**Opdrachtblad**

**Je leefstijl kan gevolgen hebben voor je gezondheid. Als je voldoende en regelmatig eet, beweegt en slaapt en voorzichtig bent met genotmiddelen, heb je minder kans op gezondheidsproblemen. Ook door de juiste maatregelen te nemen kan je de kans op gezondheidsproblemen verkleinen. Bij deze opdracht ga je onderzoek doen naar de relatie tussen leefstijl en gezondheid. Hoe je onderzoek doet is vrij, maar het onderwerp moet gaan over leefstijl en gezondheid. Je onderzoekt een onderwerp wat jou fascineert en verwerkt de uitkomsten in een werkstuk.**



**DE OPDRACHT:**

Je mag zelf kiezen over welk onderwerp jij meer wilt weten en wat jij dus gaat onderzoeken. Kies één van de onderwerpen hieronder uit de lijst, of bedenk zelf een relevant onderwerp.

Bij leefstijl en gezondheid, als onderwerp, kan je denken aan:

* Liefde
* LHBTQ+
* Sporten
* Psychische gezondheid
* Verdriet
* Geluk
* Chronische ziekte
* Pijn
* Drank
* Drugs
* Eetgedrag
* Rookgedrag
* Lichaamshouding
* Slapen
* Stress

**VERSLAG:**

Het verslag bevat de volgende onderdelen:

1. **Inleiding:**
* *Wat is jouw (persoonlijke) fascinatie voor het onderwerp? (Waarom wil je dit onderwerp onderzoeken?)*
* *Wat wil je ontdekken over het onderwerp?*
* *Hoe ben je te werk gegaan bij deze opdracht?*
1. **Kern:**
* *Wat heb je ontdekt over dit onderwerp?*
* *Welke positieve gevolgen kunnen bepaalde keuzes hebben voor je gezondheid?*
* *Welke negatieve gevolgen kunnen bepaalde keuzes hebben voor je gezondheid?*
* *Welke maatregelen kan je nemen om de kans op gezondheidsproblemen te verkleinen?*
1. **Conclusie:**
* *Wat is het belangrijkste inzicht dat dit onderzoek jou heeft opgeleverd?*
* *Verwerk dit inzicht in een passende (zelfgemaakt of bestaande) media-uiting*
* *Waarom heb je voor dit beeld gekozen?*
* *Wat is de boodschap van jouw media-uiting?*
* *Waar ben je tevreden over en wat vond je lastig aan deze opdracht?*

**Eisen bij het verslag:**

* Maak gebruik van ten minste drie betrouwbare bronnen en benoem deze ook in je verslag!
* Maak een verslag van minimaal 700 woorden en maximaal 1000.
* De onderzoeksmethode is vrij.
* Zorg ervoor dat je antwoorden onderbouwd zijn en let op spelling en grammatica.

**MEDIA-UITING:**

Bij je verslag maak vervolgens ook nog een passende media-uiting. Je kan denken aan de volgende vormen:

* Gedicht
* Songtekst
* Filmpje
* Poster
* Muziekstuk
* Illustratie(s)
* Fotoserie
* Reclamecampagne
* Magazineartikel

**BEOORDELING:**

Je eindbeoordeling wordt gebaseerd op:

* De kwaliteit van de informatie en het onderzoek
* De kwaliteit van het geschreven verslag (inleiding, kern en slot)
* Het brongebruik (betrouwbaar en duidelijk aangegeven)
* De kwaliteit van de passende media-uiting