

MENS & NATUUR

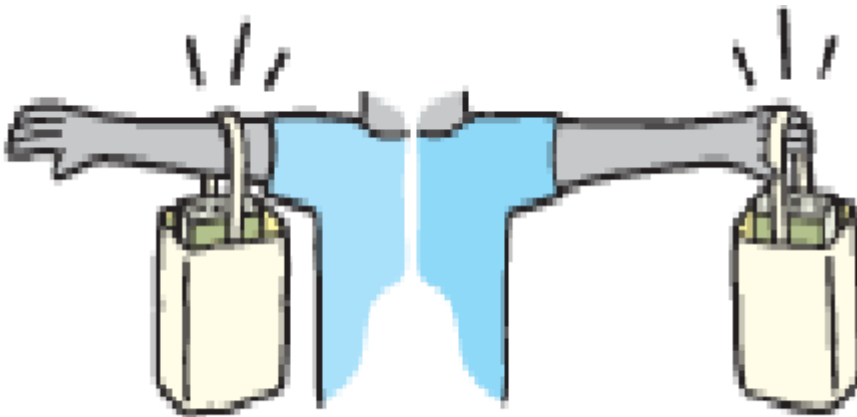
THEMA BEWEGINGEN EN OVERBRENGINGEN – PROEFJE “SCHOOLTAS”

Wat heb je nodig?

- Twee schooltassen met hengsel
- Twee gelijke stapels boeken

Wat moet je doen?

- Stop de stapels boeken in de tassen.
- Zorg dat de tassen allebei ongeveer even zwaar zijn.
- Hang een boekentas over je rechterarm ter hoogte van je elleboog.
- Pak met je linkerhand de andere boekentas op.
- Strek beide armen zoals op het plaatje hieronder.
- Probeer je armen zo lang mogelijk gestrekt te houden.



Vraag 1

Welke arm kon je het langste strekken?

.....

Vraag 2

Komt dit omdat de tassen niet even zwaar zijn?

.....

- Probeer de proef nog eens. Maar wissel nu de tassen om.

Vraag 3

Maakt het uit welke tas je links of rechts doet?

.....

Vraag 4

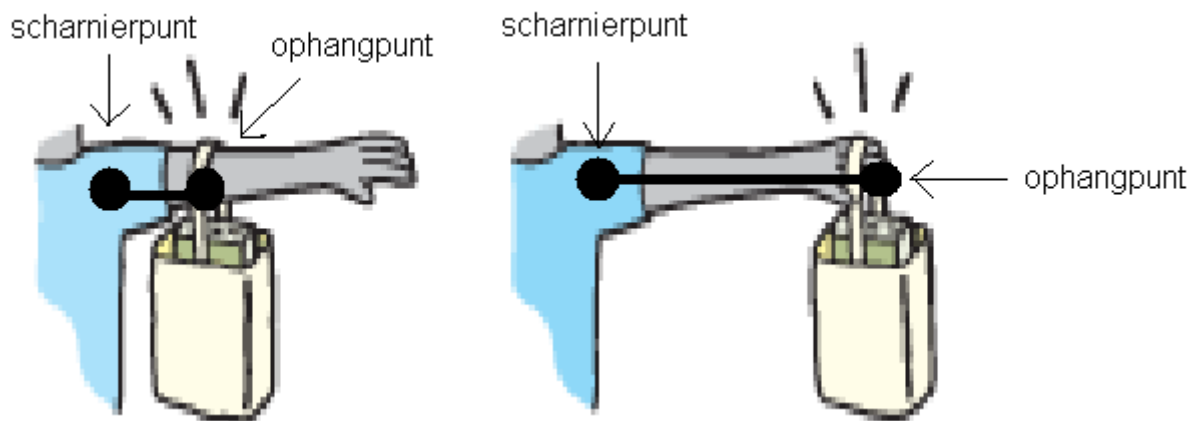
Hoe denk je dat het komt dat je de ene arm langer gestrekt kan houden dan de andere arm, terwijl je met beide armen hetzelfde gewicht tilt?

.....
.....
.....

Uitleg

Kijk naar het plaatje hieronder. Je schouder is het scharnierpunt.

Onthoud: hoe dicht je iets ophangt bij het scharnierpunt, hoe minder kracht je nodig hebt.



**Kleine afstand tussen
scharnierpunt en ophangpunt,
dus weinig kracht nodig**

**Grote afstand tussen
scharnierpunt en ophangpunt,
dus veel kracht nodig**