

Zomerthema: Zin en onzin over de zon

Zomerthema 2026 - Week 1

Doelen en eindopdracht

Lesdoel

De leerlingen lezen de tekst actief met behulp van sleutelvragen en vullen een T-schema in.

Leesdoel

De leerlingen weten welke adviezen over de zon en zonbescherming juist zijn en welke niet.

Sleutelschema

T-schema

Eindopdracht

De leerlingen maken een script voor een voorlichtingsfilmpje over de zon en zonbescherming.



Bij dit nieuwsthema

Werkblad Actief lezen

Kant-en-klare printbestanden van de werkbladen inclusief de leestekst om te printen op A3-formaat.

Woordenschatles

Woorden

Niveau C

circuleren
controversieel
inspireren
berusten op
het misverstand
het pigment
voldoen aan
zich identificeren met
de urgentie
de instantie

Niveau D

de wildgroei
voorspiegelen
de perceptie
het sneeuwbaaleffect
iets naar het rijk der fabelen verwijzen
corresponderen
an sich
accuraat
ongefundeerd
schimmig

Thematisch werken

SLO-inhoudslijnen: De samenleving, De ruimte om je heen, Planten, dieren en de mens, Digitale geletterdheid.

Zie www.nieuwsbegrip.nl voor de boekentips bij dit onderwerp en jeugdbieb.nl/nieuwsbegrip voor filmpjes, interessante websites et cetera.

Voorkennis

Wat weten de leerlingen al over zonbescherming? Welke adviezen horen zij hierover?

Transfer

Het onderwerp 'Zin en onzin over de zon' heeft ook raakvlakken met de vakken aardrijkskunde, biologie en maatschappijleer. Werk je in het vo? Attendeer je collega's dan op het feit dat de leerlingen bij Nieuwsbegrip hierover gelezen hebben. Wellicht kunnen zij vanuit hun vakgebied de kennis van de leerlingen verder uitbreiden.

Werkwijze leesles 1

Korte beschrijving van de les

- Je vertelt de leerlingen het leesdoel en het lesdoel.
- De leerlingen beantwoorden vóór het lezen een aantal stellingen met waar of niet waar
- Je modelt het begin van de tekst *Brand je niet aan fabels!*
- De leerlingen lezen de tekst actief en maken de sleutelvragen bij de tekst.
- De leerlingen maken een T-schema.
- De leerlingen bedenken een script voor een voorlichtingsfilmpje en maken dit filmpje. Naar eigen inzicht kan dit in één les gedaan worden, of verdeeld worden over meerdere lessen.

Opdracht 1

De leerlingen lezen een aantal beweringen over de zon en zonbescherming. Voordat ze de tekst gaan lezen, moeten ze aangeven of zij denken dat de bewering klopt of niet.

Opdracht 2

De leerlingen kijken een filmpje van Sjamadriaan: https://www.youtube.com/watch?v=09ddf_-H-RU&t=28s

Vervolgens bespreken ze een aantal vragen over het filmpje. De vragen kunnen ook klassikaal besproken worden.

Opdracht 3

Verken de buitenkant van de tekst met behulp van de digibordtool. Model de inleiding: de modeltekst staat op de volgende bladzijde. Laat de leerlingen de tekst actief lezen aan de hand van de sleutelvragen. Let op: ze hoeven de antwoorden op de sleutelvragen niet per se op te schrijven, maar kunnen ook volstaan met het bespreken ervan. Laat de leerlingen eventueel gebruikmaken van het werkblad op A3. Na het

lezen van de tekst en het maken van de sleutelvragen bekijken en bespreken de leerlingen nogmaals de beweringen uit opdracht 1.

Opdracht 4

De leerlingen vullen een T-schema in. Zo krijgen ze een overzicht van de inhoud van de tekst.

Opdracht 5

Introduceer de eindopdracht. De leerlingen maken een script voor een voorlichtingsfilmpje over de zon en zonbescherming. Naar eigen inzicht kan dit in één les gedaan worden, of verdeeld worden over meerdere lessen.

Vooruitkijken en verdiepen

Vertel de leerlingen dat ze in leesles 2 verder zullen werken aan dit thema. Stimuleer ze om zich verder in het thema te verdiepen, bijvoorbeeld met de tips voor Verder lezen en de suggesties van Jeugdbieb op de website (jeugdbieb.nl/nieuwsbegrip).

Modeltekst

Ik ga nu hardop voordoen hoe ik actief lees. Let goed op.

*De titel van de tekst is **Brand je niet aan fabels!** Dit is een korte, opvallende titel. De schrijver wil meteen de aandacht trekken. Het werkwoord branden heeft hier een dubbele betekenis. Letterlijk kun je je branden aan de zon. Maar figuurlijk kun je je ook branden aan fabels, dat betekent dat je problemen krijgt doordat je onjuiste informatie gelooft. Ik zie hier dus een woordspeling. De titel speelt met het onderwerp van de tekst: zon, verbranden en misverstanden over zonbescherming. Dat maakt de titel opvallend en makkelijk te onthouden. Er wordt met deze titel een waarschuwing gegeven. De schrijver zegt eigenlijk: pas op voor verkeerde informatie. In gewone taal zou je kunnen zeggen: geloof niet zomaar alles wat je leest. Ik ga nu de inleiding lezen.*

Hoe hoger de zonkracht, hoe groter de urgentie om maatregelen te nemen.

*Ik zie meteen een verband tussen twee dingen: de zonkracht en de noodzaak om iets te doen. De tekst gebruikt hier een vergelijking: hoe hoger ..., hoe groter Dat geeft een oorzaak-gevolgverband aan. Als de zonkracht stijgt, wordt het belangrijker om jezelf te beschermen. In gewone taal: hoe sterker de zon schijnt, hoe voorzichtiger je moet zijn. Ik vermoed dat de tekst straks gaat uitleggen waarom die bescherming zo belangrijk is. En ook wat zonkracht precies is. **Sociale mediakanalen staan bol van feiten en fictie over zonnen en zonbescherming.** Deze zin gaat ook over zonbescherming, maar voegt ook een nieuw element toe: sociale media. De uitdrukking 'bol staan van' betekent dat er heel veel van te vinden is. Er zijn dus veel feiten, dingen die bewezen waar zijn, op sociale media. Maar er is ook veel fictie. Dat is een moeilijk woord voor iets dat niet echt gebeurd is, of niet waar is. Ik zie hier dus ook een tegenstelling in: feiten en fictie. Dat betekent dat sommige berichten kloppen, maar andere niet. De schrijver introduceert hiermee een probleem: het is lastig om betrouwbare informatie van onbetrouwbare informatie te onderscheiden. **Dermatologen waarschuwen voor gevaarlijke trends, want schade die je nu oploopt, kunnen op termijn ernstige gezondheidsproblemen geven.***

Het woord 'want' is een belangrijk signaalwoord. Het geeft een reden of verklaring. Eerst lees ik dat dermatologen waarschuwen. Dermatologen zijn artsen die veel weten over de huid. Daarna legt de schrijver uit waarom zij waarschuwen. De reden is dat huidschade die je vandaag oploopt, later voor ernstige gezondheidsproblemen kan zorgen. Ik zie hier opnieuw een oorzaak-gevolgverband: te veel of verkeerde blootstelling aan de zon kan later negatieve gevolgen hebben voor je gezondheid.

Wat klopt er over de zon en zonbescherming in de online wildgroei aan berichten? Dit is een vraagzin.
Ik herken dit als de hoofdvraag van de tekst. De schrijver heeft eerst het onderwerp geïntroduceerd, daarna het probleem geschetst (veel informatie, maar niet alles klopt) en vervolgens laten zien waarom dat belangrijk is (gezondheidsrisico's). Nu volgt de centrale vraag: welke informatie over zon en zonbescherming is betrouwbaar? De uitdrukking online wildgroei aan berichten laat zien dat er ontzettend veel informatie rondgaat op internet.

Leg uit hoe je op verschillende manieren onduidelijkheden opgehelderd hebt. Je hebt een deel van de inleiding actief gelezen, jezelf vragen gesteld en je eigen kennis ingebracht en die vergeleken met de informatie uit de tekst. Ook heb je verschillende woorden en uitdrukkingen verduidelijkt. Vraag nu een leerling een volgend stukje tekst hardop denkend te lezen en dit ook te doen.

Let op: Bij elke sleutelvraag zijn er hulpvragen of aanwijzingen. Gebruik deze alleen als deze relevant zijn voor de leerlingen. Als de leerlingen de sleutelvraag direct kunnen beantwoorden is een hulpvraag waarschijnlijk niet nodig. Als bijvoorbeeld onbekende woorden al besproken zijn tijdens het hardop denkend lezen, dan is het niet nodig om dit woord nogmaals te bevragen.

Sleutelvragen	Hulpvragen
Inleiding 1. Ken jij trends waar dermatologen zich zorgen over zouden kunnen maken? Zo ja, welke?	1a: Welke adviezen hoor je veel over zonnen en verkleuren in de zon? 1b: Welke adviezen zijn betrouwbaar denk je?
Weren, kleren, smeren 2. Waarom is het belangrijk om te weten wat de zonkracht is? 3. Welke redenen lees je in dit tekstdeel waarom jongeren zich niet insmeren?	2a: Wat is zonkracht? 2b: Wat is het gevolg van een hoge zonkracht? 3a: Wanneer treden er ernstige gevolgen op als je je niet insmeert? 3b: Wat lees je over de hoeveelheid adviezen?
Zonnetraining 4. Leg uit wat zonnetraining is en wat de mening van deskundigen hierover is.	4a: Wat bedoelen influencers met 'We zijn geboren om in de zon te zitten'? 4b: Wat las je in het tekstdeel <i>Weren, kleren, smeren</i> over de beschermingsfactor? 4c: Wie is er deskundig op het gebied van huidbescherming?
Hormoonbalans 5. Wat kun je zeggen over de veiligheid van zonnebrandproducten die je in Nederland kunt kopen?	5a: Wat zijn de SCCS en de Consumentenbond? 5b: Wat lees je over de hoeveelheid hormoonverstorende stoffen in geteste zonnebrandproducten? 5c: Wat betekent het woord bonafide in regel 85?
Verantwoordelijkheid 6. Over welke verantwoordelijkheid gaat dit tekstdeel, en hoe is het met die verantwoordelijkheid gesteld? 7. 'Daarnaast is de UV-index een betrouwbare maat om al dan niet tot extra maatregelen over te gaan' (regel 105-106). Wat wordt hiermee bedoeld?	6a: Wie hebben er een verantwoordelijkheid en waarom? 6b: Wat betekent het woord ethisch in regel 99? 6c: Wat voor verband wordt er met het signaalwoord Toch in regel 101 aangeduid? 7a: Kijk nog eens naar het tekstdeel <i>Weren, kleren, smeren</i> . 7b: Wat wordt er met de UV-index aangeduid? 7c: Welke maatregelen moet je nemen aan de hand van de UV-index?
Veilig en gezond 8. In dit tekstdeel staan drie adviezen. Welke? En welke kun je daar nog aan toevoegen?	8a: Moet je wel of geen zonnebril dragen? 8b: Hoe kun je zonder zon toch een andere kleur krijgen? 8c: Welke adviezen las je eerder van het Huidfonds?
Na het lezen 9. Ga jij je 'zongewoonten' aanpassen nu je er meer over gelezen hebt? Zo ja, hoe?	

Werkblad Actief lezen

Groepje van: _____

Leesdoel: Na het lezen _____

Aantekeningen bij de stukjes

Noteer hieronder belangrijke informatie, onbekende woorden en eigen vragen. Schrijf ook de antwoorden van de sleutelvragen op.

Inleiding

Antwoord op sleutelvraag 1:

Weren, kleren, smeren

Antwoord op sleutelvraag 2:

Antwoord op sleutelvraag 3:

Zonnetraining

Antwoord op sleutelvraag 4:

Hormoonbalans

Antwoord op sleutelvraag 5:

Verantwoordelijkheid

Antwoord op sleutelvraag 6:

Antwoord op sleutelvraag 7:

Veilig en gezond

Antwoord op sleutelvraag 8:

Na het lezen

Antwoord op sleutelvraag 9:

Moeilijke woorden

permanent (r. 37)	=	
anticiperen (r.40)	=	
de concentratie (r.85)	=	
bonafide (r. 85)	=	
potentieel (r. 88)	=	
ethisch (r.99)	=	

Antwoorden

Leesles 1

Opdracht 1

Waar/ niet waar

	waar	niet waar
Zonbeschermingsproducten die je online koopt, zijn altijd veilig.		x
Met een zonnebril misleid je je hersenen waardoor je sneller verbrandt.		x
Zonnebrandcrème kan hormoonverstorende stoffen bevatten.	x	
Als je huid bruin wordt door de zon, levert dat altijd DNA-schade op.	x	
Je kunt je huid trainen, waardoor zonnebrandcrème overbodig wordt.		x
Op koude dagen kan de kracht van de zon net zo sterk zijn als op warme dagen.	x	
Zonnebrandcrème is de enige maatregel die je kunt nemen om de kans op huidkanker te verkleinen.		x
Een eetlepel zonnebrandcrème is voldoende om je hele lichaam in te smeren.		x

Opdracht 2

Filmpje met bespreekvragen

- Wat is het doel van 'Sjamadriaan', denk je?
Op zijn eigen website stelt Sjamadriaan zich voor: 'Ik ben wetenschapsjournalist Adriaan ter Braack en ik ben even gefascineerd als verbolgen door de online wildgroei aan pseudowetenschap. Gewapend met cynische humor en een kritische blik probeer ik me onder het pseudoniem 'Sjamadriaan' er een weg door te banen en een tegengeluid te bieden.' In andere woorden: deze wetenschapsjournalist kijkt kritisch naar verbazingwekkende hoeveelheid (des)informatie en adviezen die op het internet verschijnen en geeft hier zijn (wetenschappelijke) mening over.
- Welk evolutionair mechanisme gebruiken zogenoemde 'poldergoeroes' volgens Sjamadriaan?
Angst. Door dit te creëren, krijgen mensen als eerste een beeld dat iets levensgevaarlijk is, ook als dat eigenlijk niet klopt. Het is lastig om dit beeld bij te stellen. Voor influencers is een goede manier om online likes te scoren en geld te verdienen.
- Wanneer is zonnebrandcrème wél gevaarlijk volgens Sjamadriaan?
Als je er heel veel van binnenkrijgt, bijvoorbeeld door een paar flessen per dag in te ademen of op te drinken.
- Wat vind jij betrouwbare bronnen als je zoekt naar informatie over zonbescherming?
Eigen antwoord.

Opdracht 3

Actief lezen – Antwoorden bij de sleutelvragen

Tijdens het lezen	
Inleiding	1. Ken jij trends waar dermatologen zich zorgen over zouden kunnen maken? Zo ja, welke? <i>Eigen antwoord</i>
Weren, kleren, smeren	2. Waarom is het belangrijk om te weten wat de zonkracht is? <i>De zonkracht wordt bepaald door de hoeveelheid UV-straling die de aarde bereikt. Die UV-straling is schadelijk voor de huid. Hoe hoger de UV-straling, hoe groter de schade die de zon aanricht aan de huid.</i> 3. Welke redenen lees je in dit tekstdeel waarom jongeren zich niet insmeren? <i>Jongeren overzien de gevolgen op lange termijn niet: het kan nog tientallen jaren duren voordat je echt merkt wat voor blijvende schade de zon aangericht heeft, terwijl die schade nu al aangericht wordt. Daarnaast zijn er op sociale media heel veel tegenstrijdige adviezen. Je volgt dus snel het verkeerde advies dat je je niet moet insmeren.</i>
Zonnetraining	4. Leg uit wat zonnetraining is en wat de mening van deskundigen hierover is. <i>Met zonnetraining ga je steeds een beetje langer in de zon zitten zonder je in te smeren. Hierdoor creëer je een pigmentlaag die volgens influencers voldoende beschermt tegen de zon. Dermatoloog Elsemieke Plasmeijer is deskundig. Zij geeft aan dat de pigmentlaag maar een heel lage beschermingsfactor heeft (namelijk hooguit factor 4, terwijl je met minstens 30 moet smeren).</i>
Hormoonbalans	5. Wat kun je zeggen over de veiligheid van zonnebrandproducten die je in Nederland kunt kopen? <i>Producten die je via betrouwbare kanalen kunt kopen, zijn veilig. Ze worden door de SCCS getest op veiligheid en de normen worden bijgesteld als er bij onderzoek naar de ingrediënten nieuwe inzichten komen. Uit onderzoek van de consumentenbond blijkt ook dat de geteste producten veilig zijn. Zowel de SCCS als de consumentenbond zijn onafhankelijke organisaties: zij verdienen niets aan zonnebrandproducten.</i>
Verantwoordelijkheid	6. Over welke verantwoordelijkheid gaat dit tekstdeel, en hoe is het met die verantwoordelijkheid gesteld? <i>Het gaat over de verantwoordelijkheid die influencers hebben op sociale media. Zij moeten hun platform op een ethische manier gebruiken. Ethisch betekent dat je rekening moet houden met wat goed is en wat verkeerd is. Maar sommige influencers vinden het belangrijker om geld te verdienen dan om een eerlijk verhaal te vertellen. Dat moet je dus altijd in je achterhoofd</i>

	<i>houden er een product wordt aan geprijsd. Is dit reclame of spreekt er een onafhankelijke deskundige?</i> 7. 'Daarnaast is de UV-index een betrouwbare maat om al dan niet tot extra maatregelen over te gaan' (regel 106-107). Wat wordt hiermee bedoeld? <i>In tekstdeel Weren, kleren, smeren kun je lezen dat de UV-index aangeeft hoe sterk de zon is. Die zonkracht is meetbaar, en daardoor goed om in te schatten hoe sterk de zon is. Is de zonkracht 3 of hoger, dan moet je maatregelen nemen: weren (uit de zon blijven), kleren (kleding en accessoires gebruiken die beschermen tegen de zon), smeren (zonnebrandcrème met minimaal factor 30 gebruiken).</i>
Veilig en gezond	8. In dit tekstdeel staan drie adviezen. Welke? En welke kun je daar nog aan toevoegen? <i>Smeer altijd zonnebrandcrème (vanaf zonkracht 3). Gebruik een zonnebril. Wil je toch een kleurtje? Gebruik een zelfbruiner. Denk daarnaast ook aan de adviezen van het Huidfonds: weren, kleren en smeren!</i>
Na het lezen	
9. Ga jij je 'zongewoonten' aanpassen nu je er meer over gelezen hebt? Zo ja, hoe? <i>Eigen antwoord</i>	
Moeilijke woorden	
permanent (r. 37)	= blijvend
anticiperen (r.40)	= rekening houden met iets waarvan je verwacht dat het zal gebeuren
de concentratie (r.85)	= de hoeveelheid stof in een andere stof
bonafide (r. 85)	=betrouwbaar, eerlijk
potentieel (r. 88)	= mogelijk
ethisch (r.99)	= rekening houdend met wat goed is en wat verkeerd is om te doen

Opdracht 3

T-schema

Fabel	Feit
Een zongebruinde huid is gezond.	De toename van de pigmentlaag is een stressreactie van de huid op DNA-schade. Verbranden heeft zowel op korte termijn als op lange termijn gevolgen, maar bruin worden ook!
We zijn geboren om in de zon te zijn: je kunt de huid trainen om zonder bescherming in de zon te zitten.	Bij een UV-index van 3 of hoger moet je jezelf altijd extra beschermen tegen de zon. Kinderen en jongeren zijn extra kwetsbaar voor UV-straling.
Een natuurlijke pigmentlaag beschermt voldoende tegen de zon.	Een natuurlijke pigmentlaag heeft een heel lage beschermingsfactor (SPF 4). <i>Weren, kleren en smeren</i> zijn belangrijk om de kans op huidkanker te verkleinen. Een volwassene moet zo'n 7 à 8 theelepels zonnebrandcrème smeren en dat elke 2 uur herhalen.
Op koude zomerdagen is de zon minder krachtig dan op warme dagen.	De UV-index geeft aan wat de zonkracht is, die kan op koude dagen soms zelfs hoger zijn dan op warme dagen.
Met waterproof zonnebrandcrème hoef je maar één keer te smeren.	Volledig waterproof zonnebrandcrème bestaat niet.
Zonnebrandcrèmes verstoren de hormoonbalans en van zonnebrandcrème krijg je kanker.	Zonnebrandcrèmes zijn veilig in gebruik wanneer je ze via betrouwbare kanalen koopt. Als er al stoffen in zitten die in grote hoeveelheden invloed zouden kunnen hebben op de hormonen, dan is het in zulke kleine hoeveelheden dat ze de hormoonbalans niet verstoren.
Duurdere zonnebrandcrème is beter dan een goedkopere variant.	Er zijn ook goedkope zonnebrandcrèmes die goed werken.
Alles wat veel <i>likes</i> of <i>views</i> heeft, is waar.	Op sociale mediakanalen verdienen sommige influencers geld aan de verkoop van zonnebrandproducten waarvan niet duidelijk is of ze veilig zijn.
Het dragen van een zonnebril zorgt ervoor dat je sneller verbrandt.	Een zonnebril beschermt je ogen tegen de zon.
Het ontwikkelen van tanlines en zontatoeages is veilig.	'Tanlines' en zontatoeages kunnen gevaarlijk zijn voor je huid.
Het gebruiken van een bronzing zonnebrandcrème om een oranjebruine gloed te creëren is altijd een goed idee.	Bronzing zonnebrandcrème is zelf niet ongezond, maar om het gewenste effect te bereiken moet je in de (schadelijke) zon liggen. Een zelfbruiner van een goede kwaliteit is veilig te gebruiken.