

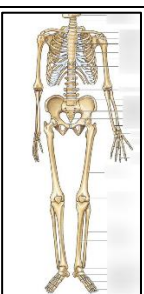


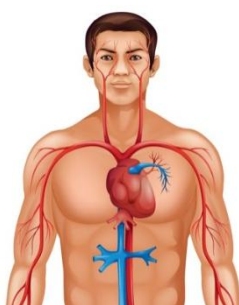
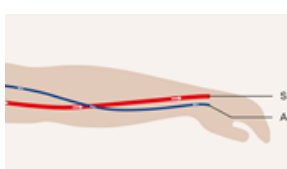



Opdracht 1. Wat is het? Schrijf het erbij.

1. Schrijf de woorden op

	<hr/>		<hr/>
	<hr/>		<hr/>
	<hr/>		<hr/>
	<hr/>		<hr/>

Opdracht 2. Lezen. Waar of niet waar?

Sporten

Het is januari. Leah heeft een goed voornemen: ze wil gaan sporten.

Ze is een beetje te dik. En haar spieren zijn stijf.

Leah belt de sportschool. Ze kan komen op donderdagavond om 19.00 uur.

Leah koopt nieuwe sportschoenen en een sportbroek.

Ze vindt het wel spannend, maar ook leuk.

De sportleraar heet Kaj. Hij vraagt: "Leah, ben je gezond?"

"Ja hoor," zegt Leah. "Ik ben gezond. Maar ik ben een beetje stijf. En ik wil afvallen."



De loopband



De crosstrainer

Dan gaat ze beginnen. Eerst op de loopband. Dat gaat goed. Dan op de hometrainer. Dat vindt Leah moeilijk. Ze zweet heel erg. "Doorgaan!" roept Kaj.

Leah hijgt. Ze vindt het moeilijk!

Gelukkig, ze mag stoppen.

"Nu ga je op de crosstrainer," zegt Kaj. "Dat is goed voor je hart. En je spieren worden sterk."

Leah gaat beginnen. Maar o, wat is het zwaar en moeilijk!

Ze is nat van het zweet. Maar Kaj roept weer: "Kom op! Ga door!"

Leah moet bijna huilen. Ze veegt een traan van haar gezicht.

Om 20.00 is ze klaar. "Goed gedaan!" zegt Kaj. "Tot volgende week!"

Maar Leah denkt: Pfff... ik kom niet terug!

Kaj zegt: "Sport is leuk hè!"

"Ja", zegt Leah, "maar alleen op tv!"

De sportschool



Waar of niet waar?

Het is winter	Waar / niet waar
Leah wil afvallen	Waar / niet waar
Leah heeft spierpijn	Waar / niet waar
Leah gaat op donderdagmiddag naar de sportschool	Waar / niet waar
Leah gaat om 7 uur 's avonds naar de sportschool	Waar / niet waar
Leah koopt een nieuw t-shirt	Waar / niet waar
Leah heeft geen zin om naar de sportschool te gaan	Waar / niet waar
Op een hometrainer moet je fietsen	Waar / niet waar
Leah gaat eerst op de loopband	Waar / niet waar
Leah vindt de crosstrainer het leukst	Waar / niet waar
Leah is een uur op de sportschool	Waar / niet waar
Leah zweet, want ze is bang	Waar / niet waar
De sportleraar heet Karel	Waar / niet waar
Leah moet een beetje huilen	Waar / niet waar
Leah gaat niet meer terug naar de sportschool	Waar / niet waar

Opdracht 3. Samen praten

- Wat is 'een goed voornemen'?
- Heb jij ook goede voornemens?
- Doe jij aan sport? Welke sport vind je leuk?
- Ben je wel eens naar een sportschool geweest?
- Welke sporten ken je? Noem ze op.
- Kijk jij ook naar sport op tv? Welke sporten?

Opdracht 4. Zinnen maken

1	zitten	Mijn hersenen	mijn hoofd	in	
2	bloed	leven	kun je	Zonder	niet
3	gisteren	Wie	zijn botten	heeft	gebroken?
4	Alle botten	het lichaam	heten	in	het skelet
5	stinkt	Mijn bloes	zweet	naar	
6	jij	naar de dokter	Ben	geweest?	gisteren
7	de dokter	onderzoekt	Wanneer	jouw hart?	
8	heeft	tranen	in	Mehmet	zijn ogen

Opdracht 5. Schrijf het goede woord in de zin

Kies uit: zweet – ader – bot – hart – hersenen – bloed

1. Mijn klopt snel, want ik heb gefietst.
2. Met mijn kan ik denken.
3. Roy heeft het warm. Het staat op zijn voorhoofd.
4. De dokter prikt met de naald in mijn
5. Au! Ik snijd in mijn vinger. Er komt uit.
6. Esmá is verdrietig. Ze snikt en er komen uit haar ogen.
7. Fatima valt van de fiets. Zij breekt een in haar pols.



Opdracht 6. Vul in

