**Vraag 1 t/m 10**

**1) Waarom vind jij gezondheid waardevol?**

**Geef 2 argumenten.**

**2) Wanneer voel jij je lichamelijk goed?**

**3) Wanneer voel jij je geestelijk goed?**

**4) Wanneer voel jij je sociaal goed?**

**5) Lees de onderstaande uitspraken en kruis dan aan bij welk**

**soort welzijn ze horen.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **antwoord** | **Lichamelijk welzijn** | **Geestelijk welzijn** | **Sociaal welzijn** |
| Als ik tevreden ben. |  |  |  |
| Als ik het gevoel dat ik erbij hoor. |  |  |  |
| Als ik kan meedoen aan sport. |  |  |  |
| Als ik goed met iedereen kan opschieten. |  |  |  |
| Als ik goed slaap. |  |  |  |
| Als ik me blij voel. |  |  |  |
| Als ik mijn werk op school goed kan doen. |  |  |  |
| Als ik geen pijn heb. |  |  |  |
| Als ik me vlug thuis voel in een nieuwe klas. |  |  |  |

**6)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kruis het juiste antwoord aan in de kolom.** | **gezond** | **ziek** |
| 1. Arnoud is gevallen en heeft zijn arm in het gips. Hij gaat wel naar school. |  |  |
| 2. Hans is verkouden en gaat niet naar school. Hij zit op bank tv te kijken. |  |  |
| 3. Erik heeft 1 jaar geleden een ongeluk gehad. Hij kan nu niet lopen en zit in rolstoel. |  |  |
| 4. Patrick kan zich moeilijk aanpassen en voelt zich niet thuis in zijn nieuwe klas. |  |  |
| 5. Tamara heeft last van erge hoofdpijn en gaat niet naar school. |  |  |
| 6. Sanne heeft astma ze kan niet alles doen. Ze krijgt af en toe een benauwdheids aanval. |  |  |
|  |  |  |

**7) Met welke stelling ben jij het eens? Licht je antwoord toe.**

1e Stelling:

Micha zegt: Ik zet mijn radio zachter als ik weet dat mijn buurjongen in bed ligt te slapen.

Ik vind dat je rekening moet houden met anderen.

2e stelling:

Ronald zegt: Ik ben alleen verantwoordelijk voor mijn gezondheid. Met anderen heb ik niets te maken

Dus ik hoef geen rekening te houden met anderen mensen. Zij moeten maar voor zichzelf zorgen.

**8) Kun je een handicap voorkomen? Leg je antwoord uit.**

**9) Geef 4 voorbeelden die jezelf kunt doen om gezond te blijven.**

**10) Noem 5 factoren (dingen) die invloed hebben op je**

**gezondheid.**