Toets: Lichaamsbouw en gym

Klas 1

**Naam:**

**Klas:**

**Klas:**



1. Wat valt op bij deze sporter?

 Vetweefsel

 Spierweefsel

 Grote handen

[](http://img.skysports.com/08/09/800x600/Sebastien-Chabal-Gloucester_1230694.jpg)2. Welke sport zal deze man beoefenen?

 Tafeltennis

 Voetbal

 Rugby

 Jeux de boules

3. Welke loopafstand zou deze atlete goed beheersen?

 110 m hordelopen

 60 m sprint

 1500 m hardlopen

 Marathon

4. Is de lengte van de hoogspringer belangrijk?

 Nee, als je maar airmax schoenen draagt

 Ja, je maakt gebruikt van de hefboomwerking van je lichaam

 Nee, als je langer bent raak je sneller de lat

[](http://prozzy.nl/product.php?pid=34&cat=turnen&prod=mini-brug-ongelijk&id=rO0ABXQAk2h0dHA6Ly9jbGlja3MubTRuLm5sL19jP2FpZD01MDI3JmFkaWQ9NjY3NjQxJl9kZj10cnVlJnR1cmw9aHR0cCUzQSUyRiUyRnd3dy5zcG9ydC10aGllbWUubmwlMkZSTCUyRnBlLTUzX200bm5sJTJGYXJ0JTNESUUxMjE5MTIyJTJGLSUzRmNpZCUzRG00bl9ubA==)

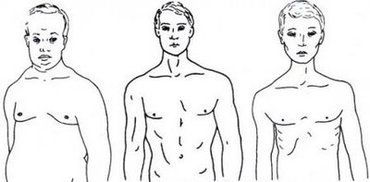
5. Is de lengte van de turnster belangrijk, bij brug?

 Ja, je kunt beter tussen de leggers werken

 Nee, je kunt dan niet bij de hoge legger

 Ja, dan kun je beter gevangen worden

6. Welke lichaamstypen zien we hier? Vul de letter in of zet de letter achter de juiste omschrijving.



A B C

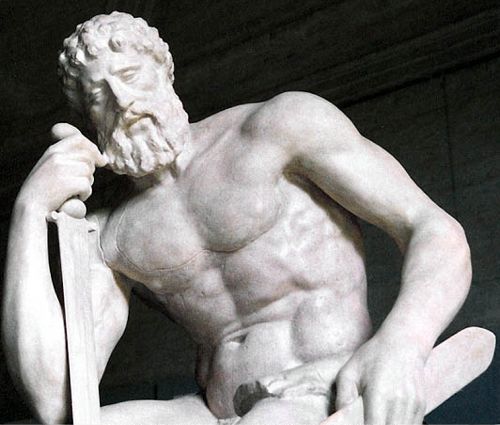
 Sport type

 Veel onderhuids vetweefsel type

 Tenger type

7. Er zit een groot verschil tussen goden. Kruis aan welke atletisch zijn.





  

8. Als jouw lichaam er zo uit zo zien, zou je dan normaal

kunnen bewegen, spelen en fietsen?

 Ja

 Nee

9. Of je dik of dun bent heeft alleen te maken met wat je eet en drinkt

 Juist

 Onjuist

**Extra vragen GL/KL:**

10. De ideale lichaamsbouw is in veel culturen verschillend. Kun je een voorbeeld geven van een sport waarbij de sporters een zeer forse lichaamsbouw hebben?

-

11. In de atletiek is een bepaalde lichaamsbouw belangrijk op de verschillende onderdelen. Welk onderdeel past bij:

- Lang en tenger type: …………………

- Breed en gespierd: …………………