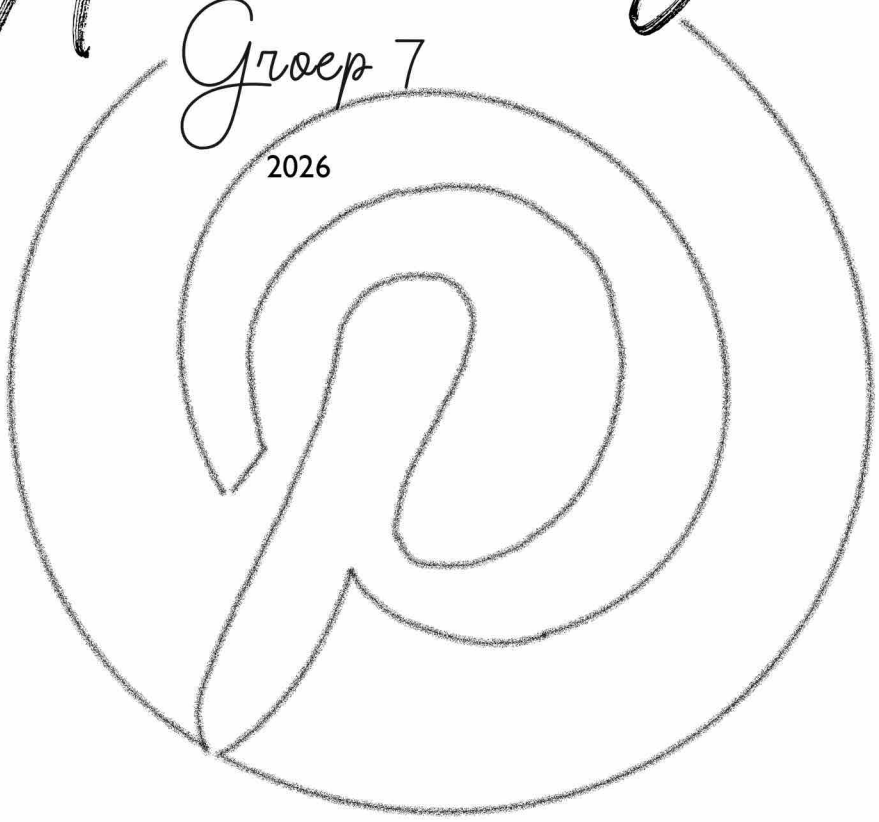
Werkboekje

# Begrijpend lezen

Groep 7

2026



# De verborgen kanten van social media

## Lees de tekst en beantwoord de vragen.

Sociale media zijn niet meer weg te denken uit ons dagelijks leven. Platforms zoals TikTok, Instagram en Snapchat zijn razend populair, zeker in groep 7. Je kunt er grappige video's bekijken, foto's delen met vrienden en op de hoogte blijven van de nieuwste trends. Het lijkt één grote, gezellige online speeltuin. Toch zitten er aan al die likes en filters ook serieuze gevaren vast waar je goed over na moet denken.

De jacht op de likes en verslaving.
Heb je je wel eens afgevraagd waarom het zo moeilijk is om je telefoon weg te leggen? Dat is geen toeval. De makers van sociale media hebben hun apps zo ontworpen dat ze je aandacht zo lang mogelijk vasthouden. Elke keer als je een melding krijgt of een 'like' ontvangt, maken je hersenen een klein gelukksstofje aan (dopamine). Hierdoor wil je steeds weer opnieuw op je scherm kijken. Dit kan ongemerkt leiden tot een digitale verslaving. Je hebt dan minder tijd voor je huiswerk, sporten of écht afspreken met vrienden. Ook slapen veel kinderen minder goed omdat ze tot laat in de avond door hun tijdlijn scrollen.

De perfecte (nep)wereld.
Een ander groot gevaar is de invloed van perfecte plaatjes. Veel influencers en vrienden laten op sociale media alleen de leukste momenten van hun leven zien. Vaak gebruiken ze filters om er perfect uit te zien, of bewerken ze foto's waardoor hun huid gladder lijkt en hun omgeving mooier. Als je hier dagelijks naar kijkt, kun je gaan geloven dat het leven van anderen perfect is en dat van jou saai. Dit kan ervoor zorgen dat je onzeker wordt over je eigen uiterlijk of je leven, terwijl wat je ziet vaak nep is.

Privacy en cyberpesten.
Als je iets op het internet plaatst, is het heel moeilijk om het weer helemaal te verwijderen. Bedrijven achter sociale media verzamelen jouw gegevens, zoals wat je leuk vindt en waar je woont, om jou gerichte reclames te laten zien. Daarnaast ligt online pesten, ook wel cyberpesten genoemd, op de loer. Omdat mensen elkaar achter een scherm niet recht in de ogen kijken, zeggen ze online veel sneller nare dingen dan in de echte wereld. Berichten of gemene foto's kunnen in een groepsapp binnen een paar seconden naar de hele klas worden doorgestuurd, wat voor veel verdriet kan zorgen.

Hoe blijf je mediawijs?
Sociale media zijn niet verboden en kunnen heel leuk zijn, zolang je maar slim en voorzichtig bent. Praat met je ouders of je leerkracht als je online iets stuit waar je een naar gevoel van krijgt. Denk twee keer na voordat je een foto deelt en onthoud goed: de echte wereld buiten je scherm is uiteindelijk veel belangrijker én gezelliger dan de digitale wereld vol filters.

Meerkeuzevragen (Kruis het juiste antwoord aan):
1. Welk stofje in je hersenen zorgt ervoor dat je steeds opnieuw op je scherm wilt kijken?
A. Vitamine C B. Dopamine C. Adrenaline

2. Waarom gebruiken influencers vaak filters op hun foto's?
A. Om te laten zien hoe de echte wereld eruitziet. B. Om hun telefoon sneller te maken. C. Om er perfect uit te zien en foto's mooier te maken.

3. Waarom delen mensen online sneller nare dingen dan in het echt?
A. Omdat ze elkaar achter een scherm niet recht in de ogen kijken. B. Omdat de apps hen dwingen om gemeen te doen. C. Omdat ze online meer tijd hebben om na te denken.

Open vragen (Schrijf je antwoord duidelijk op):
4. Noem twee gevolgen die een digitale verslaving kan hebben op jouw dagelijkse leven.

---

---

5. Wat doen bedrijven achter sociale media met jouw persoonlijke gegevens volgens de tekst?

---

---

6. Wat is de belangrijkste tip die de schrijver aan het einde van de tekst geeft om 'mediawijs' te blijven?

---

---

# De zonnige kant van sociale media

## Lees de tekst en beantwoord de vragen.

Sociale media hebben soms een slechte naam, maar wist je dat platforms zoals TikTok, Instagram en WhatsApp ook ontzettend veel mooie kanten hebben? Voor veel kinderen in groep 7 zijn ze niet meer weg te denken uit het dagelijks leven. Als je er slim en bewust mee omgaat, kunnen sociale media je wereld op een positieve manier vergroten. Het is een digitale speeltuin vol kansen, vriendschap en creativiteit.

### Altijd in contact met je vrienden

Het grootste voordeel van sociale media is dat je heel makkelijk contact houdt met anderen. Heb je een leuke vakantie gehad, of wil je even overleggen over het huiswerk? Met één druk op de knop stuur je een berichtje in de klassenapp of start je een videocall. Zelfs vrienden of familieleden die aan de andere kant van de wereld wonen, voelen hierdoor dichtbij. Ook voor kinderen die zich soms eenzaam voelen of een unieke hobby hebben, zijn sociale media een uitkomst. Online vinden zij snel een groep mensen die precies dezelfde interesses delen, zoals een bepaalde game, paardrijden of tekenen.

### Een boost voor je creativiteit

Sociale media dagen je uit om creatief te zijn. Denk maar aan het bedenken van een grappige sketch, het filmen van een ingewikkelde dansvideo of het bewerken van een mooie foto. Je leert hierdoor onbewust handige digitale vaardigheden. Je ontdekt hoe je video's monteert, hoe je de juiste belichting gebruikt en hoe je een verhaal kort en krachtig vertelt. Veel jongeren gebruiken deze platforms dan ook als een digitaal portfolio om hun talenten aan de wereld te laten zien.

### Supersnel iets nieuws leren

Daarnaast zijn sociale media een enorme bron van informatie en inspiratie. Loop je vast met een moeilijke som voor rekenen? Grote kans dat een docent op YouTube of TikTok het in een kort filmpje perfect uitlegt. Wil je een nieuwe truc leren met de voetbal, een ingewikkeld recept koken of weten hoe je een gitaarakkoord speelt? Je hoeft het maar in te typen en er staan duizenden gratis handleidingen (tutorials) voor je klaar. Sociale media maken leren leuk, visueel en heel toegankelijk.

### Samen in actie voor een betere wereld

Tot slot kunnen sociale media een krachtig middel zijn om iets goeds te doen voor de wereld. Als er geld ingezameld moet worden voor een ziek dier, of als een buurtgenoot zijn hond kwijt is, verspreidt zo'n bericht zich razendsnel. Door de kracht van delen (sharen) kunnen mensen elkaar in no-time te hulp schieten. Sociale media brengen ons dus niet alleen digitaal samen, maar zorgen er soms ook voor dat we in de echte wereld beter voor elkaar gaan zorgen.

Meerkeuzevragen (Kruis het juiste antwoord aan):

1: Wat is volgens de tekst het grootste voordeel van sociale media?

A. Dat je er de hele dag video's op kunt bekijken.
B. Dat je heel makkelijk contact houdt met vrienden en familie.
C. Dat je er gratis spelletjes op kunt spelen.
D. Dat je er filters kunt gebruiken op je foto's.

2: Welke digitale vaardigheden kun je volgens de tekst leren door sociale media te gebruiken?

A. Websites bouwen en computers repareren.
B. Sneller typen en e-mailen met je leerkracht.
C. Video's monteren, belichting gebruiken en een verhaal vertellen.
D. Online winkelen en bankieren.

3: Hoe kunnen sociale media helpen als je vastloopt met een moeilijke rekensom?

A. Je kunt de som door een computer laten maken.
B. Je kunt een app downloaden die de antwoorden al weet.
C. Je kunt een kort uitlegfilmpje (tutorial) opzoeken van een docent.
D. Je kunt je telefoon gebruiken als rekenmachine.

Open vragen (Schrijf het antwoord in een hele zin op):

4: Waarom zijn sociale media extra fijn voor kinderen die een heel unieke hobby hebben?

---

---

5: Leg in je eigen woorden uit hoe sociale media kunnen helpen om een vermiste hond in de buurt terug te vinden.

---

---

6: Wat wordt in de tekst bedoeld met de zin: "Sociale media maken leren leuk, visueel en heel toegankelijk"?

---

---

# De Geheimen van de Online Challenge

## Lees de tekst en beantwoord de vragen.

De verleiding van de 'Like'

Je kent ze vast wel: video's op TikTok of YouTube waarin mensen een gekke opdracht uitvoeren. Dit noemen we een online challenge (internetuitdaging). Soms zijn ze heel onschuldig en grappig, zoals de Ice Bucket Challenge van een paar jaar geleden, waarbij mensen een emmer ijswater over hun hoofd gooiden voor een goed doel. Maar de laatste tijd verschijnen er steeds vaker challenges online die levensgevaarlijk zijn.

Waarom doen mensen hieraan mee? Het antwoord is simpel: de jacht op likes en volgers. Als een video viraal gaat—wat betekent dat heel veel mensen hem in korte tijd bekijken - krijgt de maker daar een kick van. In je hersenen wordt op dat moment een stofje aangemaakt waar je blij van wordt. Veel kinderen (en volwassenen) willen dat gevoel steeds opnieuw ervaren.

Groepsdruk en het algoritme

Een groot gevaar bij online challenges is groepsdruk. Dit is het gevoel dat je móét meedoen aan iets, omdat je er anders niet bij hoort. Als al je klasgenoten of favoriete influencers over een bepaalde challenge praten, is het heel moeilijk om 'nee' te zeggen.

Sociale media-apps maken dit nog een stapje erger door hun 'algoritme'. Dit is een slim computerprogramma dat onthoudt waarnaar jij kijkt. Als jij één video van een gevaarlijke challenge afkijkt, denkt de app dat je dit leuk vindt. De app laat je daarna nóg meer van dit soort video's zien. Hierdoor lijkt het net alsof de hele wereld meedoet aan de challenge, terwijl dat in werkelijkheid helemaal niet zo is. Je wordt erdoor voor de gek gehouden.

De verborgen camera-truc

Wat veel kinderen vergeten, is dat video's op sociale media nep kunnen zijn. Je ziet in een video van een minuut hoe stoer iemand over het dak van een rijdende trein loopt (treinsurfen) of van een gevaarlijk hoge rots in het water springt. Het ziet er vlekkeloos uit.

Wat de video niet laat zien, is de montage. De momenten dat het bijna misging, dat iemand keihard viel, of dat er urenlang is geoefend met professionele stuntmensen, worden eruit geknipt. Je ziet alleen het succes. Dit geeft een valse veiligheid. Kinderen denken: "Als hij het kan, kan ik het ook." Maar in de echte wereld kun je bij treinsurfen geraakt worden door een bovenleidingskabel waar duizenden volts stroom op staat, of door de harde wind onder de trein vallen. De afloop is dan niet een coole video, maar een zwaar ongeluk.

Wat kun jij doen?

Het is belangrijk om 'mediawijs' te zijn. Dat betekent dat je slim omgaat met internet. Zie je een challenge die pijn kan doen of gevaarlijk is? Doe er dan absoluut niet aan mee. Help ook niet mee aan de populariteit: geef de video geen like en stuur hem niet door naar je vrienden. Als een video geen weergaven krijgt, stopt de challenge vanzelf. En zie je echt iets heftigs? Praat er dan altijd over met je ouders of je meester of juf.

Meerkeuzevragen (Kruis het juiste antwoord aan)

1: Waarom doen veel mensen mee aan online challenges volgens de tekst?

A. Omdat ze daar veel geld mee kunnen verdienen op school. B. Omdat ze populair willen worden en de kick van likes willen voelen. C. Omdat hun ouders dat van hen vragen.

2: Wat doet het 'algoritme' van een app zoals TikTok?

A. Het verwijdert automatisch alle gevaarlijke video's van internet. B. Het stuurt een waarschuwing naar je ouders als je te lang online bent.
C. Het onthoudt waarnaar je kijkt en laat je steeds meer van dat soort video's zien.

3: Waarom geven video's van challenges vaak een 'valse veiligheid'?

A. Omdat de mislukkingen en gevaren uit de video worden geknipt. B. Omdat de video's altijd door de politie worden gecontroleerd.
C. Omdat de app aangeeft of een video veilig is om na te doen.

Open vragen (Schrijf het antwoord in een hele zin op)

4: Wat is groepsdruk en waarom is dit gevaarlijk bij online challenges?

---

---

5: Welke twee specifieke gevaren van 'treinsurfen' worden er in de tekst genoemd?

---

---

6: Wat kun jij volgens de tekst zelf doen om te zorgen dat een gevaarlijke challenge stopt met populair worden?

---

---

# De Onzichtbare Wereld van Cyberpesten

## Lees de tekst en beantwoord de vragen.

Wat is cyberpesten?
Pesten is helaas van alle tijden. Vroeger gebeurde het vooral op het schoolplein of in de klas. Maar sinds de komst van smartphones en sociale media is er een nieuwe vorm bijgekomen: cyberpesten (online pesten). Dit gebeurt via apps zoals WhatsApp, TikTok, Snapchat of tijdens het online gamen. Denk aan het buitensluiten van iemand in een groepsapp, het doorsturen van een grappig bedoelde maar gemene foto, of het achterlaten van nare reacties onder iemands video.

Waarom online pesten extra hard aankomt
Online pesten is vaak nog heftiger dan pesten in het echt. Dat heeft drie belangrijke redenen:
Het stopt nooit: Als je op school gepest wordt, ben je thuis tenminste veilig. Bij cyberpesten gaat het pesten 's avonds en in het weekend gewoon door. Je smartphone neem je immers overal mee naartoe.
Het publiek is enorm: Een gemeen bericht of een geheime foto kan met één druk op de knop met de hele school of zelfs met duizenden vreemden worden gedeeld. De pesterij blijft vaak heel lang online staan.
De pester ziet de pijn niet: Achter een scherm zie je niet dat de ander moet huilen om jouw opmerking. Dit noemen we de 'online ontremming'. Mensen durven online veel grovere dingen te zeggen dan ze ooit in iemands gezicht zouden durven uitspreken.

De rol van de meeloper en de helper
Bij pesten denk je vaak aan twee personen: de pester en het slachtoffer. Maar online is er nog een heel grote groep: de omstanders. Als jij in een groepsapp ziet dat een klasgenoot wordt uitgelachen en je stuurt een lachende emoji, of je zegt er niks van, dan ben je een 'meeloper'. Je helpt de pester dan eigenlijk een beetje.
Gelukkig kun je ook een 'helper' zijn. Je kunt de pester aanspreken en zeggen dat het niet oké is. Of je stuurt het slachtoffer even een lief privébericht je om te vragen hoe het gaat. Dat kleine berichtje kan voor diegene een wereld van verschil maken. Praten met een volwassene, zoals je ouders of de leerkracht, is altijd de beste stap om online pesten te stoppen.

Meerkeuzevragen (Kruis het juiste antwoord aan)
1: Waarom stopt cyberpesten vaak nooit volgens de tekst?
A. Omdat de politie online pesten niet mag stoppen.
B. Omdat je je smartphone overal mee naartoe neemt en berichten altijd binnenkomen.
C. Omdat kinderen op school tegenwoordig niet meer mogen praten.

2: Wat betekent 'online ontremming'?
A. Dat je internetverbinding plotseling heel traag wordt.
B. Dat je online sneller aardige dingen tegen vreemden zegt.
C. Dat je achter een scherm sneller grove dingen zegt omdat je de reactie van de ander niet ziet.

3: Wat doe je als je een 'helper' bent bij cyberpesten?
A. Je stuurt het slachtoffer een lief privébericht je of spreekt de pester aan.
B. Je stuurt de gemene foto snel door naar je eigen vrienden.
C. Je negeert de groepsapp en doet alsof je niks hebt gezien.

Open vragen (Schrijf het antwoord in een hele zin op)
Vraag 4: Noem twee van de volgende opties: uit de tekst van hoe cyberpesten eruit kan zien.

_____

_____

Vraag 5: Waarom is het publiek bij cyberpesten vaak veel groter dan bij pesten op het schoolplein?

_____

_____

Vraag 6: Waarom ben je volgens de tekst een 'meeloper' als je een lachende emoji stuurt bij een pesterij?

_____

_____

# Mijn Online Wereld

www.kiki-en-co.nl

Dit is een invulpagina waarin je zelf nadenkt over jouw gedrag op sociale media.

## 📱 Mijn Apps

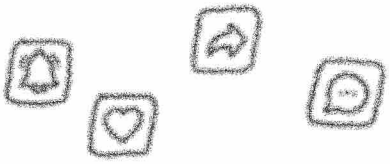
Welke sociale media of online games gebruik jij het meest? Schrijf je top 3 op.

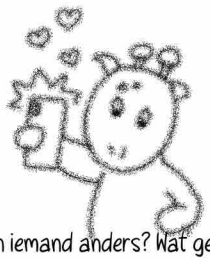
---

---

---

Hoeveel tijd breng jij per dag ongeveer door op je telefoon of tablet?
O Minder dan 1 uur
O Tussen de 1 en 3 uur
O Meer dan 3 uur





## 💬 Online meegemaakt

Heb jij wel eens meegemaakt dat er online (bijvoorbeeld in een klassen-app of tijdens het gamen) onaardig werd gedaan tegen jou of tegen iemand anders? Wat gebeurde er toen?

---

---

---

---

---

Heb je zelf wel eens (per ongeluk) meegedaan aan online pesten? Bijvoorbeeld door een grappige sticker te sturen die achteraf best kwetsend was of door iemand buiten te sluiten in een appgroep? Wees eerlijk!

---

---

---

---

---

## 🛑 Mijn Online Afspraken

Wat doe jij als je online iets ziet of leest waar je buikpijn van krijgt of wat je een naar gevoel geeft?

---

---

---

Bedenk één belangrijke 'gouden regel' voor jouw klas om ervoor te zorgen dat de WhatsApp-groep van de klas voor iedereen gezellig blijft.

---

---

---

# Antwoordblad

## Pagina 1: De verborgen kanten van sociaal media

Vraag 1: B Dopamine
Vraag 2: C Om er perfect uit te zien en foto's mooier te maken.
Vraag 3: A Omdat ze elkaar achter een scherm niet recht in de ogen kijken.
Vraag 4: Twee van de volgende opties: Minder tijd voor huiswerk, minder sporten, minder écht afspreken met vrienden, of slechter/minder slapen.
Vraag 5: Ze verzamelen deze gegevens (zoals wat je leuk vindt en waar je woont) om gerichte reclames te laten zien.
Vraag 6: Praten met ouders of een leerkracht als je een naar gevoel krijgt, twee keer nadenken voor je een foto deelt, of onthouden dat de echte wereld belangrijker is dan de digitale wereld.

## Pagina 2: De zonnige kant van sociale media

Vraag 1: B Dat je heel makkelijk contact houdt met vrienden en familie.
Vraag 2: C Video's monteren, belichting gebruiken en een verhaal vertellen.
Vraag 3: C Je kunt een kort uitlegfilmpje (tutorial) opzoeken van een docent.
Vraag 4: Omdat zij online heel snel een groep mensen of een community kunnen vinden die precies dezelfde unieke interesse of hobby delen.
Vraag 5: Doordat een bericht over de vermiste hond razendsnel gedeeld (geshared) kan worden, zien heel veel buurtgenoten het bericht en kunnen ze in de echte wereld direct helpen met zoeken.
Vraag 6: Dat je dingen leert via handige en mooie beelden (zoals video's) en dat de informatie voor iedereen heel makkelijk en snel te vinden is (bijvoorbeeld via YouTube of TikTok).

## Pagina 3: De Geheimen van de Online Challenge

Vraag 1: B Omdat ze populair willen worden en de kick van likes willen voelen.
Vraag 2: C Het onthoudt waarnaar je kijkt en laat je steeds meer van dat soort video's zien.
Vraag 3: A Omdat de mislukkingen en gevaren uit de video worden geknipt.
Vraag 4: Groepsdruk is het gevoel dat je moét meedoen aan iets. Dit is gevaarlijk omdat het het lastig maakt om nee te zeggen tegen populaire online challenges.
Vraag 5: Je kunt geraakt worden door een bovenleidingskabel (waar duizenden volts stroom op staat) of van de trein vallen door de harde wind en vaart.
Vraag 6: De challenge niet delen of liken (zodat het niet verder verspreid wordt), erover praten met een volwassene, en accounts rapporteren of blokkeren als ze gevaarlijke dingen laten zien.

## Pagina 4: De Onzichtbare Wereld van Cyberpesten

Vraag 1: B Omdat je je smartphone overal mee naartoe neemt en berichten altijd binnenkomen.
Vraag 2: C Dat je achter een scherm sneller grove dingen zegt omdat je de reactie van de ander niet ziet.
Vraag 3: A Je stuurt het slachtoffer een lief privéberichtje of spreekt de pester aan.
Vraag 4: Twee van de volgende opties: Iemand buitensluiten in een groepsapp, een gemene/grappige foto doorsturen, of nare reacties achterlaten onder een video.
Vraag 5: Omdat een bericht of foto met één druk op de knop gedeeld kan worden met de hele school of duizenden vreemden, en het vaak heel lang online blijft staan.
Vraag 6: Omdat je door die lachende emoji de pester helpt en laat zien dat je het gedrag steunt of grappig vindt.