

Katja's Bodyscan in de klas

Kun je je geheugen verbeteren?

Leeftijd: **13-15 jaar**
Niveau: V0 onderbouw

Samengevat

Iedereen maakt het een keer mee: je vergeet waar je je sleutels gelaten hebt of je komt iemand tegen waarvan je zeker weet dat je hem of haar kent, maar je kunt niet op de naam komen. Katja Schuurman heeft hier soms ook last van. En dat terwijl zij als presentator en acteur juist heel goed is in teksten onthouden. Hoe kan het toch dat je soms wel en andere keren niet iets onthoudt? En is het mogelijk om je geheugen te verbeteren?

Vakgebied

Biologie

Kernbegrippen

Beweging, geheugen, psychologie

Kerdoelen

Deze video sluit aan bij de volgende kerndoelen in het voortgezet onderwijs:
Onderbouw: Mens en Natuur: 34.

Verdieping

Deze video is onderdeel van de serie '[Katja's Bodyscan in de klas](#)'. Op [Schooltv.nl](#) vind je meer uit deze serie, zoals: '[Hoe voelt het om oud te zijn?](#)'.

Antwoorden

1a beter **b** slechter **2a** Om haar creativiteit in beweging te krijgen. **b** Dit is belangrijk omdat ze bij elke persoon een verhaaltje en een beeld moet verzinnen, ze moet dus creatief denken. **3a** 30 **b** 48 **4a** Beter **b** Ze was niet bewust genoeg bezig met onthouden. Met deze nieuwe techniek deed ze dat wel. **5ab** Eigen antwoord.

in de klas

Kijkvragen

1 Omcirkel de juiste antwoorden.

a Uit een experiment in 1975 blijkt dat mensen onder water dingen **beter/slechter** onthouden dan boven water.

b Uit het experiment waar Katja aan meedoet blijkt dat mensen onder water dingen **beter/slechter** onthouden dan boven water.



2a Waarom adviseert de geheugenexpert Katja om even te bewegen nadat iemand zich aan haar voorstelt?

b Waarom helpt dat bij deze methode van namen onthouden?

3 Katja heeft 50 mensen ontmoet.

a Hoeveel namen wil Katja goed hebben?

b Hoeveel heeft ze er goed?

4a Blijkt Katja's geheugen beter of slechter dan ze vooraf dacht?

b Hoe verklaart ze dat?

Verdiepingsvragen

5a Heb je zelf meer moeite met het onthouden van namen of van gezichten?

b Denk je dat je jouw geheugen ook kunt verbeteren door de techniek die Katja in de video leerde? Probeer het eens uit!