

KEUZEBAAS

Praktijkonderwijs
1e en 2e leerjaar

SNEAK
PREVIEW

WERKBLAD FARAH MAAKT EEN KEUZE



STOP



DENK EN KIES



DOE



STOP! DENK

Farah heeft een keuze!

- STAP 1** Wat is het probleem van Farah?
STAP 2 Welke keuzes kan Farah maken?
STAP 3 Wat is het voordeel en het nadeel van keuze 1?
Wat is het voordeel en het nadeel van keuze 2?
STAP 4 Farah doet wat jij gekozen hebt!

VUL HET STAPPENPLAN IN:

STAP 1 Wat is het probleem van Farah?

STAP 2 Welke keuzes kan Farah maken?

KEUZE 1

KEUZE 2

STAP 3 Wat is het voordeel en het nadeel van keuze 1?

KEUZE 1

voordeel:



nadeel:



Wat is het voordeel en het nadeel van keuze 2?

KEUZE 2

voordeel:



nadeel:



KIES

STAP 4 Welke keuze vind jij het beste?

De beste keuze vind ik:

DOE!

FARAH DOET WAT JIJ GEKOZEN HEBT!



WERKBLAD 3 DAGEN GEZOND!

IK GA 3 DAGEN: KIES ÉÉN DING UIT

Meer sporten

☐

Gezonder eten
(bijv. meer fruit)

☐

Minder gamen of
social media gebruiken

☐

Vul zelf iets in

☐

WAAROM IS DEZE AFSpraak BELANGRIJK?

WAAR BEGIN IK MEE?

WIE HELPT OM MIJN AFSpraak TE LATEN LUKKEN?

Mijn ouders

☐

Mijn broer/zus

☐

Mijn vrienden

☐

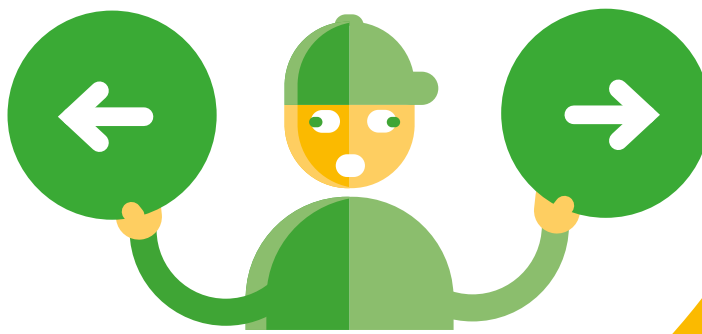
Mijn school

☐

MAAK HET LEUK!

LAAT ZIEN DAT JE EEN AFSpraak HEBT!





KEUZESTRIP ROOS EN TARIK

ROOS EN TARIK

Het is pauze op school. Tarik en Roos staan met vrienden op het schoolplein. Tarik vindt Roos leuk. "Kijk jongens!" Roos haalt een paar sigaretten uit haar tas. Ze steekt een sigaret op en neemt een trekje. Ze geeft ook sigaretten aan haar vrienden. Ze vraagt aan Tarik of hij ook wil. Tarik twijfelt. Hij vindt roken vies. Maar hij is bang als hij nee zegt, dat Roos hem niet meer leuk vindt. Wat moet hij doen?

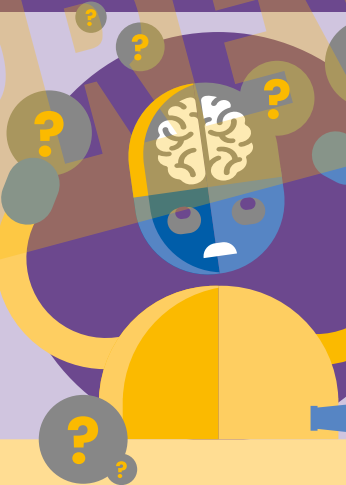


STOP! WE GAAN NAAR HET STAPPENPLAN...



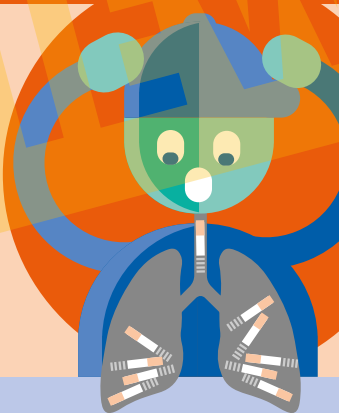
SNEAK
PEEK

RISICO ALCOHOL



- 1 Comazuipen
- 2 Niks kunnen herinneren
- 3 Kater
- 4 Dingen doen die je niet wil

RISICO VAN ROKEN LATER



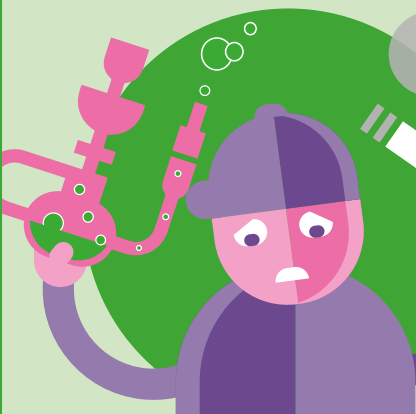
- 1 Kanker
- 2 Longziektes
- 3 Hartproblemen
- 4 Korter leven

RISICO VAN ROKEN - NU



- 1 Slechter kunnen sporten
- 2 **Kost veel geld**
- 3 Slechte adem en huid
- 4 Verslaving

RISICO WATERP



- 1 **Net zo slecht als roken**
- 2 Kanker
- 3 Longziektes
- 4 Hartproblemen

RISICO WIET



- 1 **Moeilijk opletten**
- 2 Je slecht voelen
- 3 In de war raken
- 4 Verslaving

RISICO LACHGAS



- 1 **Bewusteloos**
- 2 Wonden en littekens
- 3 Bevriezen
- 4 Tintelingen en gevoel weg