit Friend zo goed mogelijk insmeren, zodat hij niet verbrandt. Smeer je regelmatig en overal in met een dikke laag, want voordat je het weet ben je, net als je Fruit Friend, een gebakken banaan!

Meer informatie: <https://www.unive.nl/fruit-friends> (gratis te downloaden en te spelen zonder reclame)



4. Tips voor lesactiviteiten

Kletsput

Zorg voor een pot of bak waarin je vragen of stellingen kunt verzamelen. Je vraagt leerlingen allemaal een vraag en/of een stelling (uitspraak) te verzinnen bij een of meer lessen. Deze verzamel je en je kiest er een aantal uit om met de klas te beantwoorden en te bespreken. Je kunt het beantwoorden en bespreken van de vragen en stellingen ook op een later moment doen, dit hoeft niet direct na het maken van een werkblad.

Ontdek je vijfde zintuig: voelen

De huid is ons vijfde zintuig. Met je huid kun je dingen voelen zoals:

- Pijn (bijvoorbeeld de prik van een wesp)
- Temperatuur (het verschil tussen warm en koud)
- Druk (bijvoorbeeld als iets of iemand je aanraakt)

Bij deze lesactiviteit is het doel om te voelen en na te denken over voelen*. Dit kan met je handen door verschillende materialen te voelen. De materialen kun je op tafels of in bakken leggen. Leerlingen lopen langs om te voelen en te kijken. Een stapje moeilijker en spannender is als leerlingen niet zien wat het is en alleen kunnen voelen. Gebruik hiervoor een doek om de materialen te bedekken of een blinddoek voor de leerlingen.

Je kunt ook voelen met je voeten. Daarvoor maak je een 'Blotevoetenpad' waar je overheen loopt. Dit kun je doen terwijl je kijkt, of je maakt het moeilijker: leerlingen lopen met blinddoek en raden waar zij overheen lopen. Voelt het warm, koud, zacht, hard, bobbelig of glad? Voel je beter met je tenen of je hakken (hielen)?

Tips voor materialen buiten	Tips voor materialen binnen
Stenen	Knikkers
Takjes	Water
Mos	Watten
Zand/grond	Piepschuim
Modder	Scheerschuim
Bamboestokken	Bubbeltjesplastic
Houtsnippers	Veren
Kastanjes	Ijsklontjes
Boomschors	(schuur)sponsjes
Bladeren	Badschuim
Hooi/stro	Wol
Maiskorrels	Lege ballonnen
badschuim	Ongekookte pasta, rijst etc.
Ijsklontjes	Maiskorrels (ongekookt)

* Deze lesactiviteit is geïnspireerd op de tentoonstelling 'Huid' in het Bonnefantenmuseum in Maastricht.



Proefje: De kracht van zeep

Dit proefje** past goed bij les 3. Het laat zien hoe bacteriën en virussen reageren op zeep. Na afloop kan besproken worden:

1. Wat bacteriën of het virus (de peper) als je vinger in de buurt komt: Als het goed is blijven de peperkorreltjes aan je vingers plakken als er geen zeep op zit. Als er wel zeep op je vinger zit, zwemmen de peperkorrels allemaal naar de rand van het bakje.
2. Wat je leert van dit proefje over handen wassen: Virussen vallen van zeep uit elkaar. Daarom is het ook belangrijk om je handen met zeep te wassen en niet alleen met water. Als je je handen helemaal inzeept en daarna afspoelt met water, spoel je samen met de zeep ook alle viezigheid weg.

Nodig zijn: twee kommen (een kleine van ongeveer 10 cm breed en een grote van ongeveer 25 cm), een maatbeker of een theekopje, twee theelepels gemalen peper (dit gebruiken we als 'virus/bacteriën'), theelepel, handzeep of afwasmiddel en water.

De instructie en uitleg voor de leerlingen vind je op www.huidindeklas.nl

**Dit proefje is gebaseerd op een document van Rijksmuseum Boerhaave (rijksmuseumboerhaave.nl/jong)