

HANDLEIDING VOOR LEERKRACHTEN

1e GRAAD LAGER ONDERWIJS



Aanpak & invulling

De verhaallijn: samen met Slurp & Slice gaan leerlingen op speurtocht bij de boer en ontdekken ze waar ons fruit, onze groenten en melk & yoghurt precies vandaan komen.

We delen het ondersteunend materiaal op in **3 stappen**: voorbereiding, beleving uitstap en naverwerking. Aan iedere stap koppelen we telkens 1 of meerdere basisactiviteiten die beantwoorden aan leerdoelen en geven we suggesties voor extra activiteiten. Leerkrachten kunnen zelf kiezen welke onderdelen ze gebruiken. We gebruiken een illustratieve stijl voor het afbeelden van groenten en fruit die kan afwijken van de realiteit. Het is belangrijk leerlingen hiervan bewust te maken.

We geven ook tips over eerder ontwikkeld Oog-voor-Lekkers-lesmateriaal. Zo kan je als leerkracht zelf kiezen om bepaalde facetten uit te diepen.

Er zijn aangepaste varianten beschikbaar voor: kleuters, de 3 graden van het lager onderwijs en OKAN. Leerkrachten BuLo en BuSo kunnen mixen en matchen uit de activiteiten voor de andere graden en types, naar gelang het profiel van de leerlingen

We kiezen voor afwisselende activiteiten en methodieken gelinkt met:

- Taal (bv. verwerven van nieuwe woorden, interview uitwerken...)
- Mening vormen en formuleren: debat, stellingen... (bv. klasgesprek)
- Bewegen (bv. beweeg-kwis)
- Praktische vaardigheden, zelf doen (bv. koken, moestuin aanleggen...)
- Creativiteit: beeldend, muzisch, talig (bv. creatieve teksten schrijven, knutselen, ...)

Voor de basisactiviteiten zijn geen aankopen vereist. Het nodige materiaal is standaard op school aanwezig (bv. stiften, lijm...), ofwel gratis verkrijgbaar. Al het gemaakte materiaal is downloadbaar (click & print).

Leerdoelen en inhouden

We baseren ons op de 'Doorlopende leerlijn voeding & eetgedrag' ontwikkeld door het Vlaams Instituut Gezond Leven vzw (www.gezondleven.be/files/Leerlijnen/Leerlijn-voeding.pdf).

Volgende thema's komen aan bod:

- Gezonde en milieuverantwoorde voeding
 - subthema: de voedingsdriehoek: gezond voor jezelf en de planeet
 - subthema: plantaardige en dierlijke voeding
- Voeding en duurzaamheid
 - subthema: duurzame landbouw
- Bereiden/bewaren van voeding en voedselveiligheid
 - subthema: bereiden

We bundelden de leerinhouden uit deze thema's tot vijf kern-leervragen die de rode draad vormen voor alle doelgroepen. Naar gelang de graad en het type wordt er dieper op ingegaan en meer nuance aangebracht.

1. Wat vind je lekker?

2. Is wat we lekker vinden ook gezond?

3. Waar komt ons voedsel vandaan?

- plant of dier?
- boer of fabriek?
- welke weg legt het af?

4. Hoe kweekt de boer ons voedsel?

- Hoe groeit het? (plant of dier)
- Wat doet de boer? Wat heeft hij nodig?

5. Hoe kan je zelf lekkere & gezonde tussendoortjes maken?

Al het educatieve materiaal waarnaar in deze handleiding verwezen wordt is te downloaden en af te drukken via de website www.oogvoorlekkers.be. Klik op 'voor leerkrachten' en daarna op 'lesmateriaal voor in de klas'.

HANDLEIDING VOOR LEERKRACHTEN

1e GRAAD LAGER ONDERWIJS



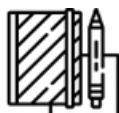
Vorbereiding uitstap



Leervragen

- Wat vind je lekker?
- Is wat we lekker vinden ook gezond? En waarom?

Leerdoelen: cf Leerlijn voeding, thema Gezonde en milieuverantwoorde voeding, subthema: de voedingsdriehoek: gezond voor jezelf en de planeet



Materialen

De [wat-vind-ik-lekker-kaarten](#) en [aankruisformulieren](#) (downloaden via oogvoorlekkers.be & afprinten)

- Reeks A4-kaarten met afbeeldingen van bekende en lokale soorten groenten, fruit, melk & yoghurt en aankruisformulieren met aankruisvakjes, verkleinde afbeeldingen en een invullijntje om de naam van het product te schrijven (1 per kind)
- [Afdruk \(downloadbaar\)](#) of papieren poster met de voedingsdriehoek (aan te vragen via gezondleven.be)



Activiteiten

1. Lekker en gezond voedsel ontdekken met de wat-vind-ik-lekker-kaarten en aankruisformulieren

- De leerkracht toont kaarten met afbeeldingen van bekende en lokale soorten groenten, fruit en melk & yoghurt, (bv. appel, tomaat, courgette, witte melk, yoghurt ...).
- De kinderen duiden op hun aankruisformulier aan wat ze lekker vinden en noteren de naam van het product.

2. Reflectie op de wat-vind-ik-lekker-kaarten via kringgesprek

Richtvragen:

- Welk voedsel werd het meest als “lekker” aangeduid?
- Waarom vinden ze dat lekker/niet lekker? (smaak, geur, mondgevoel...)
- Zat er voedsel tussen dat ze niet kennen of nog nooit gegeten hebben?
- Eten ze dat voedsel vaak? En hoe? (als ontbijt, tussendoortje, in de brooddoos...?)
- En denken ze dat dit gezond is? En waarom?

3. Gezond voedsel leren herkennen aan de hand van de voedseldriehoek

De leerkracht licht het principe van de voedingsdriehoek toe.

De kinderen zoeken het voedsel dat ze lekker vonden (activiteit 1) op in de voedingsdriehoek. Ze leggen de kaarten met dit voedsel bij de juiste plaats op de driehoek. Wat zijn hun conclusies?

4. De brug naar de landbouwitzap

De leerkracht slaat de brug naar het bezoek aan de landbouw.

- Welke groenten en fruit + melk/yoghurt gaan ze daar zien?
- Weten de kinderen hoe de groenten of het fruit groeien? Waar de melk vandaan komt?

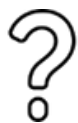
De leerkracht vertelt dat ze samen op speurtocht gaan naar de boer om dat te ontdekken



Ander educatief materiaal om te verdiepen

- [Het land van Calcimus](#)
- [Lekker gezond 1e graad](#)
- [Oog voor Lekkers Song](#)
- [Oog voor Lekkers Gedicht](#)
- [Videolessen met Slurp & Slice](#)

Op speurtocht: omkadering uitstap



Leervragen

- Hoe wordt ons voedsel gekweekt?
- Hoe groeit het? (plant of dier)

Leerdoelen: cf Leerlijn voeding, thema gezonde en milieuverantwoorde voeding



Materialen

- De Oog voor Lekkers [speurkaarten](https://oogvoorlekkers.be) (downloaden via oogvoorlekkers.be & afprinten) met afbeeldingen van bekende en lokale soorten groenten, fruit, melk & yoghurt en hun groeiwijze (struik, boom, plant, koe) (1/kind)
- [Hoe-groeit-het sorteerkarten](#): 1) afbeeldingen met de groeiwijze van de groente, fruit, zuivel (appelboom, aardbeiplant...) 2) categoriekart: plant, boom, dier



Activiteiten

1. Voelen, ruiken, proeven... op het landbouwbedrijf

- Bij het bezoek aan de boerderij (of het fruit- en groentekraam op de lokale markt, de groenteboer...) ligt de focus op zien, voelen, ruiken...en in de mate van het mogelijke proeven.
- Bijkomend, waar mogelijk, gaan de leerlingen op zoek naar hoe het voedsel groeit (plant, boom, struik, dier).

2. Reflectie achteraf aan de hand van de speurkaart

Op hun speurkaart kunnen de leerlingen aanduiden en noteren wat ze gezien en geproefd hebben (dat kan tijdens het bezoek of achteraf in de klas). Tijdens een kringgesprek blikken ze terug op het bezoek:

- Wat hebben ze allemaal gezien, geproefd, geroken?
- Hebben ze nieuwe dingen ontdekt? Hebben ze ontdekt hoe het voedsel groeit, waar het vandaan komt?

3. Sorteerspel: hoe groeit het? (Plant/boom/struik of dier)

- De kinderen matchen de wat-vind-ik-lekker-kaarten met de hoe-groeit-het-kaarten. (appel // appelboom, aardbei // aardbeiplant), bv. in groepjes, om ter snelst...
- De leerkracht laat de kinderen de verschillende groeiwijzen benoemen aan de hand van de kaarten: plant, boom of dier. Daarna groeperen ze de kaarten volgens plant, boom of dier.

Naverwerking uitstap



Leervragen

- Hoe kan je zelf lekkere & gezonde tussendoortjes maken?

Leerdoelen: cf Leerlijn voeding, thema Gezonde en milieuverantwoorde voeding



Materialen

- Fruit, groente en zuivel, materiaal om voedsel te bereiden
- Het Traktatieboekje (downloaden via oogvoorlekkers.be)
- Extra: Afdrukken [landschapstekening](#) (A3) + [pionnen](#)
- Extra: Eierdoosjes, zaadjes, knutselmateriaal



Activiteiten

1. Zelf een gezonde combinatie-traktatie bereiden

De kinderen bedenken in groepjes een eenvoudig recept waarin ze 2 (lokale) soorten voedsel combineren tot een lekker geheel: groenten en fruit/fruit en zuivel/groenten en zuivel. Inspiratie uit het Traktatieboekje, of eigen inspiratie. Ze bereiden dit in een volgende les.

Activiteiten

2. EXTRA: Op ontdekking in het landschap naar lokale voeding

Op een afdrukbare landschapstekening gaan de kinderen op zoek naar hoe lokale voeding groeit

bv. aardbei - serre, wortel - veld, appel - boom, melk - koe
Ze plaatsen de (afdrukbare) pionnen op de juiste plaats.

3. EXTRA: zelf voedsel kweken

Je eigen moestuintje: zaadjes kiemen in een eierdoosje of bakje en je eigen boerderij afbeelden

