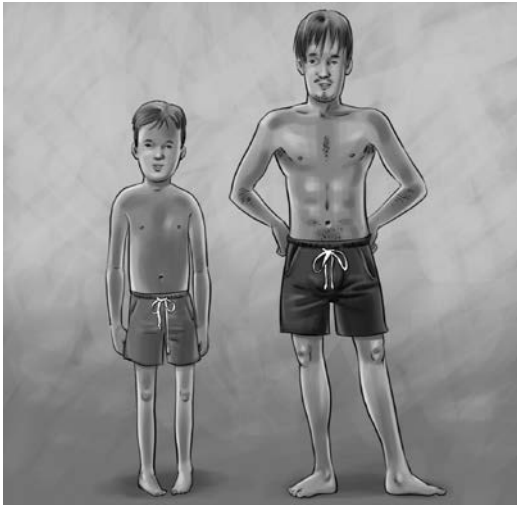




Theorie en lastige woorden les 2 – blad 1

Doel: Om te lezen



In de puberteit kun je sterk veranderen.

Je groeit en verandert

Vorige week heb je een broek gekocht en die is nu alweer te klein! Dat kan gebeuren. Op jouw leeftijd verandert je lichaam snel. Ben je een meisje? Dan krijg je borsten en bredere heupen. Dat betekent dat je lichaam klaar is om kinderen te krijgen. Er groeit haar in je oksels en tussen je benen. Ben je een jongen? Dan krijg je de 'baard in de keel'. Je stem wordt lager, je schouders breder en je gaat je scheren. Op je buik groeit

haar en soms ook op je borst. Tussen je benen krijg je **schaamhaar**. Je kunt wel tien centimeter per jaar groeien, of nog meer. Vervelend is dat je puistjes kunt krijgen. Dat gaat meestal vanzelf over. In deze periode word je volwassen. Dat heet de **puberteit**. Die begint bij meisjes rond hun tiende en bij jongens rond hun twaalfde jaar. Rond je achttiende jaar stop je met puberen.

het schaamhaar

Het haar dat tussen je benen groeit als je groter wordt.

de puberteit

De tijd dat je lichaam verandert en jij volwassen wordt.

Een eigen mening

Ineens heb je groen haar en draag je een lange oranje jas: het kan zomaar gebeuren in de puberteit. Niet alleen je lichaam verandert. Je krijgt ook een eigen mening en een eigen smaak en je probeert van alles uit. Daar zijn je vader en moeder het niet altijd mee eens. Ze vinden dat je naar lelijke muziek luistert en jij schaamt je voor ze, omdat ze foute kleren dragen. Je vindt dat je zelf weet wat goed voor je is en wilt zelf bepalen of je

een jas aantrekt of een sjaal omdoet. Soms maak je een opmerking die ze brutaal vinden en krijg je ruzie. Zo ontdek je wat je belangrijk vindt en leer je keuzes maken. Van al die **geestelijke** veranderingen kun je onzeker worden. Het ene moment ben je dolgelukkig, het volgende moet je huilen of ben je boos. Je reageert heftig en hebt wisselende **stemmingen**. Misschien word je voor het eerst echt verliefd.



Veel pubers willen zelf bepalen wat ze leuk vinden en wat goed voor ze is.

geestelijk

Alles wat te maken heeft met gevoelens en gedachten.

de stemming

Het gevoel dat je hebt, bijvoorbeeld verdriet of blijdschap.

onzeker

Je weet niet goed wat je moet doen.



Theorie en lastige woorden les 2 – blad 2

Doel: Om te lezen



De genen krijg je van je vader en je moeder en daardoor lijk je op hen.

Ieder kind is anders

'Wat lijk je toch veel op je vader!' Zoiets is misschien wel eens tegen je gezegd. Jij hebt ook krullend haar, je bent net zo slim of je hebt dezelfde stem. Toch ben je nooit precies hetzelfde. Een mens ontstaat op het moment dat een eicel van de moeder door een zaadcel van de vader wordt bevrucht. In beide cellen zitten de **erfelijke eigenschappen** van de ouders opgesloten. Bijvoorbeeld de kleur van hun huid of de vorm

van hun neus. Ouders geven hun erfelijke eigenschappen door aan hun kinderen. Je hebt bijvoorbeeld de bruine ogen van je moeder en de korte benen van je vader. Erfelijke eigenschappen zitten in de **genen**, in het DNA. De ene helft van je genen krijg je van je moeder, de andere helft van je vader. Zij hebben ook de genen van hun ouders gekregen. Daardoor kun jij dus op je opa of oma lijken.

de erfelijke eigenschap

Een eigenschap die je bij de geboorte van je ouders meekrijgt.

de eigenschap

Een kenmerk waaraan je een persoon herkent. Bijvoorbeeld vrolijkheid.

het gen

Een deel van het DNA dat iets regelt in je lichaam.

Niet alles gaat goed

Je zou je verjaardag moeten vieren op de dag waarop de zaadcel van je vader de eicel van je moeder bevruchtte. Op dat moment kwamen hun genen bij elkaar en werden een beetje door elkaar gehusseld. Dat was het echte begin van jouw nieuwe leven. Genen zijn een onderdeel van het DNA. Tijdens de bevruchting kan een stukje DNA op een andere plek terecht komen. Dat heeft soms grote gevolgen. Het nieuwe

kindje kan een ernstige hartziekte hebben. Of een **handicap**, zoals doofheid. Het kan kleurenblind zijn. Dat gebeurt niet vaak. De meeste kinderen komen gezond op de wereld. Niet elke eigenschap die je hebt komt uit het DNA. Als je te veel eet, kun je dik worden. Dat komt dan niet door het DNA, maar door het eten en doordat je te weinig beweegt. Wel kun je door je DNA aanleg hebben om dik te worden.



Door een erfelijke ziekte kan Peter zijn spieren niet goed gebruiken.

de handicap

Een gebrek dat je hebt, zoals verlamde benen.

de aanleg

Hier: eigenschap waardoor je iets vanzelf krijgt, bijvoorbeeld een ziekte.