

Paspoort

1.

Naam:

Straat:

Plaats:

Land:

School:

Groep:

2.

- Jongen
- Meisje

3. Haarkleur:

4. Kleur ogen:

5. Schrijven

- Linkshandig
- Rechtshandig

6. Voetballen

- Met je linkerbeen
- Met je rechterbeen

7. Armen over elkaar

- Rechterarm boven
- Linkerarm boven

8. Trui aantrekken

- Hoofd eerst
- Armen eerst

Meetvragen:

9. Lengte:

10. Gewicht:


11. Kracht in de armen:

12. Spanwijdte:

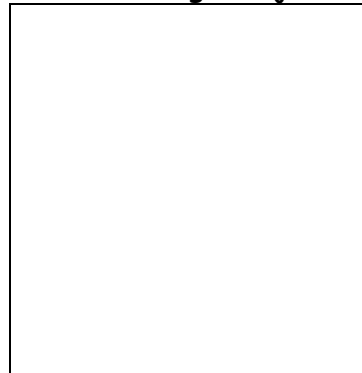
13. Omtrek van het hoofd:

14. Aantikhoogte:

15. Vingerafdruk:



16. Tekening van jezelf:



Lengte

1. Trek je schoenen uit.
2. Ga met je rug tegen het meetlint staan en druk je hoofd goed tegen het lint.
3. Laat iemand met een liniaal kijken hoe lang je bent. De liniaal moet goed recht op je hoofd gedrukt zijn. Haren tellen niet mee bij lengte!
4. Schrijf je lengte op je paspoort.

Gewicht

1. Trek je schoenen uit.
2. Ga op de weegschaal staan.
3. Kijk hoeveel je weegt.
4. Schrijf je gewicht op je paspoort.

Kracht in je vingers

1. Pak de weegschaal in de hoeken aan de bovenkant vast.
2. Knijp zo hard mogelijk met beide handen in de weegschaal.
3. Kijk hoeveel kilo je kunt knijpen.
4. Schrijf dit op je paspoort.

Spanwijdte

De spanwijdte is hoe breed je bent, als je je armen helemaal uit elkaar houdt.

1. Laat iemand je helpen met een meetlint.
2. Hou je armen zo ver mogelijk uit elkaar. Zorg ervoor, dat je ze goed recht houdt.
3. Laat je helper het meetlint vasthouden bij je linkermiddelvinger.
4. Het meetlint is niet lang genoeg voor je hele spanwijdte. Helper: leg je vinger bij 100cm. Dan haal je het meetlint weg en leg je de 0cm weer bij je vinger. Dan kun je het laatste stuk tot aan de rechtermiddelvinger meten.
5. Schrijf je spanwijdte op je paspoort.

Omtrek van je hoofd

Meet je hoofd door het meetlint om je hoofd te houden, net boven je wenkbrauwen. Schrijf de omtrek van je hoofd op je paspoort.

Vingerafdruk

Druk je vinger stevig op het stempelkussen en maak een mooie afdruk in het hokje op je paspoort.

Aantikhoogte

Hoe hoog kun je springen?

1. Druk je vinger stevig op het stempelkussen.
2. Ga voor de muur met het papier staan.
3. Spring zo hoog je kunt en tik het papier aan.
4. Ga op de stoel staan en schrijf je naam bij de vingerafdruk die je hebt gemaakt.
5. Kijk met behulp van het meetlint ook hoe hoog je precies hebt gesprongen. Je kunt met het potlood een dun, recht lijntje trekken naar van de bovenkant van je vingerafdruk naar het meetlint.
6. Schrijf je aantikhoogte op je paspoort en op de leerlingenlijst.