Toets: Bewegingsarmoede

Klas 1

**Naam:**

**Klas:**

**Klas:**

1. Hoe komt het dat we spreken van een bewegingsarmoedige samenleving?

 Alles wordt ons makkelijk gemaakt

 Alleen het reizen kost minder inspanning

 We werken nog maar ¼ van vroeger.

1. Hoeveel uur kijken kinderen gemiddeld per week naar de tv?

 meer dan 5 uur

 meer dan 11 uur

 meer dan 16 uur

3. Zijn bij deze uren het video-kijken en computer spelletjes spelen, meegerekend? `

 Ja

 Nee

1. Er zijn mensen (vooral jongens) die nog vaker tv kijken, 16% van de jongens kijkt ?

 meer dan 23 uur

 meer dan 32 uur

 meer dan 42 uur

5. Vroeger werkte men minstens  3000 uur per jaar

 1640 uur per jaar

 1000 uur per jaar

6. Tegenwoordig is dat  2640 uur per jaar

 1640 uur per jaar

7. Wat hoort niet in dit rijtje thuis?  Sportief

 Minimaal 1 uur per dag flink bewegen

 Sportkleding

 Roken

 Sociale contacten

 Plezier

8. Is lezen en computer spelen, als het niet te lang duurt, goed of niet goed?

 Goed, je traint je oog bewegingen .

oog-hand coördinatie en het is leuk.

 Niet goed, je doet niets en het werkt verslavend.