

bijlagen groep 7 en 8

bijlage 1 opdrachten bij de meetstations

meetstation 1 lengte

*waarop letten bij
het meten van
lengte?*

- lichaamslengte
netjes rechtop gaan staan, schoenen hoeven niet uit;
- beenlengte
meet vanaf de zool van de schoen tot het heupbot (het uit-stekende botje);
- armlengte
meet vanaf de top van de langste vinger tot de oksel;
- armspan
- handspan
strek de hand en vingers en meet van duimpunt tot pinkpunt.



meetstation 2 armkracht

opdracht drukkracht

Meet van ieders 'voorkeurs'-arm (links of rechts) de duw- of drukkracht.

Deze wordt gemeten door te drukken op een personenweegschaal. Druk alleen met de arm, niet met het hele gewicht.

Lees zo nauwkeurig mogelijk de kracht (het gewicht af) en noteer dit op de lijst.

De nauwkeurigheid hangt af van de weegschaal.

opdracht draagkracht

Laat de leerling de armen voor zich uit strekken op schouderhoogte. Leg een stapel boeken op de open handen.

De armen moeten op schouderhoogte gestrekt blijven.

Meet met de stopwatch de tijd dat de leerling het volhoudt en noteer deze op de lijst.

Noteer de gegevens op de lijst.



station 3 reactiesnelheid

opdracht

test 1 liniaal vangen

De ene leerling houdt een liniaal bij de punt vast, de liniaal hangt naar beneden. De andere leerling (de vanger) staat klaar met duim en wijsvinger bij de 0. De eerste leerling laat de liniaal los, de vanger moet proberen zo snel mogelijk de liniaal tussen duim en wijsvinger te vangen.

De plek op de liniaal waar de vanger de liniaal vangt is de maat voor de reactiesnelheid. Noteer de lengte - de valafstand - in centimeters op de lijst.

Ieder krijgt twee kansen, de kortste afstand telt. Als de liniaal niet wordt gevangen noteer je een streepje.

test 2 tijd op computer

Schrijf de score over die je krijgt bij het spelen van dit reactie-spelletje:

http://www.spele.nl/game/reactie_tijd/test_je_reactie.html



station 4 volume

opdracht

Zorg dat het water in de maatbeker op een vaste hoogte staat, bijvoorbeeld 700 ml. Doe vooraf een elastiekje om je pols bij de botuitsteeksels (dit om eerlijk te kunnen meten). Hou je vuist in het water tot aan het elastiekje. Het water stijgt dan. Lees het volume af. Het verschil tussen het volume met en zonder vuist is het volume van je hand.

Schrijf het verschil op in de lijst.



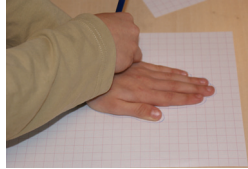
station 5 oppervlakte

opdracht

Zet je naam op het papier.

Leg je hand met de vingers en duim tegen elkaar op het ruitjespapier. Iemand anders trekt de vorm van je hand met een pen of potlood om op het ruitjespapier.

Bepaal dan de oppervlakte door handig tellen van de vierkantjes. Noteer de oppervlakte in de lijst.



bijlage 2 invullijsten voor de meetstations

[illegible]