

## Katja's Bodyscan in de klas

### Hoe voelt het om oud te zijn?

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

#### Samengevat

We willen allemaal gezond blijven en zo oud mogelijk worden. Katja is hier geen uitzondering in. Zij wil minstens 100 jaar worden. Ze slikt allerlei pillen om gezonder te worden: vitamines, mineralen en visolie. Katja's grootouders zijn allemaal heel oud geworden. Ze hoopt dat het haar ook lukt. Daarom wil ze erachter komen wat ze daarvoor moet doen en hoe de wetenschap haar daarbij kan helpen.

#### Vakgebied

Biologie

#### Kernbegrippen

Groei, ouderdom, beweging

#### 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](http://Schooltv.nl) vind je meer over het menselijk lichaam, zoals: '[Hoe is het om dik te zijn?](#)' uit de serie '[Proefkonijnen in de klas](#)'.

#### Antwoorden

**1a** 40 **1b** 85 en 90 jaar. **c** 100 **2** Betere hygiëne, gezonder voedsel, vooruitgang van de medische wetenschap. **3a** Katja's reactievermogen en spierfunctie. **3b** Katja's spierkracht (in haar hand). **3c** Lager: haar biologische leeftijd is 36, haar echte leeftijd is 40. **4** 'Gewoon normaal en gezond leven.' Niet roken, weinig alcohol, genoeg bewegen en leuke dingen doen. **5** Eigen antwoord. Zoals: 10.000 jaar geleden gingen er meer mensen dood door wilde dieren en geweld.

## in de klas

### Kijkvragen

**1** Vul hieronder de woorden in.  
**a** Tienduizend jaar geleden was onze levensverwachting ongeveer \_\_\_ jaar.  
**b** Tegenwoordig worden mannen in Nederland gemiddeld \_\_\_ jaar oud en vrouwen gemiddeld \_\_\_ jaar oud.  
**c** De wetenschap voorspelt dat de helft van de baby's die nu geboren worden \_\_\_ jaar oud wordt.

**2** In de video worden drie redenen genoemd waarom we nu ouder worden dan vroeger. Noem deze drie redenen.

**3** Dokter Andrea Maier gaat onderzoeken wat Katja's biologische leeftijd is.

**a** Wat meet ze met de loopbandtest?

**b** Wat meet ze met de tweede test?

**c** Is Katja's biologische leeftijd hoger of lager dan haar echte leeftijd?

**4** Mijntje is 88 jaar oud. Wat zijn volgens haar de redenen dat ze deze leeftijd bereikt heeft?



### Verdiepingsvragen

**5** Kun je naast de drie redenen die in de video genoemd worden nog een reden verzinnen waarom we nu (in Nederland) langer leven dan tienduizend jaar geleden?