

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
SEO					
	Zelf	Gevoelens	Uitleggen welke invloed gevoelens hebben op mijn functioneren		
			Omgaan met gevoelens en uitleggen dat er een verband bestaat tussen de manier waarop ik een gevoel ervaar en de manier waarop ik hierop reageer		
		Kwaliteiten	Onderzoeken hoe ik mijn kwaliteiten kan ontwikkelen		
			Uitleggen hoe ik mijn kwaliteiten kan inzetten voor welbevinden en carrière		
			Plannen hoe ik (zelfgekozen) doelen wil bereiken		
			Uitleggen wat de (positieve) invloed van anderen kan zijn op het bereiken van mijn doelen		
		Beeld van mezelf	Mijn lichaam accepteren en er tevreden mee zijn		
			Uitleggen hoe ik denk over cosmetische en lichamelijke ingrepen		
	Zelfsturing	Gevoelens hanteren	Uitleggen dat er een verband is tussen mijn gevoelens van anderen en hun reacties hierop		
			Uitleggen hoe ik respectvol en proactief kan reageren op verbaal en non-verbaal geuite gevoelens van anderen		
			Uitleggen welke reacties effectief en welke niet-effectief zijn		
			Omgaan met de relatie tussen gebeurtenis, gevoel, gedachte en gedrag		
		Impulscontrole	Uitleggen wat van invloed is op impulsief gedrag		
			Omgaan met de invloeden op impulsief gedrag en deze uitstellen, verminderen en/of stoppen		
			Uitleggen wat de gevolgen zijn van impulsief gedrag op mijn dagelijkse leven, mijn toekomstplannen en mijn schoolloopbaan		
		Doelgericht gedrag	Uitleggen hoe ik mij wil gedragen in sociale situaties		
			Uitleggen wat de invloed is van normen en waarden in sociale situaties		
			Een taak uitvoeren zonder dat ik me laat afleiden		
			Een plan maken en taak uitvoeren samen met anderen		
			Een tegenslag herkennen en uitleggen hoe ik daarmee om kan gaan en ombuigen naar proactief gedrag		
			Uitleggen welke invloed stress heeft op het uitvoeren van een taak		

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN	
SEO						
	De ander	Inlevingsvermogen	Uitleggen hoe ik rekening houd met de gevoelens en de mening van anderen			
			Uitleggen dat bewust worden van de gevoelens van anderen belangrijk is voor hoe ik handel			
			Uitleggen en accepteren dat gevoelens niet voor iedereen dezelfde betekenis hebben			
			Uitleggen en accepteren dat niet iedereen dezelfde mening heeft dan ik			
			Een standpunt van een ander samenvatten			
			Het standpunt van een ander waarderen			
		Individu en groep	Verbanden leggen tussen etnische, culturele en sociale normen en waarden van groepen en individuen			
			Uitleggen dat vooroordelen kunnen leiden tot discriminatie en stereotypering			
			Een bewuste keuze maken om wel of geen vooroordelen over anderen te hebben			
		Gedrag inschatten van de ander	Inschatten welke bedoeling een ander heeft als hij/zij wat zegt of doet en ik heb er een mening over			
			Inschatten wat de reactie van een ander zal zijn op mijn gedrag			
			Uitleggen en benoemen wanneer ik een situatie met anderen als veilig of onveilig ervaar			
			Uitleggen en laten zien wat ik aan onveilige situaties kan doen			
			Uitleggen hoe het gedrag van de ander het gedrag van derden kan beïnvloeden			
		Relaties	Omgaan met elkaar	Proactief complimenten geven en reageren op het krijgen van complimenten		
				Uitleggen dat verschillen tussen mensen en groepen kunnen leiden tot pestgedrag		
				Pestgedrag voorkomen		
				Uitleggen hoe ik een relatie kan onderhouden		
	Uitleggen welke rol regels spelen bij het omgaan met elkaar					
	Uitleggen wat de rol van sociale media kan zijn					
	Hulpvragen van anderen hanteren					
	Mij inzetten voor mensen in mijn omgeving					
	Samenwerken		Omgaan met groepsprocessen zodat ik samenwerking bevorder en conflicten voorkom			
			Ideeën en initiatieven van anderen gebruiken om tot een gezamenlijk resultaat te komen			
			Feedback aan elkaar gegeven waarderen			
			Een planning en taakverdeling maken voor het uitvoeren van een taak			

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
SEO					
	Relaties	Omgaan met sociale druk	Uitleggen wat hiërarchische verhoudingen zijn in een groep		
			Waarderen van verhoudingen in een groep		
			Uitleggen wat de positieve en negatieve gevolgen zijn van bij een groep willen horen		
			Uitleggen wat expliciete en impliciete groepsdruk is		
			Omgaan met groepsdruk door voor mezelf op te komen, mijn grenzen aan te geven en indien nodig hulp te zoeken voor anderen of voor mezelf		
		Conflicten hanteren	Het ontstaan en verloop van conflicten uitleggen en daarbij aangeven wat de invloed is van verschillen tussen mensen en de rol van media		
			Uitleggen hoe conflicten tot geweld kunnen leiden		
			Uitleggen wat mijn rol kan zijn bij het veroorzaken en oplossen van conflicten		
			Verantwoordelijkheid nemen om een conflict op te lossen		
		Kiezen	Weloverwogen kiezen	Informatie beoordelen die nodig is om een keuze te kunnen maken	
	De stappen in een keuzeproces uitleggen en er mee omgaan: <ul style="list-style-type: none"> • beschrijven welke keuzes er zijn • beschrijven van mogelijke oplossingen • afwegen per oplossing wat de van voor- en nadelen zijn • keuze maken en uitvoeren • keuze evalueren 				
	Uitleggen waarom en hoe je met een keuze maken rekening kunt houden met anderen				
	Omgaan met de invloed van mijn keuzes op mijn toekomst en mijn carrière				
	Verantwoordelijkheid nemen			Een verband beschrijven tussen moeilijke situaties en het wel en/of niet nemen van verantwoordelijkheid	
			Reflecteren op hoe ik verantwoordelijkheid neem		
			Uitleggen welke eigenschappen en vaardigheden mij wel en niet helpen bij het nemen van verantwoordelijkheid		
				Reflecteren op het omgaan met moeilijke situaties in relatie tot destructief gedrag (zoals overmatig snoepen, drinken, gamen)	

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
VOEDING					
	Voeding en gezondheid	Voeding en groei	Uitleggen wat de gevolgen zijn van gezonde en ongezonde voedingsgewoonten op korte en lange termijn		
			Reflecteren op eigen eetpatroon in relatie tot de Schijf van Vijf en aanbevolen dagelijkse hoeveelheden voeding		
			Betrouwbare informatie opzoeken over gezonde voeding		
		Functies van voeding	-		
		Voeding en lichaamsgewicht	Reflecteren op aanbevelingen voor eigen leeftijd, situatie en activiteitenpatroon		
			Omgevingsfactoren beschrijven die invloed hebben op (te) veel eten en (te) weinig bewegen		
			Energetische waarde van voedingsmiddelen (Kcal/KJ) en het verbruik bij lichamelijke activiteiten berekenen in relatie tot de eigen leefstijl		
	Voedselkwaliteit	Eten en duurzaamheid	Uitleggen wat de belangrijkste stappen zijn om duurzamer te eten		
			Een eigen afweging maken voor eigen voedselkeuze en de gevolgen daarvan relateren aan de wereldvoedselproductie		
			Reflecteren op eigen verspillingsgedrag		
		Voedselveiligheid	Beschrijven hoe je veilig voedsel kan kopen, bereiden en bewaren		
		Voedselproductie en bewerking	Beschrijven hoe de productie van voedsel in Europa is ten opzicht van de rest van de wereld		
			Beschrijven wat de rol van de voedselindustrie is op de kwaliteit van voedsel.		
		Etiketten	Uitleggen wat de voedingswaarde en ingrediëntendeclaratie op etiketten betekent		
			Uitleggen waar je op het etiket kan letten als je gezond en duurzaam wil eten		
			Uitleggen welke vormen van misleiding je op het etiket tegen kunt komen		
	Eten kopen bereiden beleven	Eetgewoonten	Het eigen voedingspatroon analyseren en vergelijken met dat van anderen		
			De eigen voedselkeuzes uitleggen		
			De eigen voedselketen beschrijven		
			Voorbeelden geven van het gebruik van voeding in relatie tot mijn toekomstige beroepspraktijk		
		Voedsel kopen	Aan de hand van een budget een maaltijd samenstellen, door de hoeveelheden te berekenen en een bijpassende boodschappenlijst te maken		
		Vergelijkend warenonderzoek	De kosten van voedingsmiddelen vergelijken, zoals A-merk en huismerk.		
			Uitleggen wat betrouwbare bronnen zijn die informatie verstrekken over eten, drinken en gezondheid		
			Keurmerken beschrijven		
			Vergelijkend warenonderzoek uitvoeren in de winkel		
			Reclame analyseren		
		Eten bereiden	Gezonde maaltijden bereiden en daarbij hygiënisch werken		
			Verschillende bereidingstechnieken uitvoeren		
			De juiste hoeveelheden afwegen, weinig restjes over laten en uitleggen wat je met de restjes kan doen		

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
VOEDING					
		Sociale aspecten van eten	Plezier beleven aan samen eten en koken met anderen		
			Uitleggen wat de voor- en nadelen zijn van voedingstrends		
			Sociale invloeden beschrijven die invloed hebben op voedselkeuzes		
			Eigen voedselkeuze beargumenteren bij een (feestelijke) gelegenheid		
			Uitleggen hoe rekening kan worden gehouden met anderen die een speciaal dieet (moeten) volgen		
		Culturele aspecten van eten	Respectvol omgaan met verschillende (culturele) uitingen rondom voeding (denk aan: vegetarisch, koosjer, halal)		

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
FYSIEK ACTIEF					
		Op de leer-/werkplek	Zitten, staan en lopen (wandelen) in een gezonde lichaamshouding		
			Uitleggen wat de voor- en nadelen van een ongezonde en gezonde lichaamshouding zijn		
			Tussentijdse bewegementen waarderen		
			Een beargumenteerd standpunt innemen over een (on)gezonde lichaamshouding en te veel zitgedrag		
			Bewust kiezen voor bewegementen, passend bij een actieve leefstijl		
		Tijdens de pauze	Beweeg-, sport- en fitnessactiviteiten tijdens pauzes uitvoeren, die passen bij mijn eigen voorkeuren en mogelijkheden		
			Het doen van beweeg-, sport- en fitnessactiviteiten tijdens pauzes waarderen		
			Een beargumenteerd standpunt innemen over actief pauzeren		
			Bewust kiezen voor beweeg-, sport- en fitnessactiviteiten tijdens pauzes, mede in het perspectief van de beroeps carrière		
		Bij bewegingsonderwijs	Verschillende inspanningsniveaus uitvoeren en ervaren hoe dat zowel tijdens als na de bewegingsactiviteit voelt: moe, lekker, fris, en voldaan		
			Eigen voorkeuren voor bepaalde inspanningsniveaus nader verkennen door meer diepgaande keuzes, mede in het perspectief van de beroeps carrière		
			Trainingsprincipes toepassen		
			Zelfvormen van trainingen plannen, uitvoeren en evalueren, mede in relatie tot duurzame inzetbaarheid in werk		
		Bij transport	Actief transport naar school en stageplek waarderen		
			Een beargumenteerd standpunt innemen over actief transport		
			Bewust kiezen voor actief transport, mede in het perspectief van de beroeps carrière		

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
FYSIEK ACTIEF					
	In vrije tijd		Deelnemen aan beweeg-, sport- en fitnessactiviteiten op of via de opleiding en de stage en in vrije tijd		
			Het doen van beweeg-, sport- en fitnessactiviteiten in vrije tijd waarderen		
			Een beargumenteerd standpunt innemen over mijn deelname aan beweeg-, sport- en fitnessactiviteiten in vrije tijd		
			Bewust kiezen voor deelname aan beweeg-, sport- en fitnessactiviteiten in vrije tijd, mede in het perspectief van de beroeps carrière		

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
PERSOONLIJKE VEROZRGING					
	Lichaamshygiëne	Je lichaam leren kennen	Regelmatig een preventieve integrale gezondheidscheck van mijn eigen lichaam uitvoeren		
			Hulp vragen bij geconstateerde afwijkingen van de normale situatie		
		Je lichaam verzorgen	-		
		Je handen verzorgen	Handen wassen passend bij de regels van stage en/of werk		
	Je huid	Je huid verzorgen en beschermen	-		
		Je huid verfraaien	Bewuste keuzes maken voor (blijvende) huidverfraaiing		
	Je zintuigen	Je oren beschermen	Uitleggen wat de risico's zijn van hard geluid op het werk en in vrije tijd		
			Uitleggen hoe ik verstandig om kan gaan met geluid op school, in werksituaties en in vrije tijd		
		Je ogen beschermen	Uitleggen hoe ik verstandig om kan gaan met (laser)licht op school en vrije tijd		
			Uitleggen hoe ik mijn ogen kan beschermen bij werk en stage (veiligheidsbril)		
		Je oren en ogen als zintuig	Beschrijven wat de symptomen zijn van arbeid gerelateerde oorzaken van gehoorproblemen		
			Uitleggen hoe je kunt omgaan met gehoorproblemen en slechthoorden van jezelf en anderen in maatschappelijke en werksituaties		
	Je mond en gebit	Je mond en gebit verzorgen en beschermen	Uitleggen hoe ik mijn gebit kan beschermen bij stage en sport		
			Uitleggen waarom het belangrijk is om twee keer per jaar voor controle naar de tandarts te gaan		

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
GENOTMIDDELEN					
	Alcohol	Alcohol en gezondheid	Uitleggen wat het verband is tussen promillage en (standaard) glazen alcohol		
			Uitleggen welke redenen er zijn om wel/niet alcohol te drinken of de alternatieven voor alcohol		
			Uitleggen wat de verschillende stadia van alcoholgebruik zijn en beschrijven wat de lichamelijke en geestelijke verslaving per stadium onderscheiden		
		Alcohol en omgeving	Beschrijven wat beïnvloeders zijn op mijn keuze om wel of niet te drinken		
			Beschrijven wat de (wettelijke) regels zijn met betrekking tot alcohol en mijn keuze hierin		
			Uitleggen dat alcohol en verkeer niet samen gaan en bij welk promillage ik niet meer mag deelnemen aan het verkeer		
			Uitleggen dat je je moet legitimeren wanneer je alcohol wilt kopen		
			Uitleggen dat veel en vaak alcohol drinken niet samengaat met school/werk (beroep)		
	Alcohol	Alcohol en weerbaarheid	Uitleggen hoe groepsdruk werkt		
			Uitleggen dat iemand door een groep zich anders kan gedragen dan dat hij of zij individueel zou doen		
			Beschrijven hoe je alcohol kunt weigeren		
			Beschrijven wat impulsgedrag is om experimenteergedrag te voorkomen		
			Beschrijven waar je hulp kunt vinden bij problematisch alcoholgebruik van mezelf of van anderen		
	Roken	Roken en gezondheid	Uitleggen waarom ik wel of niet rook		
			Uitleggen waarom werken (beroep) niet samengaat met roken		
			Uitleggen wat de schadelijke effecten zijn van roken tijdens de zwangerschap		
			Beschrijven wat de verschillen zijn tussen een sigaret, e-sigaret en een waterpijp en wat de effecten zijn van het gebruik		
		Roken en omgeving	Uitleggen hoe leeftijdgenoten een rol spelen bij mijn keuze wel of niet te roken		
			Beschrijven wat beïnvloeders zijn (peergroup, (social)media) op de keuze wel of niet te roken		
			Beschrijven van (wettelijke) regels zijn rond roken in je omgeving		
			Uitleggen in welke openbare ruimtes niet gerookt mag worden en waarom dat is		
			Uitleggen dat ik me moet legitimeren voor het kopen van sigaretten		
		Roken en weerbaarheid	Uitleggen hoe groepsdruk werkt		
			Uitleggen dat je onder invloed van een groep je anders kunt gedragen dan dat je individueel zou doen		
			Uitleggen hoe ik een sigaret weiger		
			Uitleggen wat impulsgedrag is om experimenteergedrag te voorkomen		
			Beschrijven waar ik hulp kan vinden bij problematisch tabaksgebruik van mezelf of anderen		

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN	
GENOTMIDDELEN						
	Cannabis	Cannabis en gezondheid	Beschrijven wat cannabis is, waarom mensen het gebruiken en wat het met lichaam en geest doet			
			De voor- en nadelen beschrijven van cannabis gebruik			
			Beschrijven welke normen en waarden er zijn over het gebruik van cannabis			
			Uitleggen de verschillende stadia van cannabisgebruik en wat het verschil is tussen lichamelijke en geestelijke verslaving			
		Cannabis en omgeving	Beschrijven in welke situaties leeftijdgenoten, ouders en sociale media van invloed zijn op de keuze om wel of geen cannabis te gebruiken			
			Uitleggen dat de leeftijdsgrens van cannabis kopen en gebruiken vanaf 18 jaar is			
			Beschrijven wat de regels zijn wat betreft het bezit, gebruik en verhandelen van cannabis op school, buiten school is en wat de consequenties zijn als de regels worden overtreden			
			Uitleggen dat cannabis en verkeer niet samen gaan			
			Uitleggen waarom werken (beroep) niet samengaat met het gebruik van cannabis			
		Cannabis en weerbaarheid	Uitleggen dat je onder invloed van een groep je anders kunt gedragen dan dat je individueel zou doen			
			Uitleggen wat lichte en zware druk van groepsgenoten betekent			
			Uitleggen waarom je wel of geen cannabis gebruikt en beschrijven hoe je cannabis kunt weigeren			
			Beschrijven waar je hulp kunt vinden voor het stoppen of minderen met het gebruik van cannabis			
		Harddrugs	Harddrugs en gezondheid	Beschrijven wat XTC en GHB zijn, waarom mensen het gebruiken en wat het met lichaam en geest doet		
				Uitleggen met mijn standpunt is over het wel of niet XTC en/of GHB gebruiken		
				Beschrijven welke normen en waarden er zijn over het gebruik van XTC, GHB, speed en cocaïne		
	Uitleggen wat de verschillende stadia is van het gebruik van XTC en GHB, speed en cocaïne					
	Harddrugs en omgeving		Beschrijven wat lichamelijke en geestelijke verslaving is			
			Uitleggen in welke situaties ouders, sociale media en leeftijdgenoten van invloed zijn op de keuze wel of geen XTC of GHB te gebruiken			
			Beschrijven dat het gebruik van XTC en GHB illegaal is en wat de consequenties zijn van het in bezit hebben van XTC en GHB			
			Uitleggen dat het gebruik van XTC, GHB, speed en cocaïne en verkeer niet samen gaan			
			Uitleggen waarom werk (beroep) niet samengaat met het gebruik van XTC, GHB, speed en cocaïne			
	Harddrugs en weerbaarheid		Uitleggen dat je onder invloed van een groep je anders kunt gedragen dan dat je individueel zou doen			
			Beschrijven wat lichte en zware druk van groepsgenoten is			
			Uitleggen hoe je XTC, GHB, speed en cocaïne kunt weigeren			
			Beschrijven van impulsgedrag om experimenteergedrag te voorkomen			

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
RELATIES EN SEKSUALITEIT					
	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	Lichamelijke ontwikkeling	Motieven voor een maagdenvliesherstel en de voor- en nadelen van maagdenvliesherstel beschrijven		
		Zelfbeeld	Uitleggen waarom jonge vrouwen cosmetische en lichamelijke ingrepen (schaamlipcorrectie, borstvergroting, borstverkleining) ondergaan Een eigen standpunt hierover formuleren		
	Intieme relaties	Soorten relaties	Voor- en nadelen beschrijven van gearrangeerde huwelijken		
			Uitleggen wat de gevolgen kunnen zijn van huwelijksdwang en kindbruiden		
			Het recht op vrije partnerkeuze uitleggen en onderschrijven		
			Laten zien dat ik discriminerend gedrag, ongelijkwaardigheid, geweld en dwang in relaties en de dagelijkse omgang afwijs		
		Relatievorming	Beschrijven hoe ik in een partnerrelatie rekening houd met behoefte aan autonomie, verbondenheid en wederkerigheid		
			Beschrijven dat vertrouwen en veiligheid belangrijke voorwaarden zijn voor intimiteit in relaties		
			Uitleggen op welke manieren ik meningsverschillen en conflicten in partnerrelaties kan oplossen		
			Beschrijven waar en hoe ik hulp kan zoeken bij relationele problemen		
	Voortplanting, gezinsvorming en anticonceptie	Voortplanting en gezinsvorming	Het belang uitleggen van een gezonde leefstijl tijdens zwangerschap		
			Alternatieve vruchtbaarheidsmethoden beschrijven		
			De eigen ideale toekomstige gezinssituatie beschrijven		
			Beschrijven hoe de ideale verdeling zorg en arbeidstaken met partner er uit ziet		
			Respecteren van verschillen in keuzes bij kinderwens, gezinsgrootte en -planning		
			Alternatieve mogelijkheden beschrijven bij ongewilde kinderloosheid		
			Hulp en advies zoeken bij zwangerschap of jong ouderschap of ongewilde kinderloosheid		
		Anticonceptie	Een weloverwogen beslissing nemen bij de keuze van anticonceptie		
			In de praktijk brengen dat anticonceptie en zwangerschapspreventie de verantwoordelijkheid zijn van jongen en meisje		
			Laten zien dat ik tijdig communiceer met mijn partner over anticonceptiekeuze en -gebruik		
			Alternatieve anticonceptie kiezen als een bepaalde anticonceptiemethode niet (meer) bevalt		
			Beschrijven wat redenen zijn om een abortus te laten doen		
			Hulp zoeken in geval van ongewilde of ongeplande zwangerschap		

THEMA				
RELATIES EN SEKSUALITEIT				
Seksualiteit	Seksualiteit	Respectvol omgaan met verschillen in seksuele beleving, gedrag en oriëntatie		
		Uitleggen dat het voor plezierige seks belangrijk is dat je het allebei wilt, dat je het veilig doet en dat je er prettig bij voelt		
		Beschrijven waar je betrouwbare informatie, steun of hulp kunt zoeken als het gaat om seks, seksuele technieken en seksuele problemen		
	Seksuele gezondheid en welzijn	Uitleggen wanneer seksuele contacten voor mij veilig, prettig en gewenst zijn		
		Mijn eigen wensen en grenzen in seksueel contact kenbaar maken		
		Respectvol omgaan met de wensen en grenzen van de ander ten aanzien van seksueel contact		
		Uitleggen wat je kunt doen in situaties waarin seks niet veilig, niet prettig of ongewenst is (online en offline)		
		Beschrijven hoe je subtiele vormen van seksuele dwang en druk kunt weerstaan		
		Adequaat condooms gebruiken		
		De ander overtuigen van condoom gebruik of seks zonder condoom kunt weigeren		
		De risico's van internetflirten en sexting uitleggen		
		Beschrijven hoe je verantwoord kunt omgaan met seksueel getinte beelden op internet en mobiele telefoon		

THEMA	KERN	SUBKERN	INHOUDEN	DIT DOEN WIJ AL	DIT WILLEN WIJ DOEN
VEILIGHEID					
	Fysieke veiligheid	Risico's inschatten	Uitleggen hoe ik om ga met risicovol gedrag en risicovolle situaties, waaronder arbeidssituaties		
			De normen in de (peer)groep ten aanzien van veilig gedrag beschrijven		
			Uitleggen in welke situaties groepsdruk een rol speelt in relatie tot veilig gedrag		
			Reflecteren over risicovol eigen gedrag (bijvoorbeeld stunts met fiets/brommer, tijdens uitgaan, vuurwerk)		
			Uitleggen welke keuzes ik maak in risicovolle situaties		
		Preventie	Verantwoordelijk veilig gedrag laten zien ten aanzien van alcohol en verkeer		
			Eigen keuze maken voor veilig gedrag		
			Mezelf en anderen in veiligheid brengen		
			Beschrijven welke (arbo)regels, materialen en voorschriften er zijn voor veilig werken		
			(Arbo)regels toepassen		
		EHBO/Behandeling	Onderdelen EHBO uitvoeren op de werkplek		
			Beschrijven wat reanimatie is		
			Reanimatie uitvoeren		