

HANDLEIDING VOOR LEERKRACHTEN

OKAN



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.

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?

Voor OKAN focussen we inhoudelijk op kennismaken met lokale groenten, fruit, melk en yoghurt en deze benoemen. We leggen de link met het voedsel dat de kinderen kennen vanuit hun land van oorsprong. We ontdekken wat gezonde voeding is aan de hand van de voedingsdriehoek en waar ons voedsel vandaan komt. Qua methodieken: focus op taal en de 4 communicatieve basisvaardigheden.

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

OKAN



Vorbereiding uitstap



Leervragen

- Wat vind je lekker?
- Wat is lekker én gezond?
- Wat zijn lokale groenten, fruit, melk & yoghurt?
- Waar komt dat vandaan? Welke weg legt het af?

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



Materialen

De [wat-vind-ik-lekker-kaarten](#) en [aankruisformulieren](#) (downloaden & 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)



Activiteiten

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

Ronde 1: herkennen en benoemen

- De leerkracht toont kaarten met afbeeldingen van de lokale soorten groenten, fruit en melk & yoghurt, de kinderen proberen te benoemen wat ze herkennen.
- De leerkracht draait de kaarten om en toont de naam bij de afbeelding

Ronde 2: wat vind ik lekker? Hoe heet het?

- De kinderen duiden op hun aankruisformulier aan wat ze lekker vinden en noteren de naam ervan op de stippellijn

Ronde 3: Reflectie via kringgesprek

Richtvragen:

- Welk voedsel werd 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?
- Welke groenten en fruit eten zij vaak en vonden ze niet terug? In welke gerechten wordt dit zoal verwerkt bij hen thuis?
- Denken ze dat het afgebeelde voedsel gezond is? Waarom?

2. Gezond voedsel leren herkennen aan de hand van de voedingsdriehoek

De leerkracht licht het principe van de voedingsdriehoek toe.

De kinderen zoeken op of het voedsel dat ze lekker vonden ook gezond is. Wat zijn hun conclusies?

3. Wat zit er in mijn lievelingsrecept?

De kinderen brengen een foto mee (of het bereide recept) van hun lievelingsrecept (van moambe tot moussaka of). Ze stellen het recept kort voor aan de andere kinderen.

Samen gaan ze na welke groenten, fruit of zuivel in het recept zitten.

Ze noteren de woorden of selecteren de betreffende kaarten uit de kaartenset.

4. Speurneusvragen bedenken: Waar komt ons voedsel vandaan? Welke weg legt het af?

De kinderen bedenken per groepje 3 specifieke vragen waarmee ze tijdens het bezoek aan de landbouw meer te weten kunnen komen over de oorsprong van ons voedsel en de weg die het aflegt.

Bijvoorbeeld: welke groenten worden in de serre gekweekt? Waar brengt de boer de gekweekte groenten en fruit naartoe?

5. De brug naar de landbouwwitstap

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

- Welke groenten en fruit + melk/yoghurt gaan ze daar zien?
- Wat willen ze zeker te weten komen?



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?
- Welke weg legt het af?

Leerdoelen: cf Leerlijn voeding, thema Gezonde en milieuverantwoorde voeding



Materialen

- Reportagemateriaal: pen, papier, camera, ...



Activiteiten

1. Op speurtocht met de boer

De kinderen leggen per groepje uit aan de boer naar welke informatie ze specifiek op zoek zijn, aan de hand van hun vragen.

Ze vragen aan de boer om tijdens zijn/haar rondleiding wat meer te vertellen over deze thema's.

2. De Oog voor Lekkers-reporters

Na afloop van de rondleiding interviewen de kinderen in groepjes de boer om het volledige antwoord op hun vragen te weten te komen.

Naverwerking uitstap



Leervraag

- Hoe kan je zelf lekker & gezond eten maken?

Leerdoelen: cf Leerlijn voeding, thema Gezonde en milieuverantwoorde voeding



Materialen

- Materiaal uitwerking reportage
- Fruit, groente en zuivel, materiaal om voedsel te bereiden



Activiteiten

1. Creatieve talige verwerking reportage

De kinderen kiezen een tekstvorm om de antwoorden op hun vragen in te verwerken: een verhaal, een gedicht, of eenvoudigweg een klassieke vraag-antwoord vorm, ... Ze stellen hun tekst aan de anderen voor.

2. Zelf een lekkere en gezonde traktatie bereiden met lokale groenten, fruit, melk & yoghurt

Ter voorbereiding overleggen de kinderen thuis met mama of papa over een eenvoudige traktatie die ze kunnen maken in de klas, met lokale producten, bijvoorbeeld een typisch recept uit hun land van oorsprong.

De kinderen worden in groepjes ingedeeld en kiezen samen welk van de voorgestelde gerechten ze gaan maken. De producten worden meegebracht door de kinderen, of aangekocht door de school.

3. EXTRA: Ben ik een aardbei?

Talig vraagspelletje waarbij de kinderen aan de hand van eenvoudige ja-/nee-vragen over de eigenschappen van groenten en fruit moeten raden welke soort zij vertegenwoordigen. (Ben ik rond? Ben ik zoet? Kom ik vanver...?)