

## Invulblad bij opdracht 4

**⚠ Let op! Kijk iedere keer voordat je met een opdracht begint eerst bij 'Handelingen' op de WebQuest.**

### 4a *De Body-Mass-Index*

Nadat je de test op internet hebt gedaan vul je hieronder je gegevens in:

Je leeftijd:

Je Body-Mass-Index:

Je lengte:

Wat is de uitkomst van de test bij jou?

Je gewicht:

- je bent te licht
- je hebt een gezond gewicht
- je bent te zwaar
- je bent veel te zwaar

Ik ben een

- jongen
- meisje

### 4b *De schijf van vijf*

Bij deze opdracht ga je met behulp van de schijf van vijf testen of je gezond eet.

1. Schrijf alles op wat je gisteren hebt gegeten en gedronken.

---

---

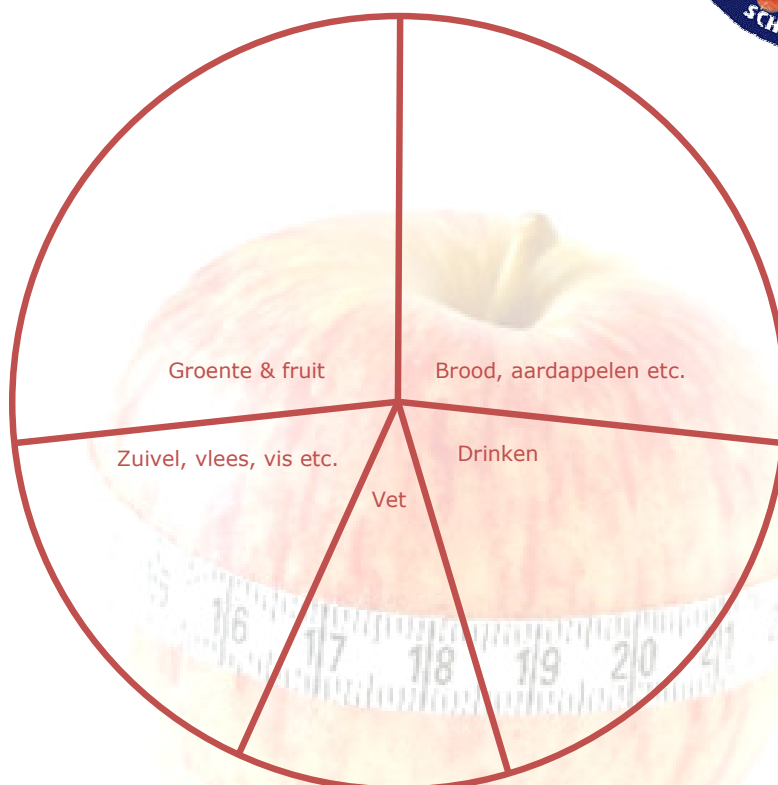
---

---

---



2. Vul de vakjes van de schijf van vijf in. Gebruik hiervoor de dingen die je **gisteren** hebt gegeten en gedronken. Beantwoord de onderstaande vragen.



Denk je dat je gezond eet? Waarom denk je dat?

---

---

---

Heb je eten uit alle vakjes van de schijf van vijf iets gegeten?

- Ja
- Nee

Eet je veel groente?

- Ja
- Nee