

# FRISSE START

LESPAKKET OVER ROKEN/VAPEN,  
DRINKEN EN BLOWEN VOOR DE BRUGKLAS  
VAN VMBO, HAVO EN VWO

SNEAK  
PREVIEW



# BLOK 1: DE WET EN DE REGELS (OPDRACHT 1)

± 15 MINUTEN



## INTRODUCTIE

Er zijn verschillende wetten over alcohol, nicotine en wiet. Eerst kijken we wat een wet is en waarom wetten worden gemaakt.



## WERKWIJZE

- Laat de leerlingen opdracht 1 op het werkblad van deze les maken. De leerlingen beantwoorden de volgende vragen:
  - Wat is een wet?
  - Waarom zijn er wetten?
  - Wie maakt de wetten?
  - Is het belangrijk dat er wetten zijn?
- Bespreek de antwoorden van de leerlingen na, laat daarbij enkele leerlingen aan het woord. Eventuele antwoorden:
  - Laat de dia met de infographic over het tot stand komen van de wet zien. Zie daarvoor de PowerPoint les 1.
  - Wetten zijn door een overheid van een land opgestelde regels waar de bevolking zich aan moet houden, omdat zonder wetten een samenleving niet zou kunnen functioneren. Dan zou namelijk het recht van de sterkste en de brutaalste mensen gelden.
  - Zowel de regering (de koning en de ministers) als leden van de eerste en/of de tweede kamer kunnen een wetsvoorstel indienen. De eerste en tweede kamer stemmen uiteindelijk over een wetsvoorstel, de wet wordt dan wel of niet aangenomen.
  - Stel de laatste vraag 'Is het belangrijk dat er wetten zijn?' aan de leerlingen en laat twee of drie leerlingen aan het woord.
- Ook voor het gebruik van nicotine, alcohol en drugs, zijn wetten gemaakt. Wat daar in staat, zien jullie in het volgende filmpje.
- Speel de [animatie over middelen en de wet](#) af. Je vindt de animatie ook in de docentenomgeving bij les 1.
- Benadruk nog een keer de verschillende wetten: de Opiumwet voor wiet, de Tabakswet voor roken en vaperen en de Alcoholwet voor alcohol.
- Beantwoord eventuele vragen.

Via een Algemeen Plaatselijke Verordening kan de politie een jongere onder de 18 doorsturen naar een HALT-traject als de jongere in een openbare ruimte drinkt. Een

HALT-traject omvat een boete (ongeveer €100,-), gesprekken met een HALT-medewerker, gesprekken met ouders en een eventuele doorverwijzing naar gespecialiseerde hulpverlening.

# BLOK 2: EEN KEUZE MAKEN MET HET STAPPENPLAN (OPDRACHT 2)

± 15 MINUTEN



## INTRODUCTIE

Je hebt eigenlijk altijd een keuze. Alle keuzes hebben voor- en nadelen. Het is goed om daarover na te denken voordat je besluit wat je gaat doen.

Maar dat is niet altijd gemakkelijk. Daarom gaan we dat in een stappenplan doen. Het 'stappenplan keuzes maken' kan helpen om een keuze te maken.



## WERKWIJZE

- Leg uit wat voordelen en nadelen zijn.
  - Twee kleine casussen om de leerlingen iets meer bij de hand te nemen:

# WERKBLAD FRISSE START

## LES 1

### OPDRACHT 1: DE WET

#### WAT WEET JIJ OVER DE WET?

Er bestaan veel verschillende wetten. Maar wat is een wet eigenlijk en hoe worden deze gemaakt?

1 Wat is een wet?

2 Waarom zijn er wetten?

3 Wie maakt de wetten?

4 Is het belangrijk dat er wetten zijn?

SNEAK  
PREVIEW

# DOCENTENHANDLEIDING

## LES 2 - KENNIS EN KEUZES

± 60 MINUTEN



### DOELEN VAN DE LES:

- De leerlingen zijn zich bewust van de negatieve gevolgen van middelengebruik (risicoperceptie).
- De leerlingen spreken zich negatief uit over roken/vapen en alcohol drinken (attitude).
- De leerlingen leggen uit dat middelengebruik niet wordt geaccepteerd door ouders of peers (ervaren sociale norm).
- De leerlingen laten zien dat zij voordelen en nadelen van keuzes kunnen afwegen (vaardigheden).
- De leerlingen uiten vertrouwen dat zij gezonde keuzes kunnen maken (eigen-effectiviteit).



### MATERIALEN:

- Werkblad Frisse Start les 2
- PowerPoint Frisse Start theoretisch les 2
- Factsheets 'roken, vaperen, alcohol drinken en blowen'

## INTRODUCTIE VAN DE LES

± 2 MINUTEN



In de eerste Frisse Start les hebben we geleerd een keuze te maken met behulp van het stappenplan. We hebben het ook gehad over wetten en regels (NIX 18) en waarom deze afspraken belangrijk en ook gezond zijn. In deze les gaan we verder met vragen over roken/vapen en over het gebruik van alcohol en wiet en leer je meer over manieren om keuzes te maken. Ook gaan we een quiz maken over alcohol, roken, vaperen en wiet. Maar eerst bespreken we nog de huiswerkopdracht van les 1.

## HUISWERKOPDRACHT LES 1

± 5 MINUTEN



### WERKWIJZE

- **Bereid zelf deze opdracht voor.**  
Zoek voorafgaand aan de les uit welke regels (in statuten en beleid) de school heeft over roken/vapen, alcohol drinken, wiet roken en het gebruik van mobieltjes, tablets en laptops. Denk bijvoorbeeld aan:
  - een nicotinevrij schoolterrein
  - maatregelen bij het ontdekken van nicotine-, alcohol- en wietgebruik door de leerlingen
  - middelengebruik door leerlingen tijdens schooluitstapjes
  - middelengebruik door docenten tijdens schooluitstapjes.
- Bespreek de huiswerkopdracht met de leerlingen. Voorbeeldvragen:
  - Welke schoolregels rond alcohol, roken, vaperen en wiet hebben jullie gevonden?
  - Wat gebeurt er als regels overtreden worden?
  - Weten jullie ook wat de regels op school zijn over het gebruik van mobieltjes, tablets en laptops?
- Vul zo nodig de genoemde regels en maatregelen aan.
- De leerlingen kunnen nu de antwoorden op het werkblad van les 1 aan- of invullen.



# WERKBLAD FRISSE START























## LES 2

### OPDRACHT 1: FRISSE QUIZ

#### DOE MEE AAN DE FRISSE QUIZ

Wat denk jij?

Is de quiz afgelopen? Wissel het werkblad met jouw buur om jouw antwoorden na te laten kijken. Zet een rondje om  (GOED) of om  (FOUT)

Vraag	Vul hier het antwoord in	Zijn de antwoorden goed of fout?
1		 
2		 
3		 
4		 
5		 
6		 
7		 
8		 
9		 
10		 
11		 
12		 

Hoeveel antwoorden heb je goed?



# WERKBLAD FRISSE START

## LES 4

### OPDRACHT 1

OMCIRKEL DE DENKFOUT IN ONDERSTAANDE STRIPJES



ER IS VANAVOND EEN FEESTJE

JE BESTE VRIEND(IN) IS TIJDENS DE PAUZE DRUK AAN HET PRATEN MET ANDERE MENSEN

JE MOET DIT WEEKEND EEN MOEILIJKE WEDSTRIJD SPELEN

VUL IN:

Wat is een verwachting?

Wat is een denkfout?

# KLAS BLIJFT FRIS!

## EEN FRISSE KEUZE

1 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	2 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	3 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	4 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:
5 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	6 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	7 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	8 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:
9 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	10 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	11 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	12 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:
13 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	14 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	15 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	16 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:
17 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	18 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	19 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	20 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:
21 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	22 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	23 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	24 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:
25 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	26 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	27 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	28 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:
29 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:	30 NAAM: MIJN FRISSE KEUZE: HANDTEKENING:		

SNEAK  
PREVIEW