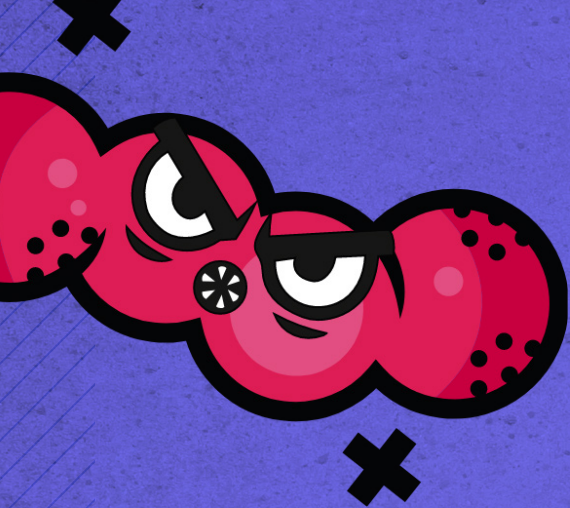
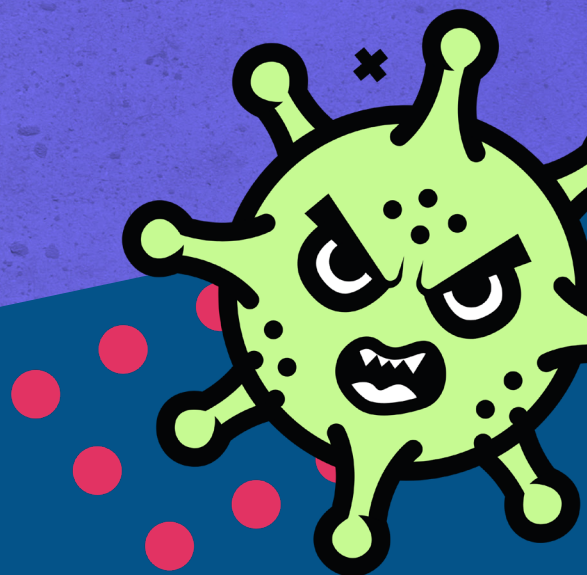




Vlaanderen
is zorgzaam en
gezond samenleven

BODYGUARD TRAINING



**Een toegankelijk educatief lespakket
voor leerlingen van de eerste graad middelbaar onderwijs
over gezondheid, het immuunsysteem en vaccins.**

INHOUD

INLEIDING	3
Voor wie is dit lespakket?	3
Tips voor het lezen van deze handleiding	3
LEERINHOUDEN EN LEERDOELEN	4
ANDERE LESPAKKETTEN IN DEZE REEKS	5
HET LESVERLOOP	6
Overzicht	6
Introductie	7
Training 1: Indringers vermijden	8
Training 2: Gezond leven	9
Training 3: Het immuunsysteem trainen	10
Training 4: Vaccinaties verzamelen	11
Het finalespel	13
Reflectie	14
ROL VAN DE LEERKRACHT	15
WAT HEB JE NODIG?	16
EXTRA INFORMATIE	16

INLEIDING

Ziektes en gezondheid zijn thema's die dicht bij de **leefwereld** van leerlingen staan. Toch blijft het voor veel leerlingen moeilijk om te begrijpen hoe het lichaam zich verdedigt tegen **ziektekiemen** en welke rol **vaccinaties** daarin spelen. Bovendien krijgen leerlingen in de eerste graad een vaccin aangeboden tegen **HPV**, een virus dat later bepaalde vormen van kanker kan veroorzaken. Dat maakt het thema extra relevant en herkenbaar.



Met dit educatieve pakket Bodyguard Training breng je dit thema op een **toegankelijke, duidelijke en actieve manier** tot leven. Via een **interactieve digitale presentatie** kruipen leerlingen in de rol van bodyguards. Hun missie: de **personages beschermen** tegen gevaarlijke ziektes.

Om daarin te slagen, doorlopen ze eerst de bodyguardtraining. Die bestaat uit **vier trainingsrondes** waar ze meer ontdekken over ziekteverspreiding, gezondheid, het immuunsysteem en vaccinaties.

Alles werkt toe naar een **spannend finalespel** waarin hun personages worden aangevallen door verschillende ziektekiemen. Hoe goed ze daarop voorbereid zijn, hangt af van wat ze onderweg geleerd en verzameld hebben.

Dit lespakket combineert **wetenschappelijke inzichten, gezondheidsvaardigheden** maar ook **burgerschap**. Leerlingen ontdekken dat gezondheid niet alleen over jezelf gaat, maar ook over zorg dragen voor anderen. Zo wordt een **complex en maatschappelijk relevant thema** een **betekenisvolle leerervaring** die leerlingen activeert, uitdaagt en bijblijft.

Voor wie is dit lespakket?

Dit lespakket is ontwikkeld voor leerlingen van het **eerste en tweede leerjaar van het secundair onderwijs**. Het sluit aan bij lessen en projecten rond gezondheid, ziektepreventie, het immuunsysteem, vaccinaties en burgerschap. Dit pakket is tevens de ideale introductie voor het **vaccinatiemoment** tegen **HPV**.

Het pakket is bijzonder geschikt voor vakken zoals **natuurwetenschappen, maatschappelijke vorming, PAV** of voor vakoverschrijdende projecten rond **gezondheidseducatie**.

Het pakket brengt een complex thema op een **toegankelijke en interactieve manier** tot leven zonder in theoretische uitleg te vervallen.

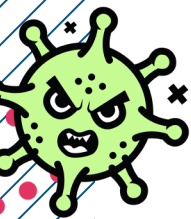
Je hoeft als leerkracht **geen expert** te zijn over vaccinaties en het immuunsysteem om met vertrouwen en **minimale voorbereiding** dit lespakket van **twee lesuren** te begeleiden. Naast het lespakket bieden we ook extra ondersteuning aan via een **infobundel**.

Tips voor het lezen van deze handleiding

Dit lespakket wordt stap voor stap begeleid door een **digitale interactieve presentatie** voor de leerlingen en voor de klas.

Het is handig om tijdens het lezen van deze handleiding ook door de presentatie te klikken. Zo krijg je meteen een duidelijk beeld van de opdrachten en interacties.

LEERINHouden EN LEERDOELen



Dit lespakket werkt aan doelen uit **verschillende domeinen**: wetenschap, gezondheidsvaardigheden en burgerschap.

Het immuunsysteem

Leerlingen ontdekken hoe het **lichaam** zich **verdedigt tegen ziektekiemen**.

- Leerlingen kunnen in eigen woorden uitleggen wat het immuunsysteem doet.
- Leerlingen kunnen uitleggen wat antistoffen zijn en waarom ze belangrijk zijn.
- Leerlingen leren dat het lichaam antistoffen kan 'onthouden' om sneller te reageren bij een volgende besmetting.

Ziektekiemen en besmetting

Leerlingen leren over **milde en ernstige ziektes** en hoe je een **besmetting** kunt **beperken**.

- Leerlingen kunnen voorbeelden geven van hoe je ziektekiemen buiten het lichaam kunt houden (bv. hygiëne, ventilatie).
- Leerlingen maken kennis met verschillende ziektes en hun mogelijke symptomen.
- Leerlingen leren dat sommige ziektes mild zijn en andere ernstige gevolgen kunnen hebben.

Gezond leven

Leerlingen ontdekken dat **gezonde gewoonten** bijdragen aan een **sterker lichaam**.

- Leerlingen leren dat voldoende slaap, gezonde voeding, regelmatig bewegen, mondgezondheid en mentaal welzijn belangrijk zijn voor een gezond lichaam.
- Leerlingen kunnen voorbeelden geven van gezonde gewoontes.
- Leerlingen begrijpen dat een sterk lichaam beter kan reageren op ziektes.



Vaccinaties

Leerlingen leren over de **werking** en het **belang** van **vaccinaties**.

- Leerlingen kunnen uitleggen hoe een vaccin het lichaam voorbereidt op een ziekte.
- Leerlingen leren wat in een vaccin zit.
- Leerlingen weten dat vaccins streng gecontroleerd worden op veiligheid en doeltreffendheid.
- Leerlingen weten dat sommige vaccins later herhaald moeten worden (boosters).
- Leerlingen leren dat lichte en tijdelijke bijwerkingen soms kunnen voorkomen.
- Leerlingen leren hoe het eerste vaccin uitgevonden werd.

Vaccinaties in de samenleving

Leerlingen ontdekken dat vaccinaties niet alleen jezelf, maar ook je **omgeving beschermen**.

- Leerlingen leren waarom het belangrijk is dat veel mensen beschermd zijn tegen bepaalde ziektes (groepsimmunitet).
- Leerlingen weten dat sommige mensen zich niet kunnen laten vaccineren en afhankelijk zijn van bescherming door anderen.
- Leerlingen weten dat ze het vaccin tegen HPV in hun leeftijdsgroep aangeboden krijgen en waartegen het beschermt.

ANDERE LESPAKKETTEN IN DEZE REEKS

Dit lespakket maakt deel uit van een reeks educatieve pakketten over gezondheid, het immuunsysteem en vaccinaties voor het middelbaar onderwijs.

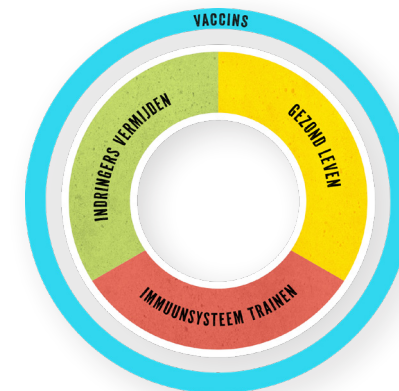
			
Doelgroep	eerste graad secundair onderwijs	tweede graad secundair onderwijs	derde graad secundair onderwijs
Aansluitend vaccinatie-moment	HPV-vaccin	dTPa-vaccin	/
Tijd	max. twee lesuren		
Wat doen de leerlingen?	Leerlingen worden bodyguards die een groep personages beschermen tegen ziektes .	Leerlingen proberen een uitbraak onder controle te krijgen door de vaccinatiegraad te verhogen en vaccinatie-wijfels aan te pakken.	Leerlingen nemen deel aan een interactieve gameshow over vaccinaties, misinformatie en maatschappelijke keuzes.
Focus	• zorg dragen voor je lichaam • de werking van het immuunsysteem en vaccinaties • de geschiedenis van vaccinaties • vaccineerbare ziektes • solidariteit met kwetsbare mensen	• kennis over het immuunsysteem en vaccinaties herhalen en verdiepen • de ontwikkeling en veiligheid van vaccinaties • de rol van de vaccinatiegraad • groepsimmunitet en ziekteverspreiding • vaccinatie-wijfel	• algemene kennis over vaccinaties herhalen • vaccineerbare ziektes • misinformatie herkennen • de geschiedenis van vaccinaties • praktische vaccinatie-info voor later • ethische dilemma's over vaccinaties

HET LESVERLOOP

Overzicht

Het lespakket bestaat uit **verschillende fases** die begeleid worden door de **interactieve klas- en leerlingenpresentatie**. Daartussen wordt op de aangegeven momenten **gewisseld**. Je begint met de klaspresentatie te projecteren op het **klasscherm**. Voor de leerlingenpresentatie gaat **elk duo** aan de slag met een **laptop**.

In totaal kan het lespakket **max. twee lesuren** duren.



fase	groeperingsvorm	duur	inhoud	materiaal	begeleidende digitale presentatie	
					klas	leerling
introductie	klassikaal	± 5 min.	thema introduceren en bodyguardformulier uitdelen	- bodyguardformulier (per duo) - pen en kladpapier (per duo)	☒	☐
training 1: indringers vermijden	duo's	± 20 min.	mini-quiz		☐	☒
training 2: gezond leven			gezondheidsonderzoek			
training 3: immuunsysteem trainen			interactief verhaal			
training 4: vaccins	klassikaal	± 10 min.	reflectie + vaccinverhaal met reactiekoor	- vaccinverhaal (1 keer) - reactiekoor (per duo)	☒	☐
	duo's	± 10 min.	quiz		☐	☒
finalespel	groepjes met hetzelfde personage	± 20 min.	spel met ziektekaarten	- ziektekaarten (1 keer) - dobbelsteen (per duo)	☒	☐
afsluiter	klassikaal	± 10 min.	nabesprekingen		☒	☐

Introductie



Start de les klassikaal met de **klaspresentatie**. Leg kort uit dat de leerlingen vandaag bodyguards worden. Hun missie: deze groep beschermen tegen gevaarlijke ziektes!

Om hun missie te laten slagen moeten de leerlingen eerst de **Bodyguard Training volgen**. Die bestaat uit **vier trainingsrondes**: training 1, 2, 3 en 4. De vierde training blijft in het begin nog geheim. Door elke trainingsronde goed af te ronden, **verzamelen ze voordelen** die hun personage later beschermen in het finalespel.

Verdeel de klas in duo's. Elk duo beschermt één **personage**, dat wordt **voorgesteld via** een **bodyguardformulier**. De personages hebben verschillende kenmerken die invloed hebben op het risico dat ze lopen.

Verdeel de bodyguardformulieren of laat de leerlingen zelf één kiezen. Idealiter komt elk personage minstens één keer voor. De leerlingen **houden** hun **formulier bij** tijdens de volledige leeractiviteit en **vullen** het **aan** wanneer dat wordt aangegeven in de presentatie.

Sluit de introductie af door de duo's de **leerlingenpresentatie** te laten openen en te **starten**. Deel de link vooraf via het digitale leerplatform, de agenda of toon een QR-code op het bord zodat de leerlingen de presentatie snel kunnen openen op hun computer of tablet.

De leerlingen **werken** daarna **zelfstandig** verder tot het einde van training 3.

Didactische tip

Je kunt de les starten met een korte vraag aan de klas, bijvoorbeeld: *Wat zou jij doen om iemand te beschermen tegen ziektes?* Laat enkele leerlingen kort reageren. Zo activeer je hun voorkennis en creëer je meteen betrokkenheid bij de bodyguardmissie.

Training 1: Indringers vermijden



In deze training ...

ontdekken de leerlingen hoe ziektekiemen zich verspreiden en welke keuzes helpen om besmetting te vermijden.

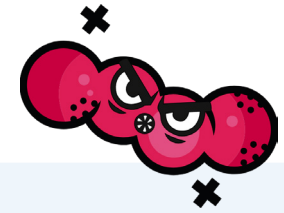


De leerlingen maken een **korte quiz**. Ze krijgen verschillende situaties te zien (bijvoorbeeld: iemand moet niezen). Telkens kiezen ze welke actie helpt om ziektekiemen buiten te houden.



Pas wanneer ze het juiste antwoord kiezen, kunnen ze verder naar de volgende situatie.

Training 2: Gezond leven



In deze training ...

onderzoeken de leerlingen hoe gezonde gewoontes bijdragen aan een sterker lichaam en geven ze gezondheidstips aan hun personage.



De leerlingen bekijken het **gezondheidsprofiel** van de verschillende personages en bespreken **vier domeinen**:

- gezonde voeding
- regelmatig bewegen
- mondgezondheid
- mentaal welzijn



Voor elk domein geven ze hun personage een **score** op 10. Daarna noteren ze twee **gezondheidstips** voor hun personage op hun bodyguardformulier en beelden die kort uit.

Training 3: Het immuunsysteem trainen



In deze training ...

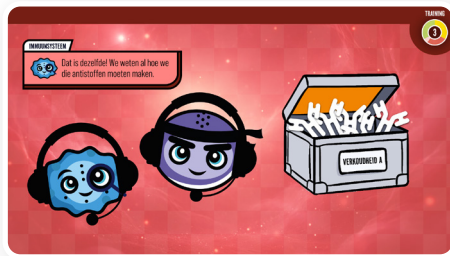
leren de leerlingen stap voor stap hoe het lichaam een ziekte herkent, aanvalt en onthoudt.



Via een **interactief verhaal** volgen de leerlingen wat het **immuunsysteem** doet wanneer een ziektekiem het lichaam binnendringt:

1. de indringer wordt opgemerkt
2. het lichaam onderzoekt de ziektekiem
3. antistoffen worden gemaakt
4. de ziekte wordt aangevallen
5. antistoffen worden opgeslagen

In een **tweede ronde** komen ze **dezelfde ziekte** opnieuw tegen. Ze merken dat het immuunsysteem de ziekte herkent en sneller kan reageren.



Na het voltooiingsscherm krijgen de leerlingen het beginscherm van training 4 te zien. Om die te starten hebben ze een **wachtwoord** nodig. Dat krijgen ze in de volgende fase. In tussentijd moeten ze **wachten tot iedereen klaar** is en kunnen ze het **spelletje** van training 3 opnieuw spelen.

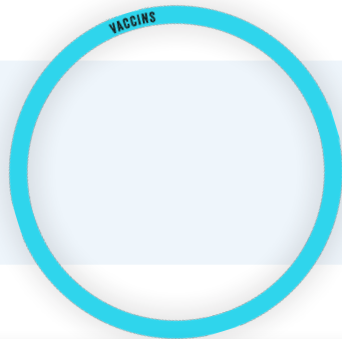


ontdekken leerlingen meer over de geschiedenis, werking, ontwikkeling en het belang van vaccinaties.

Vervolgens wordt het **vaccinverhaal** voorgelezen. Je kunt dit zelf doen, of de tekst verdelen onder de leerlingen. In dat geval knip je het verhaal in stroken en deel je ze uit. Deel ondertussen ook de bijlage voor **reactiekoor** uit. In een grote of drukke klas kan het rustiger zijn om het verhaal zelf voor te lezen. Je kunt ook **extra exemplaren** van het verhaal afdrukken, zodat de leerlingen kunnen meevolgen.

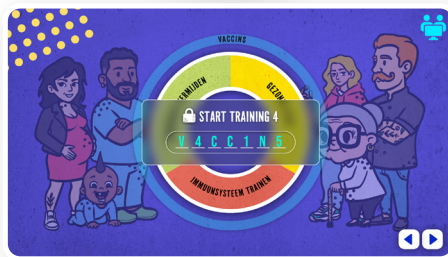
[illegible]

Deel 2: Quiz



In deze training ...

testen de leerlingen hun kennis over het immuunsysteem en vaccinaties en verzamelen ze bescherming voor het finalespel.



Na het verhaal verschijnt het **wachtwoord 'V4CC1N5'** voor de volgende training. De leerlingen voeren dit in op hun presentatie en starten de quiz. Waarschuw de leerlingen voordien dat er **geen herkansing mogelijk** is bij het beantwoorden van de vragen.



Met de **quiz** testen de duo's hun **kennis** over het **immuunsysteem en vaccinaties**. Bij een **juist antwoord** verdienen ze **vaccinaties** voor hun personage. Die **markeren** ze meteen op hun bodyguardformulier.



Dit is **belangrijk voor** het **finalespel**, waarin hun personages aangevallen worden door verschillende ziektes. Als een personage al een vaccinatie tegen die ziekte heeft verzameld, is het meteen beschermd.



Foute antwoorden leveren **geen vaccinatie** op en dus geen bescherming. Herkansing is hier niet mogelijk.

Het finalespel

In dit spel ...

ervaren de leerlingen wat er gebeurt wanneer hun personage in contact komt met verschillende ziektes, met of zonder bescherming door vaccinaties.

Vorbereiding



- Toon de **missie** voor het **finalespel** in de klaspresentatie.
- Leerlingen met **hetzelfde personage** gaan **samen aan een tafel** zitten en leggen hun bodyguardformulier in het midden. Te grote groepen kunnen opgesplitst worden.
- Leg de **ziektekaarten** op een **centrale plaats**.

Spelverloop



1. Elke groep **neemt** een **ziektekaart** van de stapel.
2. De groep **controleert** of hun personage al **bescherming** heeft tegen die ziekte.
 - Heeft het personage al **antistoffen** tegen die ziekte?
De ziekte is meteen **verslagen**. De kaart doet niet meer mee en wordt opzij gelegd.
 - Heeft het personage **geen antistoffen**?
De groep gooit met de **dobbelsteen**. De uitkomst bepaalt de gevolgen van de ziekte.
 - De leerlingen **tekenen** de **gevolgen** op het bodyguardformulier. Ze schrappen een hartje indien ze een leven verliezen. Als ze alle hertjes verliezen, is het *game over*.
 - Afhankelijk van het cijfer op de dobbelsteen kan de **ziektekaart** ook worden doorgegeven aan een andere groep.
3. De leerlingen beginnen **opnieuw** met een nieuwe of doorgegeven ziektekaart tot alle ziektekaarten verslagen zijn.

TIP

Je kunt eventueel het spel inkorten door enkele ziektekaarten weg te halen.

Doel van het spel

Het doel van het spel is om **alle ziektekaarten** te **verslaan** en hun **personage** zo goed mogelijk te **beschermen**.

Reflectie



Na het spel **reflecteer** je op het spel en wat ze geleerd hebben a.d.h.v. de laatste slides van de klaspresentatie. Op het einde bespreek je het **HPV-vaccin** dat aan deze leeftijdsgroep wordt aangeboden. Je kunt ook nog een **informatieve video** bekijken over dit vaccin via de video-knop.



ROL VAN DE LEERKRACHT

Als leerkracht ben je de **gids van het verhaal**. Je hoeft zeker **geen specialist** te zijn in het immuunsysteem en vaccinaties om het pakket te kunnen begeleiden.

Algemeen en tijdens de intro

- Introduceer de missie en **verbind** de lesfasen aan elkaar door bruggetjes te maken, inzichten tussentijds vast te zetten en de volgende fasen aan te kondigen.
- Maak ruimte voor **nieuwsgierigheid** door leerlingen aan te moedigen om vragen te stellen en hypothesen te formuleren. Het is niet erg als ze iets nog niet weten.

Tijdens de zelfstandige opdrachten

- Ondersteun het zelfstandig werken door leerlingen te **motiveren**, vragen te stellen en uit te dagen.
- Doe vooral **interventies** als leerlingen niet vlot op weg geraken of als je merkt dat ze zelf niet tot voldoende diepgang komen.

Tijdens het finalespel

- Moedig de leerlingen aan en stimuleer **samenwerking**.
- Herinner de leerlingen aan de **speluitleg** wanneer nodig.

Tijdens de afsluiter

- Sluit de missie **positief** af en benadruk de positieve impact die de leerlingen gemaakt hebben.

Wees alert: dit lespakket kan je inzicht geven in de attitudes en gedachten van leerlingen (die anders moeilijker expliciet tot uiting komen). Durf te **modereren** wanneer ongelijke stellingnames dominant worden.



WAT HEB JE NODIG?



Digitale media

- presentatiescherf (digibord, tv, projector)
- laptop of tablet (per duo)

Digitale tools [open via [website](#)]

- klaspresentatie
- leerlingenpresentatie

Prints [download of bestellen via [website](#)]

- bodyguardformulieren (per duo)
- ziektekaarten (1 keer)
- vaccinverhaal (1 keer)
- reactiekoor (per duo)

Randmateriaal

- schrijfgierief en kladpapier
- min. 6 dobbelstenen

EXTRA INFORMATIE

Voor leerkrachten die zich verder willen **verdiepen** in het thema vaccinaties en gezondheid is er een [infobundel](#). Die biedt **betrouwbare informatie** over vaccinaties, ziektepreventie en gezondheidseducatie.

Je kunt de infobundel gebruiken ter **voorbereiding**, of als **achtergrondinformatie** wanneer leerlingen extra vragen stellen.

COLOFON

Verantwoordelijke uitgever

Karine Moykens
Secretaris-generaal
Departement Zorg
Simon Bolivarlaan 17, 1000 Brussel

Samenstelling

Departement Zorg
Afdeling Preventief Gezondheidsbeleid

In samenwerking met:

Oetang Learning Designers

Vormgeving

Aline Adins

Depotnummer

D/2026/3241/283

Uitgave

Augustus 2026

