

# Whizz-Art

Algemene informatie

## Klas 6

### Thema 3: Baas over je eigen lichaam

#### Overkoepelend thema

Biba saludabel  
(Gezonde leefstijl)

Klas 1	Klas 2	Klas 3	Klas 4	Klas 5	Klas 6
Wak con mi ta crece!	No duna malesa contagioso un chens	Move ta pret!	Cuminda saludabel	Sinti bo mes bon: bo no ta bo so	Doño di bo propio curpa
<i>Kijk eens hoe ik groei!</i>	<i>Geef ziekte-makers geen kans</i>	<i>Bewegen is leuk!</i>	<i>Gezonde voeding</i>	<i>Lekker in je vel: je staat er niet alleen voor</i>	<i>Baas over je eigen lichaam</i>

 Stadionweg 37  
Aruba

 +297 5283400

 info@ea.aw

 www.ea.aw

#### Levensboodschap

Mente sano, curpa sano: e fundeshi pa tur locual cu nos haci  
(Een gezonde geest in een gezond lichaam: de basis voor alles wat je doet)

#### Inhoud van het thema

Veel mensen op Aruba en ook jonge mensen zijn verslaafd. Ze zijn bijvoorbeeld verslaafd aan drugs, alcohol of roken, chatten, videogames, gokken, internet, winkelen of overmatig eten. Hoe komt het dat mensen verslaafd raken? Waar moeten leerlingen op voorbereid worden om ervoor te zorgen - ook wanneer ze groter worden - dat ze zo sterk en slim zijn dat ze nooit verslaafd gaan worden. Ze moeten 'baas over hun eigen lichaam' blijven! In dit thema wordt het versterken van weerbaarheid ten opzichte van bijvoorbeeld groepsdruk die gevoeld wordt besproken. De leerlingen leren dat ze zelf verantwoordelijk zijn voor hun eigen gezondheid. Dit verantwoordelijkheidsgevoel moet aangeboden worden.



## Inhoud in steekwoorden

Vormen van verslaving, risicogedrag, risicofactoren zoals nieuwsgierigheid, gebrek aan informatie, verveling, groepsdruk/peerpressure, laag zelfvertrouwen, thuissituatie, verantwoordelijkheidsgevoel voor eigen gezondheid, werking van het lichaam onder verschillende omstandigheden.

## Kernvraag

Hoe blijf je de baas over je eigen lichaam?

## Deelvragen

1. Wat is verslaving en welke vormen van verslaving bestaan er?
  2. Wat zijn de gevolgen van verslaving?
  3. Wat zijn de oorzaken of risicofactoren voor verschillende verslavingen?
  4. Hoe blijf je de baas over jouw eigen lichaam onder maatschappelijke druk, o.a. social media?
- 