



A1.22 Lichaamsdelen

- Get to know the basic body parts.
- Basic phrases to describe your health.

Het haar	<i>(the hair)</i>	Het lichaam	<i>(the body)</i>
Het hoofd	<i>(the head)</i>	De rug	<i>(the back)</i>
Het gezicht	<i>(the face)</i>	De buik	<i>(the stomach)</i>
De nek	<i>(the neck)</i>	De arm	<i>(the arm)</i>
De mond	<i>(the mouth)</i>	De hand	<i>(the hand)</i>
De neus	<i>(the nose)</i>	De vinger	<i>(the finger)</i>
Het oor	<i>(the ear)</i>	Het been	<i>(the leg)</i>
Het oog	<i>(the eye)</i>	De voet	<i>(the foot)</i>

1. Dialogue: Twee collega's zijn moe na een lange werkweek en doen samen eenvoudige stretchoefeningen op kantoor.

Duuk: Pff, ik heb weer pijn na een week computerwerk.	<i>(Pff, I'm in pain again after a week of computer work.)</i>
Roos: Ja, mijn hoofd doet pijn en ik voel me zo moe.	<i>(Yes, my head hurts and I feel so tired.)</i>
Duuk: Ik voel ook spanning in mijn rug. Die is helemaal stijf.	<i>(I also feel tension in my back. It's completely stiff.)</i>
Roos: Mijn trainer gaf me woensdag een paar goede oefeningen daarvoor.	<i>(My trainer gave me a few good exercises for that on Wednesday.)</i>
Duuk: Oh, dat klinkt goed. Welke oefeningen gaf hij?	<i>(Oh, that sounds good. Which exercises did he give you?)</i>
Roos: Even rechtop staan, je armen uitstrekken en rustig ademen. Ik doe ze graag met je mee.	<i>(Stand up straight, stretch out your arms, and breathe calmly. I'd love to do them with you.)</i>
Duuk: Super. Heb je nu even tijd? Dan doen we het in de vergaderruimte.	<i>(Great. Do you have time now? Then we'll do it in the meeting room.)</i>
Roos: Ja, daar storen we niemand en hebben we ruimte.	<i>(Yes, there we won't bother anyone and we'll have space.)</i>
Duuk: We kunnen het volgende week elke dag tien minuutjes doen.	<i>(We can do it every day for ten minutes next week.)</i>
Roos: Oké voor mij. We kunnen het ook samen met de collega's doen.	<i>(Okay for me. We can also do it together with the colleagues.)</i>
Duuk: Dat vind ik een topidee. Ik stem voor.	<i>(I think that's a great idea. I'm in favor.)</i>

1. Waar willen Duuk en Roos de oefeningen doen?
 - a. In de lift
 - b. In de kantine
 - c. In de vergaderruimte
 - d. Buiten bij de ingang
2. Welke klacht heeft Duuk?
 - a. Zijn voet doet pijn
 - b. Zijn rug is stijf
 - c. Zijn neus is dicht
 - d. Zijn haar zit niet goed

1-c 2-b

2. Grammar: Frequently used irregular verbs

'Zijn', 'gaan', 'hebben', 'zullen' are commonly used irregular verbs.



1. 'Zijn' and 'hebben' are the most common auxiliary verbs.
2. 'Gaan' is used for future actions with an infinitive.
3. 'Zullen' expresses a promise, suggestion, or the future.

Werkwoord (Verb)	Ik (I)	Jij/u (You)	Hij/zij/het (He/she/it)	Wij/jullie/zij (We/you/they)
Zijn (To be)	ben	bent	is	zijn
Hebben (To have)	heb	hebt	heeft	hebben
Gaan (To go)	ga	gaat	gaat	gaan
Zullen (Shall / will)	zal	zal	zal	zullen

1. Ik _____ vandaag ziek; mijn hoofd en mijn buik doen pijn.
a. bent b. ben c. is d. zijn
2. Jij _____ koorts en een pijnlijke rug; je gaat naar huis.
a. heeft b. heb c. hebt d. hebben
3. U _____ straks naar de fysiotherapeut voor uw nek en uw schouder.
a. gaan b. zal c. ga d. gaat
4. Morgen _____ ik bellen om te vragen hoe het met uw rug en uw been is.
a. zal b. heb c. ben d. gaat

1. ben 2. hebt 3. gaat 4. zal

3. Exercises



1. Match each beginning with its correct ending.

- | | |
|----------------------------|---|
| a. Ik ben thuis, | 1. want mijn buik doet zeer en mijn mond doet zeer. |
| b. Ik heb pijn | 2. in mijn rug en in mijn nek. |
| c. De dokter zegt dat ik | 3. want mijn hoofd doet pijn. |
| d. Ik ga naar de huisarts, | 4. rust moet nemen voor mijn been. |

1-c: I am at home, because my head hurts. **2-b:** I am in pain in my back and in my neck. **3-d:** The doctor says that I need to rest for my leg. **4-a:** I am going to the family doctor, because my stomach hurts and my mouth hurts.

2. Poster at the company physiotherapist (Audio available in app)

Fill in the gaps: loop, afspraak, lichaam, hoofd, Zit, armen, rug, lichaam, nek, handen, hoofd

Op de tweede verdieping van het kantoor hangt een poster van de bedrijfsfysio. Bovenaan staat: "Zorg goed voor je _____ op kantoor." Op de poster zie je een tekening van een persoon achter een bureau. Het _____ is recht, de _____ is lang en de _____ is recht. De _____ liggen ontspannen op het bureau en de _____ staan op het toetsenbord.

Onder de tekening staan tips: " _____ niet te lang stil. Sta elk uur even op en _____ vijf minuten." "Voel je pijn in je rug of nek? Rek rustig je armen en draai zacht met je _____ ." Onderaan de poster staat: "Heb je vaak pijn in je _____ ? Maak een _____ bij de bedrijfsfysio op vrijdagmiddag."

On the second floor of the office there is a poster from the company physiotherapist. At the top it says: "Take good care of your body at the office." On the poster you see a drawing of a person behind a desk. The head is straight, the neck is long and the back is straight. The arms rest relaxed on the desk and the hands are on the keyboard.

Under the drawing there are tips: "Don't sit still for too long. Stand up every hour and walk for five minutes." "Do you feel pain in your back or neck? Gently stretch your arms and softly turn your head." At the bottom of the poster it says: "Do you often have pain in your body? Make an appointment with the company physiotherapist on Friday afternoon."

3. Listen to the audio fragments and choose the correct solution.



- Waarom gaat de vrouw weg van haar werk?
(Why is the woman leaving her work?)
 - Ze heeft pijn aan haar hoofd en buik.
 - Ze heeft een probleem met haar computer.
 - Ze gaat sporten met haar collega's.
- Welk deel van het lichaam van Mark doet pijn?
(Which part of Mark's body hurts?)
 - Alleen zijn keel.
 - Zijn neus en zijn rug.
 - Zijn hand en zijn vingers.

4. Choose the correct solution

1. Ik _____ op de stoel in de wachtkamer en mijn rug doet pijn. *(I am sitting on the chair in the waiting room and my back hurts.)*
a. zat b. zit c. zitten d. ziet
2. Wij _____ langzaam naar de huisarts, want mijn voet doet heel veel pijn. *(We walk slowly to the GP, because my foot hurts a lot.)*
a. loop b. loopt c. lopen d. liepen
3. De dokter zegt: "U _____ in de spreekkamer; u bent nu aan de beurt." *(The doctor says: "You are sitting in the consultation room; it's your turn now.")*
a. zitten u b. zit c. zitten d. zitt

1. zit 2. lopen 3. zit

5. Role-play: Complete the dialogues



a. Bij de huisarts: rug en nek

Patiënt: *Goedemorgen, ik heb pijn in mijn rug en in mijn nek.*
(Good morning, I have pain in my back and in my neck.)

Huisartsassistente: 1. _____

Patiënt: *Mijn hoofd is oké, maar mijn buik voelt ook een beetje raar.*
(My head is okay, but my stomach also feels a bit strange.)

Huisartsassistente: 2. _____

b. Op kantoor: collega voelt zich niet goed

Collega Anna: 3. _____

Collega Mark: *Nee, ik voel me niet goed. Mijn hoofd en mijn buik doen pijn.*
(No, I don't feel well. My head and my stomach hurt.)

Collega Anna: 4. _____

Collega Mark: *Nee, alleen daar. Mijn hele lichaam voelt vandaag erg moe.*
(No, only there. My whole body feels very tired today.)

Example answers:

1. Oei, doet uw hoofd ook pijn of alleen de rug en de nek? 2. Goed, ik maak een afspraak bij de huisarts voor uw rug en uw buik. 3. Hoi Mark, gaat het wel? Je gezicht ziet er bleek uit. 4. Heb je ook pijn in je arm of in je hand, of alleen in je hoofd en buik?

6. Practice in pairs or with your teacher.

1. Je belt de huisartsassistente. Je voelt je niet goed op werk. Je hebt pijn aan je hoofd. Vraag om een afspraak bij de dokter. (Gebruik: het hoofd, pijn, een afspraak)

2. Je bent bij de huisarts. De dokter vraagt: 'Waar heeft u pijn?' Zeg dat je buikpijn hebt. (Gebruik: de buik, pijn hebben, de dokter)

7. Email

Onderwerp: Ziekmelden vandaag

Beste collega,

We kregen je telefoontje dat je vandaag ziek bent. Kun je in een korte mail uitleggen wat er ongeveer aan de hand is? Bijvoorbeeld: heb je pijn aan je **hoofd, rug** of **buik**? Voel je je erg **moe**?

Schrijf ook of je naar de huisarts **gaat** en of je morgen weer kunt **werken**.

Met vriendelijke groet,

Marieke

HR-afdeling



Write an appropriate response: *Ik heb pijn aan mijn ... / Ik ga vandaag naar de ... / Ik denk dat ik morgen ...*

Important verbs

Lopen (to walk)

Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)

ik	loop
jij/je	loopt
hij/zij/ze/het	loopt
wij/we	lopen
jullie	lopen
zij/ze	lopen

Zitten (to sit)

Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)

zit
zit
zit
zitten
zitten
zitten