



Uitgeverij Eenvoudig Communiceren | Lezen voor iedereen

www.eenvoudigcommuniceren.nl

www.lezenvooriedereen.be

Mijn leven

IK LEEF GEZOND



LES MATERIAAL

bij 'Ik leef gezond'



Serie Mijn leven

Titel Ik leef gezond

Aantal pagina's 32

ISBN 978 90 8696 239 6

Prijs € 15,-

DOOR SAAREIN TE BRAKE

Licentie digitaal lesmateriaal bij *Ik leef gezond*: € 100,-.
Gratis bij aanschaf van 20 of meer exemplaren.

Hoofdstuk 1: Ziek

1 Van bacteriën kun je ziek worden. Hoe kun je bacteriën binnenkrijgen? Noem drie manieren.

1)

2)

3)

2 Noem twee voorbeelden van ongezond leven.

1)

2)

3 Stel, je rookt en drinkt niet. Kun je toch kanker krijgen?

.....

4 Wat kun je beter doen als je ziek bent: op bed liggen of sporten? Leg je antwoord uit.

.....

.....

5 Wat is het verschil tussen een bacterie en een virus?

.....

.....

6 Iemand met een goede weerstand is sneller beter dan iemand met een lage weerstand. Hoe komt dat?

.....

.....



DOEN!

7 Hoe gezond leef jij?

Vul de kolommen met voorbeelden uit jouw leven.

Bij 'Gezond' vul je bijvoorbeeld in 'Ik sport 3 x per week'. Bij 'Niet zo gezond'

vul je bijvoorbeeld in 'Ik eet vaak een hele zak chips.'

GEZOND

NIET ZO GEZOND

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Hoofdstuk 2: Koorts

1 Je lichaamstemperatuur is 37,8 graden. Wat is er aan de hand?

.....

2 Waarom moet je thee, water of bouillon drinken als je ziek bent?

.....

3 Hoe weet je of iemand koorts heeft? Noem vier dingen waardoor je dat kunt weten.

1)

2)

3)

4)

4 Op welke plekken kun je met een thermometer je lichaamstemperatuur meten?

.....

.....

.....

.....

5 Meer dan 40 graden koorts is heel gevaarlijk. Wat is het gevaar?

.....

.....

