

EenVandaag in de klas

Zomertijd of wintertijd?

Leeftijd: **13-15 jaar** **16 – 18 jaar**
 Niveau: VO-onderbouw & VO-bovenbouw

Samengevat

Ieder jaar in oktober en maart verzetten we de klok. In de politiek gaan stemmen op om dit voortaan niet meer te doen. Is dat een goed idee? En wat kiezen we dan, zomertijd of wintertijd?

Vakgebied

Biologie, ANW en aardrijkskunde

Kernbegrippen

Tijdzones, biologische klok, gezondheid

Kerdoelen

Deze video sluit aan bij de volgende kerndoelen in het voortgezet onderwijs:
 Aardrijkskunde, 38: De leerling leert een eigentijds beeld van de eigen omgeving, Nederland, Europa en de wereld te gebruiken om verschijnselen en ontwikkelingen in hun eigen omgeving te plaatsen.
 ANW Subdomein C2: Mens en gezondheid 12. De kandidaat kent de ontwikkeling van opvattingen, technieken en producten in de gezondheidszorg en kan positieve en negatieve effecten daarvan bespreken.

Verdieping

Op Schooltv vind je meer video's over dit onderwerp, zoals: [wat is een winterdip?](#), [bioritme](#) en [hoe werkt je biologische klok?](#)

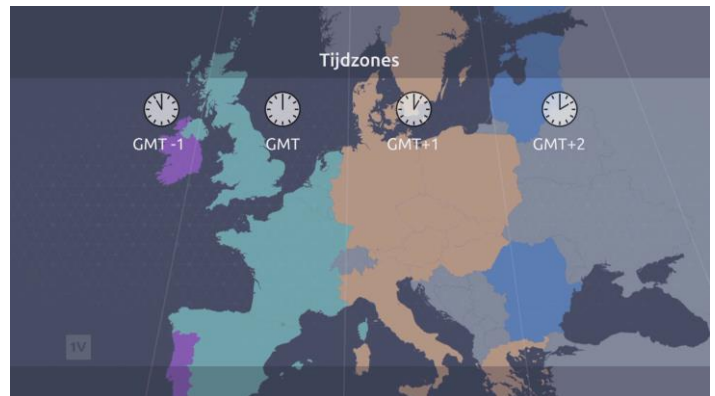
Antwoorden

- 1 Om brandstof te sparen
- 2 B: Dat het heel laat in de ochtend pas licht wordt
- 3 Duitsland / tijdzone / West-Europa / Engeland.
- 4 B. Tijdens de Tweede Wereldoorlog
- 5 Vanwege de oliecrisis
- 6 Diabetes 2, hart- en vaatziekten en kanker
- 7 Omdat zonlicht bij het ontwaken ervoor zorgt dat je beter functioneert tijdens de dag.
- 8 Afschaffen van de zomertijd en de klok gelijkzetten met de tijdzone van Engeland.

in de klas

Kijkvragen

- 1 Om welke reden is de zomertijd destijds ingevoerd?
- 2 Wat is het nadeel van een permanente zomertijd tijdens de winter?
 - A. Dat het 's avonds nog vroeger donker wordt
 - B. Dat het heel laat in de ochtend pas licht wordt
 - C. Dat het 's ochtends te vroeg licht wordt
- 3 Vul in: West-Europa / tijdzone / Engeland/ Duitsland. Momenteel gebruikt Nederland dezelfde tijd als Dit valt onder de van Midden-Europa. Maar Nederland ligt in de tijdzone van Daarom zou het logischer zijn om dezelfde tijd als te hebben.
- 4 Wanneer werd de zomertijd in Nederland ingevoerd?
 - A. Tijdens de Eerste Wereldoorlog
 - B. Tijdens de Tweede Wereldoorlog



- 5 In 1977 werd de zomertijd in Nederland voor de tweede keer ingevoerd. Waarom?
- 6 Het verzetten van de klok verstoort de biologische klok in het lichaam. Dit geeft een verhoogde kans op ziektes. Welke drie ziektes noemt de hoogleraar?
- 7 Waarom is zonlicht bij het ontwaken belangrijker voor de gezondheid dan zonlicht aan het einde van de dag?
- 8 Omcirkel de juiste antwoorden. Experts adviseren: Afschaffen van de wintertijd/zomertijd en de klok gelijkzetten met de tijdzone van Duitsland/Engeland.

EenVandaag in de klas

Zomertijd of wintertijd?

Leeftijd: **13-15 jaar** **16 – 18 jaar**
 Niveau: VO-onderbouw & VO-bovenbouw

Samengevat

Twee keer per jaar verzetten we de klok. In de politiek gaan stemmen op om dit voortaan niet meer te doen. Is dat een goed idee? En wat kiezen we dan, zomertijd of wintertijd?

Vakgebied

Biologie, ANW en aardrijkskunde

Kernbegrippen

Tijdzones, biologische klok, gezondheid

Verdieping

Op Schooltv vind je meer video's over dit onderwerp, zoals: [wat is een winterdip?](#), [bioritme](#) en [hoe werkt je biologische klok?](#)

Profielwerkstuk

Vind je dit een interessant onderwerp en wil je dit gebruiken voor je profielwerkstuk? Het thema 'zomertijd of wintertijd' is te gebruiken als onderwerp voor je profielwerkstuk bij de vakken biologie, ANW en aardrijkskunde.

Studiekeuze

Ben je benieuwd welke studies passen bij de beroepen uit de video? Je zou bijvoorbeeld het volgende kunnen studeren:

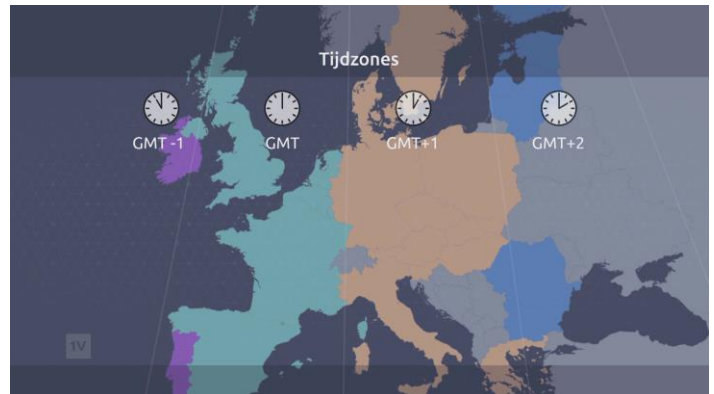
MBO:
 Doktersassistent
 Sociaal maatschappelijk dienstverlener

HBO:
 Toegepaste biologie
 Life sciences

WO:
 Biologie
 Voeding & Gezondheid

Kijkvragen

- Om welke reden is de zomertijd destijds ingevoerd?
- Wat is het nadeel van een permanente zomertijd tijdens de winter?
 - Dat het 's avonds nog vroeger donker wordt
 - Dat het heel laat in de ochtend pas licht wordt
 - Dat het 's ochtends te vroeg licht wordt
- Vul in: West-Europa / tijdzone / Engeland/ Duitsland. Momenteel gebruikt Nederland dezelfde tijd als Dit valt onder de van Midden-Europa. Maar Nederland ligt in de tijdzone van Daarom zou het logischer zijn om dezelfde tijd als te hebben.
- Wanneer werd de zomertijd in Nederland ingevoerd?
 - Tijdens de Eerste Wereldoorlog
 - Tijdens de Tweede Wereldoorlog



- In 1977 werd de zomertijd in Nederland voor de tweede keer ingevoerd. Waarom?
- Het verzetten van de klok verstoort de biologische klok in het lichaam. Dit geeft een verhoogde kans op ziektes. Welke drie ziektes noemt de hoogleraar?
- Waarom is zonlicht bij het ontwaken belangrijker voor de gezondheid dan zonlicht aan het einde van de dag?
- Omcirkel de juiste antwoorden. Experts adviseren: Afschaffen van de wintertijd/zomertijd en de klok gelijkzetten met de tijdzone van Duitsland/Engeland.