

HET
ORANJE KRUIS



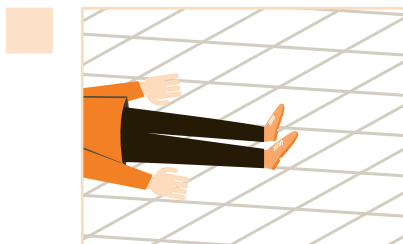
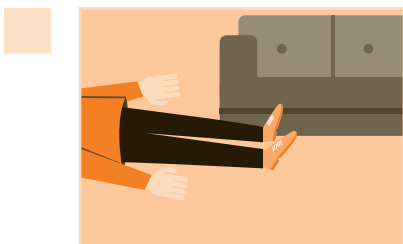
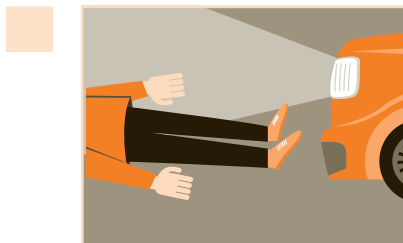
BEHOREND
BIJ HET
ORANJE KRUIS
JEUGD
BOEKJE

JEUGD
WERKBOEKJE



✦ Vraag 8

Bekijk de plaatjes. Bespreek met een maatje in welke situaties de Rautekgreep gebruikt moet worden en waarom. Zet een kruis bij de plaatjes waarbij jullie de Rautekgreep nodig vinden.

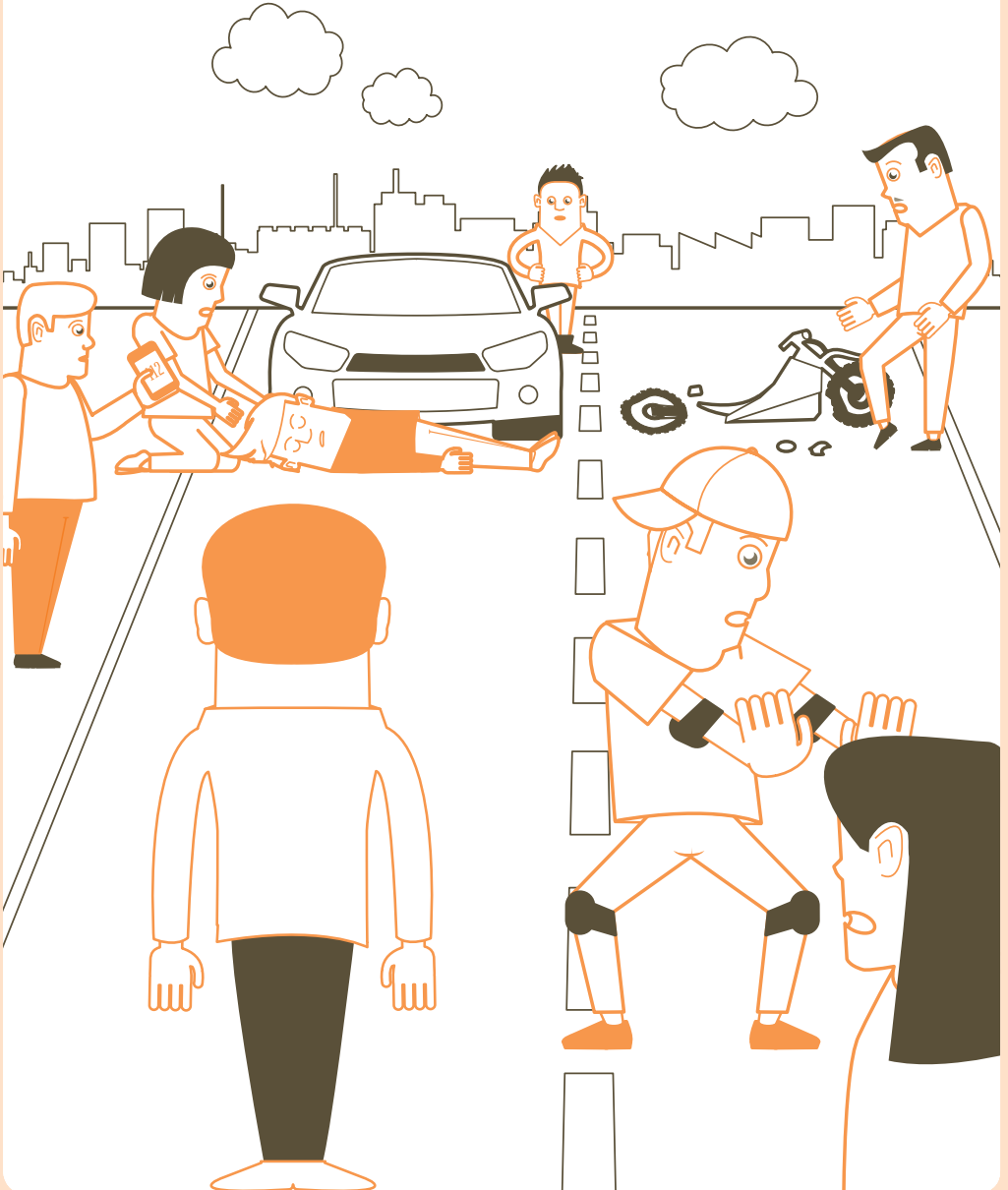


✦ Vraag 9 OEFENEN

Oefen de Rautekgreep met je maatje. Wees voorzichtig, denk om je rug. Stop na Stap 7.

+ Vraag 10

Kijk naar het plaatje. Mensen doen dingen goed, maar ze doen ook dingen fout. Zet een groene krul bij wat goed is. Zet een rood kruis bij wat fout is.



4 TEMPERATUUR

► **Vraag 1a**

Wat is een normale lichaamstemperatuur?

► **Vraag 1b**

Je hebt het vast weleens heel erg warm gehad.

Waar was je toen en waarom had je het zo warm?

► **Vraag 1c**

Je hebt het vast weleens heel erg koud gehad.

Waar was je toen en waarom had je het zo koud?

4.1 Oververhitting

► Vraag 2

Je raakt niet zomaar oververhit als je bijvoorbeeld met warm weer buiten bent. Vaak komt oververhitting door een combinatie van dingen. Bedenk verschillende oorzaken waardoor je oververhit kunt raken. Zet ze in de woordspin.



► Vraag 3

Het is sportdag. De zon schijnt fel. Na afloop van de estafette heeft je vriendin heel erge kramp in haar kuiten. Jij gaat haar helpen. Wat doe je? Zet de stappen in de goede volgorde. Geef ze nummer 1 tot en met 4.

- Breng haar naar een koele plaats.
- Stretch, koel en masseer haar spieren.
- Geef haar drinken en iets zouts om te eten.
- Zeg dat ze zich minder in moet spannen.

► Vraag 12

Ontwerp een sticker met de woorden:
Eerst water, de rest komt later.

**► Vraag 13**

Voor welke wond heb je het nodig? Schrijf het erachter.

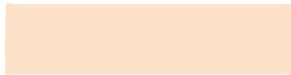
pleister



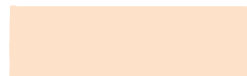
hechtstrips



water



pincet



6 BEWEGEN

► Vraag 1a

Bekijk de tekening. Voel aan je eigen hand.



Welke kleur botjes voel je het best?

De botjes.

Welke kleur botjes voel je moeilijk?

De botjes.

► Vraag 1b

Trek je hand om op een wit A4'tje. Teken alle botjes in de hand. Geef ze de juiste kleur.