

HANDLEIDING VOOR LEERKRACHTEN

2e 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 inhoud

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

2e GRAAD LAGER ONDERWIJS



Vorbereiding uitstap



Leervragen

- Wat vind je lekker?
- Wat is lekker én gezond?

Leerdoelen: cf Leerlijn voeding, thema gezonde en milieuverantwoorde voeding, subthema's: De voedingsdriehoek: gezond voor jezelf en de planeet en Plantaardige en dierlijke voeding



Materialen

- [Kaartenset "bewerkt/onbewerkt"](#) (downloadbaar via oogvoorlekkers.be)
- [Afdruk \(downloadbaar\)](#) of papieren poster met de voedingsdriehoek (aan te vragen via gezondleven.be)



Activiteiten

1. Bewerkt of niet bewerkt, wat is lekker?

Beweegspel

De leerkracht toont kaarten met afbeeldingen van groente, fruit, melk en yoghurt, zowel in bewerkte als in onbewerkte vorm. De kinderen geven via beweging aan wat ze het lekkerst vinden: op de hurken gaan zitten, stap voorwaarts zetten in de kring, aan één kant van de klas gaan staan ... De leerkracht houdt de scores bij op het bord.

Activiteiten

Reflectie via kringgesprek

Richtvragen:

- Welk voedsel werd het meest als “lekker” aangeduid? Waren dat meer bewerkte of onbewerkte voedingsmiddelen?
- Hoe zou dat komen, waarin zitten de verschillen tussen de bewerkte en de niet bewerkte vorm (bv. toevoegen van suiker, frituren, ...)
- Kennen ze zelf nog andere voorbeelden van onbewerkte vs bewerkte voeding? (bv. aardappel > chips)
- En denken ze dat er een verschil is qua gezondheid?

2. Bewerkt of niet bewerkt, wat is gezond? Verkenning met de voedseldriehoek

De leerkracht licht het principe van de voedingsdriehoek toe, en duidt op de nuances, niet altijd zwart/wit goed of slecht, maar meer of minder gezond. Als je de voedingsdriehoek erbij haalt, zal je zien dat onbewerkte of weinig bewerkte voedingsmiddelen meestal de voorkeur krijgen (groen), geen voorkeur (grijze zone), zo weinig mogelijk (rode bol) bv. yoghurt met fruitsmaak en suiker zit in de grijze zone, chips in de rode bol.

De kinderen zoeken op waar de onbewerkte en de bewerkte voedingsmiddelen zich bevinden. Wat zijn hun conclusies?

3. De brug naar de landbouduitstap

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

- Welke groenten en fruit + melk/yoghurt gaan ze daar zien?
- Weten de kinderen welke weg de groenten of het fruit en de melk afleggen vooraleer ze op ons bord komen?



Ander educatief materiaal om te verdiepen

- [Het land van Calcimus](#)
- [Lekker gezond 2e graad](#)
- [Oog voor Lekkers Song](#)
- [Oog voor Lekkers Gedicht](#)
- [Oog voor Lekkers krijttutorial](#)
- [Videolessen met Slurp & Slice](#)

Op speurtocht: omkadering uitstap



Leervragen

- Hoe wordt ons voedsel gekweekt?
- Welke weg legt het af?

Leerdoelen: cf Leerlijn voeding, thema gezonde en milieuverantwoorde voeding



Materialen

- Het [Oog voor Lekkers-speurboekje](https://oogvoorlekkers.be) (downloadbaar via oogvoorlekkers.be)



Activiteiten

Op stap met het Oog voor Lekkers-speurboekje

Aan de hand van het Oog voor Lekkers-speurboekje gaan de kinderen op uitstap. Het boekje bevat spelletjes, raadsels, vragen aan de boer, mama of papa, vragen naar hun eigen lievelingsgerechten met groenten en fruit, melk en yoghurt.... . Zo komt het thema ook tot in de huiskamer.

Een deel van de informatie verzamelen ze tijdens het bezoek, een deel daarna.

De inhoud die aan bod komen:

- Hoe groeit het voedsel? Waar komt het vandaan? (boom/struik/plant/koe) (serre/openlucht) (het hele jaar door/seizoen)
- Wat heeft het nodig om te groeien? (water, voedingsstoffen, ...)
- Hoe komt het op ons bord? Via de fabriek? Rechtstreeks?
- Wat kan je ermee maken? In welke voedingsmiddelen wordt het gebruikt?
- Wat groeit lokaal en wat niet?

Naverwerking uitstap



Leervraag

- 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 (downloadbaar via oogvoorlekkers.be)
- Extra: landschapstekening (A3) + pionnen (downloadbaar via oogvoorlekkers.be)
- Eierdoosjes, zaadjes, knutselmateriaal



Activiteiten

1. Wat zit er in mijn favoriete gerecht of tussendoortje?

De kinderen stellen hun favoriete gerecht of tussendoortje voor (aan de hand van een foto of in het echt). Samen gaan ze na welke groenten of fruit erin verwerkt zitten. (Lokaal? Seizoens? ...) of hoe ze er een meer gezonde versie van kunnen maken met groenten, fruit, melk, yoghurt.

2. Zelf een "lekker lokale" traktatie bereiden

Inspiratie vanuit de gerechten hierboven. De kinderen bedenken in groepjes een eenvoudig recept met producten die een zo kort mogelijke weg hebben afgelegd: seizoensgroenten en fruit, melk en yoghurt, lokaal gekocht, uit de eigen moestuin, uit de boerderijwinkel... Dat kan bereid worden met een eenvoudig materiaal en zonder kookplaat. De kinderen brengen zelf elk iets mee, of de school zorgt hiervoor.

3. 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

Ze plaatsen de (afdrukbare) pionnen op de juiste plaats.

4. EXTRA: Zelf voedsel kweken

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

5. EXTRA: Je favoriete fruit en groenten , melk en yoghurt met krijt op de speelplaats

met de Oog voor Lekkers Krijt-tutorial

