



Lerarenhandleiding groep 1 en 2

Lesprogramma over eten en
smaak voor het basisonderwijs



Inhoudsopgave

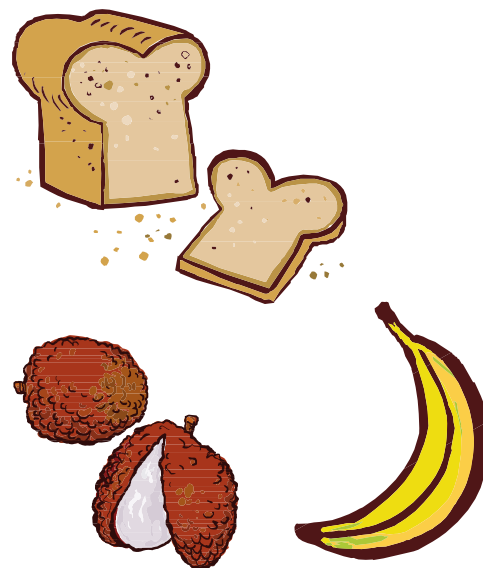
Les 1: Groente en fruit ontdekken	6
Les 2: Van zaadje tot eten	8
▪ Kopieerblad 1	24
Les 3: Lekker schilderen!	10
Les 4: Wanneer eet je?	12
▪ Kopieerblad 2	25
▪ Kopieerblad 3	26
Les 5: Wat heb je nodig?	14
▪ Kopieerblad 4	27
▪ Kopieerblad 5	28
▪ Kopieerblad 6	29
Les 6: Gezond winkelen	16
▪ Kopieerblad 7	30
Les 7: Waar komt mijn eten vandaan?	18
▪ Kopieerblad 8	31
▪ Kopieerblad 9	32
Les 8: Over brood en beleg	20
Les 9: Restaurant in de klas: lunch	22



Inleiding

Hoe ruikt een abrikoos? Durf je iets te proeven wat je nog nooit hebt gegeten? Heeft je lijf iets aan chips? Hoe groeit een sperzieboon? En hoe maak je een lekker, gezond broodje? Smaaklessen stimuleert kleuters om nieuwe smaken te proberen. Ook komen ze meer te weten over de herkomst van ons eten en over gezondheid.

Dit is de lerarenhandleiding Smaaklessen voor groep 1 en 2. Met deze handleiding gaat u samen met uw groep op ontdekkingsstocht in de wereld van ons eten. De handleiding bestaat uit negen lessen. De laatste les is een afsluitende les, waarbij u samen met uw klas een gezonde lunch maakt en eet.



Schema Smaaklessen voor groep 1 en 2

Les	Thema van de les	Lesduur
Les 1: Groente en fruit ontdekken	Proeven van groente en fruit	55 min
Les 2: Van zaadje tot eten	Herkomst van groente en fruit	45 min
Les 3: Lekker schilderen!	Eetbaar schilderij maken	40 min
Les 4: Wanneer eet je?	Verschillende eetmomenten per dag	50 min
Les 5: Wat heb je nodig?	Gezond eten	30 min
Les 6: Gezond winkelen	Winkels waar eten wordt verkocht	45 min
Les 7: Waar komt mijn eten vandaan?	Herkomst van brood en broodbeleg	40 min
Les 8: Over brood en beleg	Proeven van brood en broodbeleg	40 min
Les 9: Restaurant in de klas: lunch	Samen gezonde broodjes maken	45 min (+rijs- en baktijd)

Over Smaaklessen

Smaaklessen is hét lesprogramma over voeding voor groep 1 t/m 8 van de basisschool. Door te proeven, ruiken, voelen, horen en kijken verkennen kinderen hun eten. Hiermee leren kinderen op jonge leeftijd gezonde en duurzame voedingskeuzes te maken. In het inleidende katern van Smaaklessen leest u meer over de achtergronden en doelstellingen. Kijk ook op www.smaaklessen.nl



Schijf van Vijf

Wanneer het thema gezondheid behandeld wordt in Smaaklessen, is de Schijf van Vijf het uitgangspunt. De Schijf van Vijf bestaat uit producten die volgens de laatste wetenschappelijke inzichten goed zijn voor je lichaam. Als je volgens de Schijf van Vijf eet, eet je genoeg van alle producten die gezondheidswinst opleveren en die zorgen voor genoeg energie en alle nodige voedingsstoffen. De Schijf van Vijf bestaat uit 5 vakken. Kies elke dag genoeg uit elk vak en varieer daarbij volop, dan krijgt je lijf wat het nodig heeft. In het lesmateriaal worden vaak producten die in de Schijf van Vijf staan besproken, dit zijn producten die gezond voor je zijn. Producten buiten de Schijf van Vijf kan je beter niet te veel en niet te vaak eten. Kijk ook op de website van het Voedingscentrum welke producten er in de Schijf van Vijf staan en welke niet. Tip: gebruik de tool 'Kies ik gezond?'.

Organisatie

Groep 1 en 2

U kunt alle Smaaklessen uit deze handleiding in één schooljaar geven. Ook kunt u ervoor kiezen om ze te verdelen over twee jaar. Dan krijgen de leerlingen tijdens de hele kleuterperiode alle Smaaklessen.

Frequentie

Er zijn verschillende manieren om Smaaklessen in te zetten.

- Project: Verdeel de lessen over de verschillende dagen van de projectperiode.
- Verspreid over het schooljaar: Maak van tevoren een planning, zodat alle lessen aan bod komen.
- Koppeling lesmethoden: Op www.smaaklessen.nl vindt u een overzicht van hoe u Smaaklessen kunt combineren met bestaande lesmethodes in het basisonderwijs.

Hulpouders

Vraag bij de lessen eventueel hulp van ouders. Met name bij les 1 en 9 kunnen één of meerdere hulpouders u veel werk uit handen nemen.

Vorbereidingstijd

Bij elke les staat de voorbereidingstijd. Deze is exclusief boodschappen doen. Bij sommige lessen heeft u bijvoorbeeld verse groente en vers fruit nodig. De tijd die het kost om deze producten te kopen is

moeilijk in te schatten. U bespaart tijd door extra producten voor de lessen mee te nemen wanneer u zelf boodschappen doet. Op scholen waarbij alle groepen Smaaklessen krijgen, kunnen leerkrachten bij toerbeurt alle boodschappen doen. Soms kan een ondersteunende kracht, zoals de conciërge of een ouder, de producten kopen en klaarzetten voor Smaaklessen.

Kosten

Bij Smaaklessen hoort écht zien, ruiken, voelen en proeven van eten. Dit betekent dat u voor vrijwel alle lessen een aantal echte voedingsmiddelen nodig heeft. Als u alle Smaaklessen voor groep 1 en 2 uitvoert, zijn de kosten voor de producten tussen de € 45,- en € 65,-. Bespaar kosten door sponsoring te vragen bij de supermarkt of door leerlingen producten van thuis te laten meenemen. Eventueel kunt u kosten besparen door echt eten af te wisselen met lege verpakkingen, afbeeldingen van de kopieerbladen of het digibordmateriaal.

"Kinderen moeten toch weten dat een spuitje niet uit de boom valt" Lees praktijkverhalen op www.smaaklessen.nl.



Materialen

Lerarenhandleiding

Hierin staan de lesactiviteiten beschreven met doelstellingen, lesduur, benodigde materialen en lesverloop.

Kopieerbladen

Deze staan achter in de lerarenhandleiding. U kunt deze ook in zwart-wit kopiëren. De kopieer-bladen zijn ook digitaal beschikbaar via het digibord.

Digibord

Bij sommige lessen kunt u gebruik maken van digibordmateriaal. Dit betekent dat er digitale extra's zijn, zoals spelletjes, filmpjes of kopieerbladen. Ook is er een eindtoets die u na de laatste Smaakles kunt doen. Hierin komt alle lesstof nog eens terug. Wanneer er een digibordopdracht is, vindt u bovenaan de les één van de hiernaast afgebeelde iconen. Dit icoon verwijst naar de bijbehorende digibordopdracht(en) voor deze les. In de les ziet u vervolgens precies waar u het digibord kunt gebruiken:

Ga naar www.smaaklessen.nl/digibord.

Inspiratieboek

Bent u op zoek naar extra lesideeën bij uw Smaakles? Ga dan naar het online inspiratieboek op www.smaaklessen.nl. Hier vindt u per les óf per thema korte extra lesactiviteiten, zoals spelletjes, creatieve opdrachten, experimenten en filmpjes.

Combinatietips! +

U kunt Smaaklessen combineren met andere vakken in het basisonderwijs, er zijn veel raakvlakken. Bij elke les vindt u een combinatie-tip. Gebruik deze tip om tijdens de Smaakles aandacht te besteden aan bijvoorbeeld taal, rekenen of beeldende vorming.

Legenda



15
MIN

Geeft de voorbereidingstijd weer



45
MIN

Geeft aan hoe lang de uitvoering van de activiteit duurt

Thema's digibord



Eindtoets



Proeven



Kiezen



Gezond



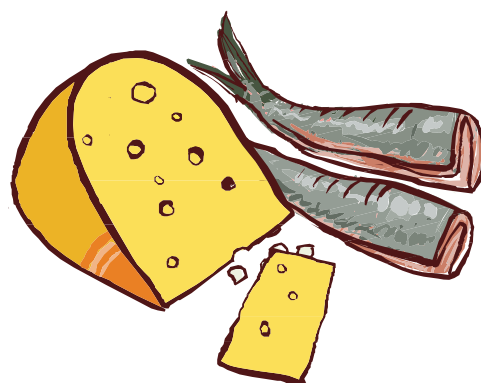
Koken



De wereld



Eten & weten





Les 1

Groente en fruit ontdekken

Doelen

De leerlingen:

- leren verschillende soorten groente en fruit te proeven, zoals paprika, worteltjes, kiwi en ananas
- kunnen vertellen waarom ze een stuk groente of fruit wel of niet lekker vinden
- weten dat je eten kunt ontdekken door te proeven, ruiken, voelen, horen en kijken

Materialen

- verschillende soorten groente en fruit, zoals paprika, worteltjes, kerstomaatjes, bleekselderij, kiwi, ananas, mango, pruim, druif en peer
- scherp mesje, snijplank
- cocktailprikkertjes
- twee schalen
- twee grote vellen papier
- kleurpotloden of verf en kwasten
- prikpenen of scharen

Vooraf

- Regel eventueel hulpouders voor deze les.
- Zorg dat zaken als messen, vorken, lepels, werkblad, vaatdoekje en theedoek schoon zijn.

Inleiding

Groente en fruit in de kring

Leg de verschillende soorten groente en fruit in het midden van de kring en praat met de leerlingen over hoe deze eruit zien.

Vraagsuggesties

- Welke vormen zie je?
- Welke kleuren zie je?
- Wat vind je er lekker uitzien?
- Waarom ziet dat er volgens jou lekker uit?
- Wat vind je er niet lekker uitzien? Waarom?
- Vindt iedereen hetzelfde lekker?

Kern

Smaak en de zintuigen

De leerlingen mogen nu de stukken groente en fruit doorgeven.

Vraagsuggesties

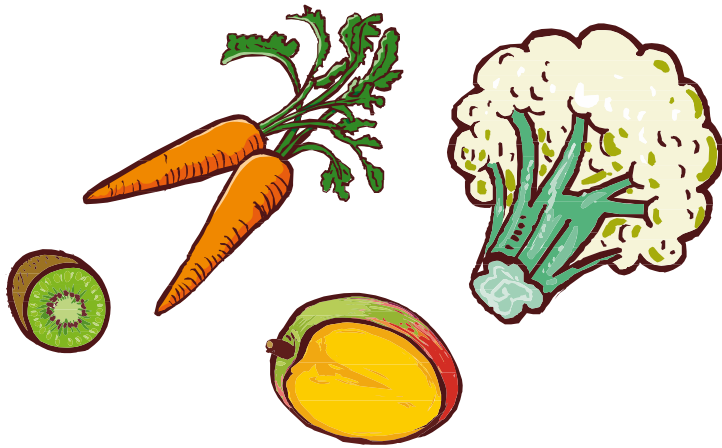
- Wat ruik je?
- Ruikt het lekker?
- En ruikt het een beetje zoals iets anders?
- Doet het je ergens aan denken?
- Voel eens goed aan het fruit. Is het glad, zacht, hard, ruw?

Nu is het tijd om te proeven. Was met de hele klas de handen.

Als je met eten werkt, moet je schone handen hebben. Snijd alles in hapklare stukjes en prik er een cocktailprikkertje in.

Maak twee schalen, één met groente en één met fruit. Vraag de leerlingen allemaal minimaal één stukje uit elke schaal te pakken. Het is leuk als ze nieuwe soorten durven te proberen. Kennen de leerlingen de namen? Vraag bij het proeven naar zintuiglijke waarnemingen. Vraag ze vooraf om goed te kauwen en te luisteren. Een stukje peer klinkt bijvoorbeeld sappig en een wortel knapperig.





Vraagsuggesties

- Hoe smaakt het?
- Smaakt het zoet, zuur, zout of bitter?
- Hoe ziet het eruit, bijvoorbeeld vanbinnen?
- Hoe voelt het in je mond?

Herhaal later in de week de namen van de nieuwe soorten die de leerlingen ontdekt hebben tijdens de Smaakles en oefen met namen van andere soorten groente en fruit. ➡

Afsluiting

Tekenopdracht

Laat de leerlingen na het proeven helpen opruimen. Daarna kunnen zij elk hun lievelingsgroente en -fruit tekenen. Laat ze deze tekeningen uitknippen of uitprikken en plak het resultaat op grote vellen: **Ons lekkerste fruit** en **Onze lekkerste groente**. Leerlingen kunnen ook groente en fruit op een kralenplankje maken. Maak er dan een foto van!

Werkvormen

Klassikaal

kringgesprek, proeven, knutselen, nabespreken

Individueel

knutselen

Combinatietip +

Noem de verschillende kleuren, vormen en texturen van groente en fruit. Denk hierbij aan krom, recht, rond, ovaal, breed, smal, dik, dun, klein, groot, ruw, glad, enzovoort. (Vak: taal)

Lessuggesties uit het online inspiratieboek

Doe diverse smaakspelletjes in de speelzaal of doe de opdracht **Timpe Tampe Toveraar**, waarbij verschillende soorten groente en fruit worden uitgebeeld.



Les 2

Van zaadje tot eten

Doelen

De leerlingen:

- kennen verschillende soorten groente en fruit, zoals komkommer, paprika, appel, sinaasappel en peer
- weten hoe een sperziebonenplant groeit
- weten dat alle soorten groente en fruit ontstaan vanuit een zaadje en groeien aan een plant of boom

Materialen

- twee stukken veelvoorkomend fruit met pitten of zaden, zoals appel, sinaasappel of peer
- een sperzieboon en een ander veelvoorkomend stuk groente met pitten of zaden, bijvoorbeeld komkommer of paprika
- sperziebonenzaad, pot, aarde
- [kopieerblad 1](#), voor iedere leerling één

Vooraf

- Knip de kaartjes van [kopieerblad 1](#) los.



Inleiding

[Soorten leren kennen](#)

Laat de leerlingen de verschillende soorten groente en fruit zien.

Vraagsuggesties

- Wat zie je?
- Weet je hoe dit heet?
- Waar komen groente en fruit vandaan?
- Komt dit uit de fabriek?
- Groeit dit aan een plant of een boom, denk je?
- Kijk, deze snijd ik doormidden. Zie je wat erin zit?
- Hoe heet dit?
- Waarvoor zijn die pitten of zaden?

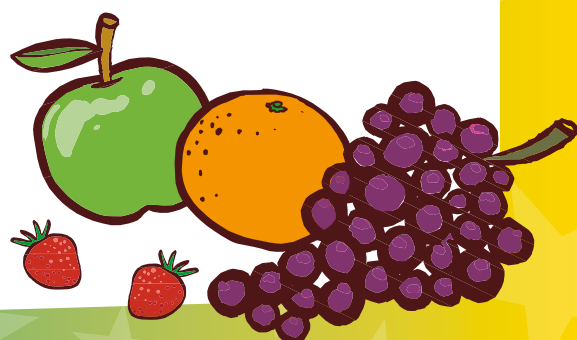
Kom later in de week terug op de les. Weet iedereen nog welke soorten groente en fruit u mee had?

Kern

[Zo groeit een sperzieboon](#)

Laat de leerlingen een hele sperzieboon zien. Breek hem vervolgens doormidden en laat het zaad in de boon zien.

Hierna leert u de leerlingen het rijmpje over de groei van een bonenplant. Tijdens dit rijmpje kunnen de leerlingen de groei uitbeelden. Bij het zaadje zit je in elkaar gedoken op de grond. Dan kom je steeds verder omhoog en groei je uit tot een grote bonenplant met veel bonen. Dat kun je laten zien door met je vingers te wiebelen.



Bonenrijmpje

Ik ben een klein zaadje
Onder de grond
Er groeit pas een steeltje
Als er water bij komt

Mijn steeltje wordt hoger
En dikker en sterk
Er komen ook al blaadjes
Dat is toch een werk!

Ik groei nu steeds verder
Naar de zon licht en blij
Als ik groot genoeg ben
Groeien er bloemen aan mij

Als de bloemen zijn uitgebloeid
Moet je toch zien
Dan komen de bonen
Veel meer dan tien!

De goede groeivolgorde

Na dit rijmpje kunnen de leerlingen aan de slag met [kopieerblad 1](#). Deze kunt u ook bewaren voor later in de week. Kunnen de leerlingen de losgeknipte kaartjes op de juiste volgorde leggen? Beseffen ze dat alle soorten groente en fruit aan planten of bomen groeien? En weten de leerlingen wanneer de boon het beste groeit? Als het warm is, zoals in de zomer of als het koud is, zoals in de winter?

Afsluiting

Bonen planten

Nu gaan de leerlingen zelf ervaren hoe een bonenplant groeit. Plant samen met hen de bonen of het bonenzaad in de grond van de schooltuin of in een bakje met aarde in de vensterbank. Vertel dat ze de komende weken gaan kijken hoe de bonen ontkiemen en de plant groeit. Begrijpen de leerlingen dat elke soort groente en fruit, net als de sperzieboon, begint met een klein zaadje in de grond? Dit geldt ook voor de soorten groente en fruit die ze aan het begin van de les hebben bekeken.

Werkvormen

Klassikaal

kringgesprek, rijmpje opzeggen,
tuinieren, nabespreken

Individueel

rubriceren

Combinatietip +

Benadruk tijdens de les wat een plantje nodig heeft om te groeien. De bol of plant staat in de grond, om te groeien heeft hij licht van de zon, stofjes uit de grond en water van de regen of gieter nodig. (Vak: biologie)

Lessuggesties uit het online inspiratieboek

Doe de opdracht [Tuinkers zaaien](#); ontdek hoe groente er vanbinnen uitziet of kweek zelf planten met de zaadjes.



Les 3 Lekker schilderen!

Doelen

De leerlingen:

- kunnen vertellen welke soorten fruit en groente ze lekker vinden voor hun eetbare schilderij
- kunnen omschrijven wat van hun eetbare schilderij ze lekker vinden en wat niet
- weten dat je iets nieuws soms wel tien keer moet proberen voordat je aan de smaak gewend bent

Materialen

- baret (in de rol van schilder)
- verschillende soorten rauwe groente en fruit, voldoende om voor iedere leerling een eetbaar schilderij te maken
- scherp mesje, snijplank
- voor elke soort groente en fruit een schaal
- vellen papier
- borden, voor iedere leerling één
- vorken, voor iedere leerling één

Vooraf

- Regel eventueel hulpouders voor deze les.
- Zorg dat zaken als messen, vorken, werkblad, vaatdoekje en theedoek schoon zijn.
- Schil de verschillende soorten fruit en groente en snijd ze, zo nodig, in stukjes.

Tip

- Maak een foto van elke schilderij voordat hij wordt opgegeten en hang deze op in de klas.

Inleiding

Spel als schilder

Zet de baret op en speel de schilder. Op deze wijze maakt u duidelijk wat de leerlingen deze les gaan doen. Maak tijdens dit toneelstukje het eerste eetbare schilderij en serveer dit aan enkele kinderen.

Tekstsuggestie

"Vandaag maak ik een prachtige schilderij! Of moet ik zeggen: een heerlijk schilderij! Als eerste was ik daarom mijn handen. Nu kies ik wat ik wil 'schilderen'. Eh... ik ga een vlinder maken! Welke soorten groente en fruit kan ik daarbij gebruiken? Hm, laat me eens kijken. Ik kan partjes aardbei gebruiken voor zijn hoofd en lijf. En... ik ga komkommerschijfjes gebruiken voor zijn vleugels. Kijk! Dat wordt al mooi. Ik gebruik twee zwarte besjes voor zijn ogen. En nu maak ik gras eronder van tuinkers. Ja! Mooi! Hoe vinden jullie mijn eetbare schilderij? Wil er iemand een hapje proberen?"

Kern

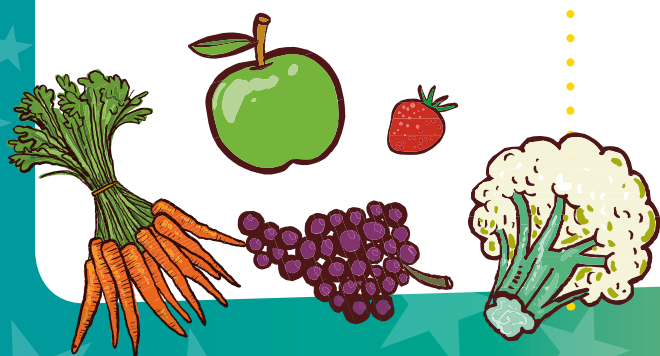
Iedereen gaat 'schilderen'

Heeft iedereen de handen gewassen? Alle leerlingen gaan nu namelijk hun eigen eetbare schilderij maken. U kunt deze in de (kleine) kring laten maken, in groepjes of in de proefhoek. De leerlingen mogen zelf kiezen welke soorten fruit en groente ze gebruiken om hun schilderij te maken. Als iedereen een schilderij heeft gemaakt, is het leuk om ze tentoon te stellen voor elkaar en daarna gezamenlijk op te eten.

Vraagsuggesties

- Wat voor schilderij heb je gemaakt?
- Welke soorten groente en fruit heb je gebruikt?
- Hoe smaakt je schilderij?
- Welke groente vind je lekker? Niet lekker?
- Welk fruit vind je lekker? Niet lekker?
- Waarom vinden we niet allemaal dezelfde soorten groente en fruit lekker?

Leg uit dat smaken verschillen. Het heeft er ook mee te maken wat je gewend bent en wat je thuis vaker eet. Soms moet je iets wel tien keer proberen voordat je aan de smaak gewend bent. Iets wat je nu niet lust, vind je in groep 3 misschien ineens heel lekker. Proeven is dus best stoer.



Afsluiting

Schilderij lied

Zing het afsluitende liedje op de wijs van 'In de Maneschijn'.

Maak een schilderij, maak een schilderij
Ik maak een dier of plant of misschien allebei
En je raadt het niet, en je raadt het niet
'k Maak een schilderij van groente en fruit
Komkommer, appel, wortel, aardbei en wie weet een spruit
En dat is één, en dat is twee
Hoeveel fruit en groente doen er eigenlijk mee?
Zoveel ik wil, dan is het top!
En dan eet ik 't schilderijtje lekker op! Op-op!

De leerlingen maken de volgende bewegingen hierbij:

- Regel 1: met de handen schilderbewegingen maken
Regel 2: linker vuist (dier), rechter vuist (plant), handen in elkaar (allebei)
Regel 3: met opgeheven wijsvinger schudden op 'raadt het niet'
Regel 4: met de handen schilderbewegingen maken
Regel 5: pakbewegingen bij verschillende groente en fruit
Regel 6: op 'één' 1 vinger opsteken; op 'twee' een tweede vinger erbij opsteken
Regel 7: handpalmen omhoog in vragende houding
Regel 8: armen wijd (zoveel ik wil), duimen omhoog (top)
Regel 9: eetgebaren maken met beide handen naar de mond. Bij 'op-op': 1 keer klappen en 1 keer met handen op schoot klappen

Eindig met een korte terugblik. Doe dit eventueel in de rol van schilder. Laat ze uitleggen wat ze deze les hebben gedaan en geleerd.

Werkvormen

Klassikaal

Kringgesprek, koken, proeven, zingen, bewegen, nabespreken

Combinatietip +

Bespreek aan het einde van de les welke nieuwe woorden de leerlingen tijdens de les hebben geleerd. Zo oefenen ze met de nieuwe woorden. Herhaal deze woorden de komende dagen in de klas. (Vak: taal)

Lessuggesties uit het online inspiratieboek

Ga naar Eetbare schilderijen en bekijk wat voor leuke schilderijen je allemaal met eten kan maken.





Les 4

Wanneer eet je?

Doelen

De leerlingen:

- weten dat we eten om te groeien, voor een goede gezondheid en omdat het lekker is
- weten dat er drie hoofdmaaltijden zijn: ontbijt, lunch en diner
- weten welke voedingsmiddelen horen bij ontbijt, lunch en diner
- kennen het verschil tussen maaltijden en extra's

Materialen

- drie hoepels
- (leeg) pak Brinta of havermout, boterham, aardappel
- blikje frisdrank, reep chocola
- [kopieerblad 2 en 3](#). Of kies voor lege verpakkingen van de producten op deze kopieerbladen

Vooraf

- Knip de kaartjes van [kopieerblad 2 en 3](#) los.



Inleiding

Waarom eten we?

De leerlingen zitten in de kring. Praat met hen over waarom we eten. Natuurlijk komt aan bod dat eten lekker is en dat je ervan kunt groeien. Vertel ook dat je eet om gezond te blijven. Zo helpen groente en fruit je ogen om beter te zien. En ontbijten helpt je bijvoorbeeld om fit aan de schooldag te beginnen.

Leer de leerlingen het volgende rijmpje, waarbij ze een dansje kunnen doen.

Dames en heren,
boterhammen, peren
Het is niet te geloven
hoe lekker alles is

Keren, keren,
sperziebonen, vis
Het is niet te geloven
hoe lekker alles is

Niet...mis!

Dansje

Laat de leerlingen in een kring staan, met de handen vast. Bij het rijmpje horen deze bewegingen:

Dames en heren, boterhammen, peren, het is niet te geloven, hoe lekker alles is: [de leerlingen lopen hand in hand linksom](#)
Keren, keren, sperziebonen, vis: [de leerlingen lopen hand in hand rechtsom](#)
Het is niet te geloven: [ze staan stil, blijven elkaar vasthouden en doen de handen omhoog](#)
Hoe lekker alles is: [de handen worden weer naar beneden gedaan](#)
Niet mis: [handen los en met een sprongetje bij "niet" en op de grond vallen bij "mis"](#)

Praat nu met de leerlingen over de voedingsmiddelen die in het rijmpje genoemd zijn.

Vraagsuggesties

- Wanneer eet je boterhammen?
- En wanneer een peer?
- Eet je weleens sperziebonen in de ochtendpauze?
- Wanneer dan wel?
- En vis?



Kern

Ontbijt, lunch en avondeten

Leg drie hoepels in de kring. Leg in de eerste een pak Brinta of havermout, in de tweede een boterham en in de derde een aardappel. De hoepels staan voor de drie maaltijden die we per dag eten. Weten de leerlingen hoe die heten? Je hebt het ochtendeten of het ontbijt, de lunch of het middageten en het diner of het avondeten.

Deel alle losgeknipte kaartjes of lege verpakkingen uit en geef iedere leerling er minstens één. Om beurten leggen ze een voedingsmiddel in één van de hoepels: bij welke maaltijd hoort het? Soms kan een voedingsmiddel in meer dan één hoepel komen te liggen. Laat de leerling dan zelf een keuze maken en daarbij uitleggen waarom hij voor die maaltijd kiest. Laat de leerlingen bij deze oefening de namen van de drie maaltijden vaak herhalen! ➡

Cola en chocola

Laat het blikje fris en de reep chocola zien. Vraag de leerlingen in welke hoepel deze voedingsmiddelen horen: horen ze bij het ontbijt, de lunch of het diner? Het blikje fris en de chocola horen in geen van de hoepels, want hier heeft je lijf niets aan. Het zijn dus extra's. Welke andere extra's kennen ze? Denk aan snoep, ijs en chips.

Afsluiting

Zit-sta-spel

Eindig met een spelletje. De leerlingen moeten gaan staan als u een voedingsmiddel noemt dat bij één van de drie maaltijden hoort. Ze moeten blijven zitten als het om eten tussendoor gaat. Ook hier kunnen sommige voedingsmiddelen in beide categorieën vallen. Vraag dan aan een leerling die blijft zitten waarom hij is blijven zitten. En waarom is iemand anders juist blijven staan? Een komkommer kan je bijvoorbeeld ook tussendoor eten of bij de lunch. Als een leerling een goede reden heeft voor een bijzondere keuze, is dat dus ook vaak goed.

Noem de volgende voedingsmiddelen:

rijst – pinda's – waterijsje – tomaat – sperziebonen –
thee – chocola – ontbijtkoek – soep – appel – gehaktbal –
koekje – vla – sla – plakje cake – patat – milkshake –
spinazie – aardappels – chips – pannenkoeken –
komkommer – spaghetti – boterham –
dropje – banaan – pap – eierkoek

Werkvormen

Klassikaal

kringgesprek, zingen, bewegen,
indelen, spel, nabespreken

Combinatietip +

Leg een aantal (kaartjes) van de voedingsmiddelen in de kring. Laat de leerlingen deze voedingsmiddelen goed bekijken en benoemen. Laat ze nu hun ogen sluiten en haal een voedingsmiddel weg. De leerlingen noemen welk voedingsmiddel er weg is. (Vak: taal)

Lessuggesties uit het online inspiratieboek

Bekijk een filmpje van Moffel en Piertje over ontbijten.





+ lottospel: 10 minuten per tweetal

Doelen

De leerlingen:

- weten dat voedingsmiddelen zoals, brood, rijst, groente, fruit en melk nodig zijn om gezond groot te worden
- weten dat je lijf niets heeft aan extra's zoals, snoep, chips en koek, dus dat je die alleen af en toe neemt

Materialen

- boodschappentas met een aantal voedingsmiddelen binnen de Schijf van Vijf, zoals verschillende soorten groente en fruit, volkorenbrood, zilvervliesrijst, volkorenpasta, pak halfvolle melk, fles water, theezakje, kaas en een ei. En een aantal voedingsmiddelen buiten de Schijf van Vijf, zoals chocola, een lolly, chips en koekjes (eventueel zijn de voedingsmiddelen te vervangen door de kaartjes van de [kopieerbladen](#))
- 2 grote manden
- [kopieerblad 4, 5 en 6](#)

Vooraf

- Knip de kaartjes van [kopieerblad 4, 5 en 6](#) los.

Les 5 Wat heb je nodig?

Inleiding

[Wat is een extra?](#)

Pak een zakje chips en laat het aan de leerlingen zien. Vertel ze dat dit uw lunch is. Laat de leerlingen hierop reageren. Vraag of je chips nodig hebt om gezond groot te worden. Wat heb je wel nodig om te groeien? Denk aan brood, melk, fruit, groente, water, vlees of vis. Hierdoor kun je groeien, buiten spelen en fit naar school. Producten zoals chips of snoep heb je niet nodig om te groeien, daar geniet je alleen af en toe van. Welke extra's kennen de leerlingen nog meer?

Kern

[Boodschappen bekijken](#)

Pak nu de gevulde boodschappentas erbij of laat de kaartjes van de [kopieerbladen](#) zien. Vertel de leerlingen dat u boodschappen hebt gedaan in de supermarkt en dat jullie gaan kijken aan welke voedingsmiddelen je lijf wel of niet iets heeft. Leg twee manden neer. In één mand komen alle voedingsmiddelen waar je lijf iets aan heeft. Daar zitten veel gezonde stoffen in, zoals vitamines. In de andere mand komen de voedingsmiddelen waar je lijf niets aan heeft maar die je af en toe als extra neemt. Laat steeds een leerling iets uit de grote tas pakken. ➡



Vraagsuggesties

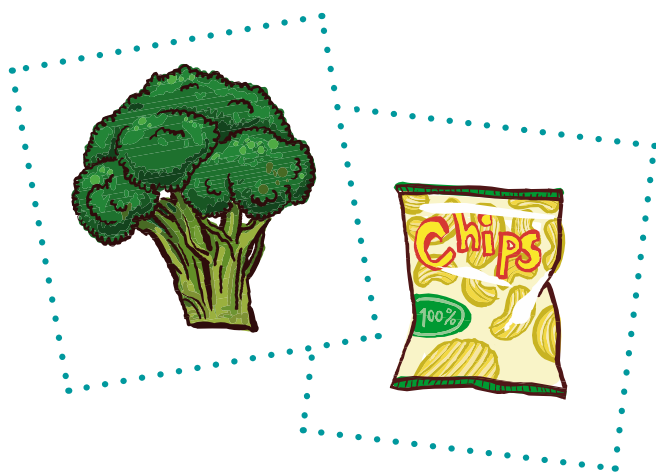
- Wat is dit?
- Wanneer eet of drink je dit?
- Vind je het lekker?
- Is het iets waar je lijf echt iets aan heeft, of is het een extra?
- Kun je hier veel van eten, of kun je dit beter alleen af en toe nemen?

Laat de leerling vervolgens kiezen in welke mand het product thuis hoort. Producten waar je lijf niets aan heeft (en die dus buiten de Schijf van Vijf staan) zijn: hagelslag, chips, chocola, biscuitje, cola, limonade, lolly en chocoladepasta. De overige producten zijn allemaal producten waar je lijf iets aan heeft.

Afsluiting

Lottospel

Laat de leerlingen in tweetallen het lottospel spelen met de kaartjes van de [kopieerbladen](#). Geef ze hierbij de opdracht om plaatjes bij elkaar te zoeken waar eten op staat waar je lijf iets aan heeft. Dat is dus eten waardoor je gezond groot wordt. Laat ze ook de kaartjes met snoep en andere extra's bij elkaar leggen. Die horen ook bij elkaar. Let op: er zijn veel minder kaartjes met extra's. Zo zien de leerlingen hoe belangrijk het is om veel meer gezonde producten te eten dan extra's.



Werkvormen

Klassikaal

kringsprek, indelen, nabespreken

Tweetallen

spel

Combinatietip +

Het is gezond om elke dag 2 stuks fruit te eten. Hoeveel fruit heb je dan nodig voor jouw gezin? Laat de leerlingen dit uitrekenen met echt fruit. Ze pakken voor elke persoon die in hun huis woont (vader, moeder, broertjes, zusjes) twee stuks. Laat ze nu tellen hoeveel dit in totaal is. (Overigens geldt voor kleuters dat ze voldoende hebben aan 1,5 stuks fruit per dag.)
(Vak: rekenen)

Lessuggesties uit het online inspiratieboek

Doe de opdracht Snoep Goed en maak een groot snoepkunstwerk.



+ eventueel tijd voor
supermarktbezoek: 45 minuten

Doelen

De leerlingen:

- weten wat je kunt kopen bij de bakker, groenteboer, slager en melkboer
- weten dat je in de supermarkt alle soorten eten kunt kopen

Materialen

- voedingsmiddel uit de volgende vier winkels: bakker, groenteboer, slager en melkboer, zoals een brood, een stuk groente of fruit, een aardappel, een droge worst en een (leeg) pak melk
- speelgoedkassa
- [kopieerblad 7](#)

Vooraf

- U kunt ook een deel van deze les laten plaatsvinden in de winkelhoek.
- Knip de kaartjes van [kopieerblad 7](#) los.

Les 6 Gezond winkelen

Inleiding

Waar koop je wat?

Leg de voedingsmiddelen in de kring. Vraag de leerlingen waar je elk voedingsmiddel kunt kopen. Praat daarover verder.

Vraagsuggesties

- Kom jij zelf wel eens bij een bakker, groenteman, slager of melkboer?
- Wat koop je bij de bakker?
- Wat koop je bij de groenteman?
- Wat koop je bij de slager?
- Wat koop je bij de melkboer?
- De melkboer bestond eigenlijk alleen vroeger, maar waar kun je nu melk kopen?
- Wat is het verschil tussen de supermarkt en de winkels waar we het net over hadden?
- Bij de supermarkt kun je alles kopen, maar ligt het ook allemaal door elkaar?
- Bij de supermarkt ligt alles soort bij soort, dat heet dan een afdeling. Kun je zo'n afdeling noemen? Denk aan de broodafdeling, versafdeling, vleesafdeling, melkafdeling.

Kern

Zelf boodschappen doen

Leg de vier voedingsmiddelen, goed zichtbaar, in de vier hoeken van de klas (of speelzaal). Deze hoeken stellen de vier soorten winkels of afdelingen van de supermarkt voor. Noem een aantal voedingsmiddelen op en laat de leerlingen rennen naar de juiste winkel of afdeling.

Denk bijvoorbeeld aan: spinazie, kaas, broodje, gehakt, pak melk, biefstuk, bruin brood, boter, kersen.



Winkelen in de klas

Zet een (speelgoed)kassa op een tafel voorin de kring en speel het raadspel: "Wie ben ik?" De leerling die de beurt krijgt, geeft u onopvallend één van de vier kaartjes van de soorten winkeliers van het [kopieerblad](#). Nu weet de leerling wat voor winkelier hij is! Deze leerling mag nu steeds iemand aanwijzen die om een bepaald soort eten mag vragen: "Mag ik van u...?" Dezelfde leerling die winkelier speelt, antwoordt met: "Ja hoor dat kost..." of "Sorry, dat verkoop ik niet." Op deze manier moet de klas er achter komen wat voor winkelier het is. Hoeveel beurten heeft de klas nodig om te raden om wat voor winkel het gaat? Kunnen ze daarna vijf keer achter elkaar de juiste voedingsmiddelen kopen bij de winkelier?

Afsluiting

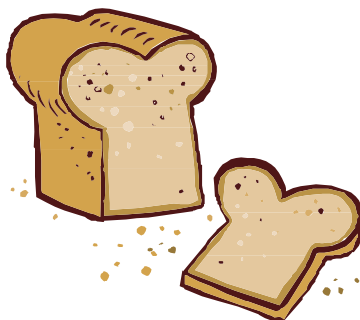
Liedje

Zing met de leerlingen het volgende liedje op de wijs van Altijd is Kortjakje ziek. Wissel de winkeliers af en wijs steeds een leerling aan die een voedingsmiddel moet noemen dat bij de betreffende winkel te krijgen is (bij de stippellijn op de derde regel). U kunt ook de beurt in de kring doorgeven.

Als ik onze bakker* groet
Weet ik wat ik hebben moet
Geef mij ... dank u wel
Dan kan ik naar huis heel snel
Als ik onze bakker* groet
Weet ik wat ik hebben moet

*of groenteboer, slager, melkboer

Ga dan met de leerlingen naar de plaatselijke supermarkt. Als dit niet kan, kunt u met de leerlingen een filmpje kijken op het digibord. ➡ Bespreek wat er allemaal te krijgen is en loop langs de brood-, groente- en fruit-, vlees- en zuivelafdeling. Weten de leerlingen dat je in de supermarkt bijna alles kunt kopen?



Werkvormen

Klassikaal

kringgesprek, zingen, bewegen, spel, excursie, nabespreken

Combinatietip +

Besteed aandacht aan de verkeersregels wanneer u naar de supermarkt loopt. Wat betekent een verkeersbord en welke regels zijn er bij het oversteken? (Vak: verkeer)

Lessuggesties uit het online inspiratieboek

Speel het spel De winkel op de hoek of maak een winkelhoek in de klas.





Les 7

Waar komt mijn eten vandaan?

Doelen

De leerlingen:

- weten dat graan het hoofdbestanddeel is van bijvoorbeeld brood en beschuit
- weten waar een aantal soorten broodbeleg van gemaakt worden, zoals worst, kaas en jam
- kunnen verschillende soorten drinken noemen, zoals melk, thee en water
- weten wat de herkomst is van melk, thee en water

Materialen

- graan aar, bijvoorbeeld verkrijgbaar bij een boerderij of bij een molen (eventueel kaartje laten zien van [kopieerblad 8](#)), meel
- voorbeeld(en) van een overblijflunch
- [kopieerblad 8 en 9](#)

Vooraf

- Knip de kaartjes van [kopieerblad 8 en 9](#) los.

Inleiding

Onze lunch

Laat enkele leerlingen hun lunch op een tafel in de kring zetten. Het is goed om hierbij wat verschillende keuzes neer te leggen. Zorg in ieder geval dat er brood ligt met beleg en een paar verschillende soorten dranken. Als de leerlingen geen lunch meenemen, dan kunt u zelf voor een voorbeeldlunch zorgen: een boterham met slablaadjes en ham of kaas en een glas melk.

Vraagsuggesties

- Wat voor eten hoort bij de lunch?
- Zie je iets waarvan je de naam niet kent?
- Wat is dit?
- Zie je ook dingen die je nog nooit hebt geproefd?

Kern

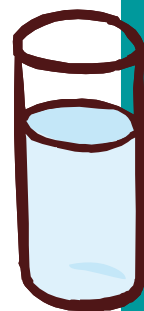
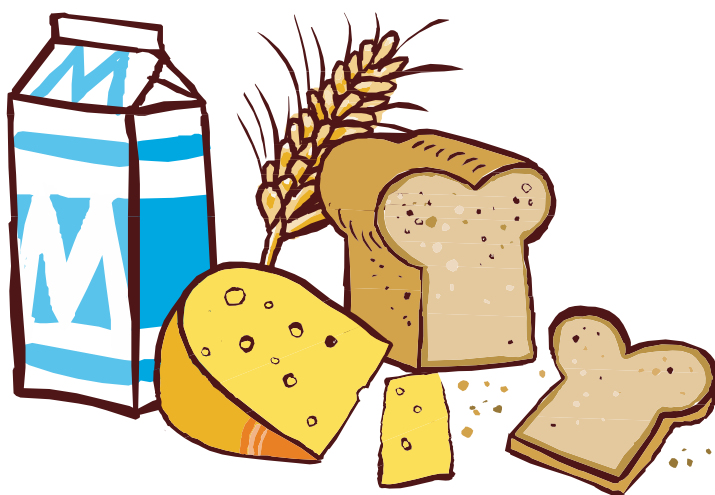
Wat hoort bij wat?

Laat de leerlingen goed kijken naar het eten en drinken dat op de tafel ligt. Probeer samen met de leerlingen van ieder voedingsmiddel te bedenken waar het vandaan komt. Bijvoorbeeld: Brood komt van meel en meel komt van graan. Hierbij laat u de graan aar en het meel zien. Ham is vlees en komt van een varken. Yoghurt komt van melk en dat komt van de koe. 

Deel nu de kaartjes van [kopieerbladen 8 en 9](#) uit. De leerlingen bekijken hun kaartje en lopen, op uw teken, door de kring en zoeken naar hun maatje. Worst hoort bijvoorbeeld bij het varken en kaas bij de koe. Als ze allemaal een maatje hebben gevonden vertellen ze elkaar waarom ze bij elkaar horen. Bijvoorbeeld: "Ik ben jam, en dat komt van aardbeien."

Neem de kaartjes in, schud ze door elkaar, deel ze opnieuw uit en laat de leerlingen hun maatje weer zoeken.





Afsluiting

Zeg Bakkertje

Leer de leerlingen het liedje Zeg Bakkertje.

Zeg, bakkertje, zeg bakkertje, wat doe je met dat graan?
Ik maal er meel van, zakken vol, dat is een zware baan!

Zeg bakkertje, zeg bakkertje, wat doe je met dat meel?
Ik maak er grote broden van en broodjes o zo veel.

Werkvormen

Klassikaal

kringgesprek, indelen, zingen, nabespreken

Combinatietip +

Speel het Dierengeluidenspel. Laat de leerlingen om de beurt een geluid maken van een dier waarvan ook voedingsmiddelen worden gemaakt, zoals een koe, varken, kip of vis. De anderen raden welk dier dit is. (Vak: drama)

Lessuggesties uit het online inspiratieboek

Vertel het Broodspreekje of bekijk het filmpje Bakker spelen.

Zeg Bakkertje

G A7 D
 Zeg, bak - ker - tje , zeg bak - ker - tje, wat doe je met dat graan? Ik
 C D G C D7 G
 maal er meel van, zak - ken vol Dat is een zwa - re baan!



Les 8

Over brood en beleg

Doelen

De leerlingen:

- proeven verschillende soorten brood en beleg
- ervaren en benoemen de verschillen in smaak
- kunnen vertellen hoe brood en broodbeleg in hun mond voelt, bijvoorbeeld zacht, korrelig, ruw of glibberig
- kennen verschillende soorten drinken voor bij de lunch
- weten dat er in melk een stofje zit waar je sterke botten van krijgt
- weten dat je beter geen of minder frisdrank kunt drinken, omdat daar veel suiker in zit

Materialen

- drie verschillende soorten brood of broodvervangers met broodbeleg, zoals een bruine boterham met kaas, een plak knäckebröd met hagelslag en een beschuitje met aardbei
- verschillende soorten brood (wit, volkoren, bruin) en broodvervangers, zoals beschuit, knäckebröd en donker roggebrood in kleine stukjes
- verschillende soorten broodbeleg, zoals 30+ kaas, banaan, aardbei, komkommer, tomaat, jam, appelstroop, makreel, zuivelspread en hummus
- blinddoek
- enkele bakjes en borden
- lepeltjes

Vooraf

- Werk hygiënisch. Gebruik schone lepels voor het proeven. Gebruik een schone lepel om iets uit een pan of potje te scheppen.

Inleiding

Wat eet je bij de lunch?

Laat de leerlingen de drie verschillende soorten brood en broodvervangers met beleg zien.

Vraagsuggesties

- Wat is dit?
- Wat zou jij kiezen voor de lunch? En waarom?
- Wat vind je het lekkerst?
- Wat eet je meestal bij de lunch?
- Eet je elke dag hetzelfde of eet je vaak andere dingen?

Laat de leerlingen hun lunchgewoontes vergelijken met die van klasgenootjes: Zijn er verschillen? Eet iedereen hetzelfde?

Kern

Proeven

Vertel de leerlingen dat jullie vandaag allemaal verschillende soorten eten gaan proeven die je kunt eten bij de lunch. Was daarom met de hele klas de handen. Als je met eten werkt, moet je schone handen hebben. Leg verschillende soorten brood en broodvervangers neer. Denk bijvoorbeeld aan beschuit, knäckebröd, volkoren boterham, witte boterham en donker roggebrood.

Laat de leerlingen stukjes proeven en erop kauwen.

Vraagsuggesties

- Wat vind je ervan?
- Wat is het lekkerst?
- Hoe voelt het in je mond? Help ze eventueel op weg door te vragen of het bijvoorbeeld droog smaakt of kruimelig.
- Proef je dat volkoren brood meer 'stukjes' heeft dan wit? Volkoren brood is beter voor je dan wit brood.
- Waar moet je het langst op kauwen?

Blinddoek

Zet diverse soorten broodbeleg klaar. Blinddoek steeds een leerling en voer het een klein beetje van één van de soorten beleg. De geblinddoekte leerling moet raden wat voor beleg hij heeft geproefd, bijvoorbeeld door het juist beleg aan te wijzen als de blinddoek is verwijderd. Vraag ook hoe het broodbeleg voelde in de mond, bijvoorbeeld glad, korrelig of plakkerig. Vervolgens moeten ze beslissen of het beleg zoet is of niet zoet (dus hartig). Dit proefspel kunt u ook doen in een ontdekhoek!

Na het proeven van het eten, praat u met de leerlingen over het drinken bij de lunch.



Vraagsuggesties

- Wat hoort naast eten nog meer bij de lunch?
- Drinken hoort er inderdaad ook bij. Welke soorten drinken horen bij de lunch?
- Veel leerlingen drinken melk bij de lunch. Weet je waarom melk goed voor je is?
- In melk zit een gezond stofje waar je botten sterk van worden. Zit in frisdrank ook zo'n gezond stofje?
- In frisdrank zit vooral suiker, dat is ook niet goed voor je tanden. Wat is dus een betere drank om bij de lunch te drinken?
- Kun je, naast melk, nog een goed lunchdrankje bedenken?
- Water en thee zonder suiker zijn ook goede keuzes voor de lunch. Wat kies jij?

Afsluiting

Drankjesraadsels

Speel met de leerlingen de volgende drankjesraadsels:

Het is doorzichtig en komt uit de kraan.

Het is wit, goed voor je botten en het komt van de koe.

Het is heel heet water waar een zakje met gedroogde blaadjes in hangt.

Het is zoet en gemaakt van appels.

Zijn er leerlingen die nu zelf een drankjesraadsel kunnen bedenken?

Kunnen ze ook een raadsel met broodbeleg spelen of met verschillende soorten brood of broodvervangers?

Werkvormen

Klassikaal

kringgesprek, vergelijken, proeven, spel, nabespreken

Combinatietip +

Benoem de verschillende zintuigen tijdens de kern van deze les.

Proeven doe je met je mond, ruiken met je neus, voelen met je tong, horen met je oren en kijken met je ogen. Laat de leerlingen bij zichzelf de zintuigen aanwijzen.
(Vak: biologie)

Lessuggesties uit het online inspiratieboek

Doe de opdracht Feestelijke boterhammen of De bakker en andere beroepen.





+ rij- en baktijd broodjes

Doelen

De leerlingen:

- weten hoe brood wordt gebakken
- kunnen zelf een broodje beleggen
- weten wat je nodig hebt voor een gezond broodje
- weten dat je op een broodje ook groente kunt doen
- ervaren dat gezonde broodjes lekker zijn

Materialen

- volkorenbroodmix, voldoende zodat iedere leerling één broodje krijgt
- oven, ovenhandschoenen
- enkele bakjes en borden
- smeermessen, scherp mesje, snijplank
- per leerling: ½ plakje 30+ kaas, ½ gekookt ei in plakjes, 1 beleg halvarine, 3 plakjes tomaat, blaadje sla, 3 plakjes komkommer en eventueel een beetje tuinkers
- thee, melk, water
- bekken, voor iedere leerling één
- tafelkleden en eventueel servetten

Vooraf

- Regel eventueel hulpouders voor deze les.
- Informeer ouders tijdig dat de leerlingen deze dag op school eten. Zij hoeven geen lunch mee te nemen.
- Zorg dat zaken als messen, vorken, lepels, werkblad, vaatdoekje en theedoek schoon zijn.
- Snijd de eieren, tomaten en komkommer in stukjes en was de sla.
- Deze les moet in twee delen gedaan worden. De broodjes moeten namelijk eerst rijzen en vervolgens gebakken worden! Daarna kan het tweede deel van de les gedaan worden met het gezamenlijk klaarmaken van een lunch.

Les 9

Restaurant in de klas: lunch

Inleiding

Broodje SuperGezond

Vertel de leerlingen dat ze vandaag een Broodje SuperGezond gaan maken. Hoe denken ze dat een Broodje SuperGezond eruit ziet? Wat zit er allemaal op een Broodje SuperGezond? Laat de leerlingen de ingrediënten voor het Broodje SuperGezond zien. Weten ze wat dit allemaal is? Maar wat heb je eerst nodig om een Broodje SuperGezond te maken? Brood natuurlijk! Weten de leerlingen door wie brood gemaakt wordt? Door de bakker. Weten ze ook hoe dit gemaakt wordt? Bekijk eventueel het filmpje De bakker van Koekeloere. Vertel de leerlingen dat jullie vandaag ook zelf brood gaan bakken. ➡

Kern

Samen bakken

Wijs de leerlingen op het belang van schoon werken. Iedereen wast de handen. En wat gebruik je nog meer? Zijn alle spullen schoon?

Kneed de volkorenbroodmix met water tot een soepel deeg. Volg hiervoor de aanwijzingen op de verpakking. Laat de leerlingen ook ervaren hoe het deeg voelt door even te kneden. Laat het deeg rijzen. Laat de leerlingen daarna zien hoeveel groter het deeg is geworden.

Daarna maken de leerlingen zelf broodjes van het deeg. Deze gaan vervolgens de oven in. U kunt ook twee grote broden maken en hier later boterhammen van snijden.

Tijdens het bakken van de broodjes dekken de leerlingen samen de tafels. Weten ze waar wat hoort te liggen? Sleep op het digibord de juiste voorwerpen naar de juiste plek. ➡

Als de broodjes uit de oven zijn, moeten ze eerst goed afkoelen. Daarna snijden de leerlingen onder begeleiding hun broodje open en besmeren het met halvarine. Ze leggen op de onderste helft van het broodje kaas, sla, tomaat en ei. Eventueel mogen leerlingen er tuinkers op doen. Bovenop komen komkommer en de bovenste helft van het broodje.





Afsluiting

Samen aan tafel

Ga samen aan tafel zitten. Samen eten is gezellig! Maar er zijn ook regels waar je je aan moet houden bij het samen eten. Weten leerlingen aan welke tafelmanieren ze zich moeten houden? Bijvoorbeeld niet praten met je mond vol of aan tafel blijven zitten tot iedereen zijn eten op heeft? Bespreek dit in de klas. Vervolgens eten jullie gezamenlijk de belegde broodjes en mag iedereen kiezen voor een glas water, melk of een kopje thee erbij. Eet smakelijk!

Bespreek wat de leerlingen van hun broodjes vonden.

Eindtoets

Sluit deze serie Smaaklessen af met de eindtoets op het digibord. Hierin komt de opgedane kennis uit alle lessen terug. ➡

Werkvormen

Klassikaal

kringsprek, film, koken, eten, nabespreken

Individueel

koken

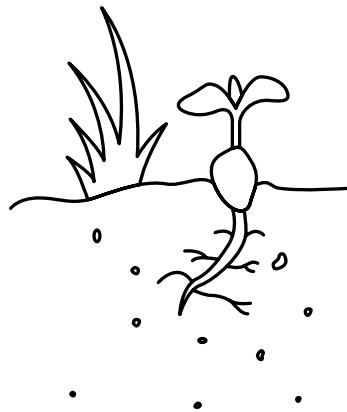
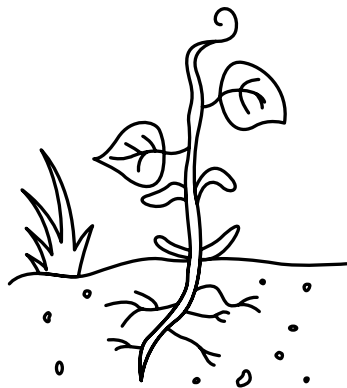
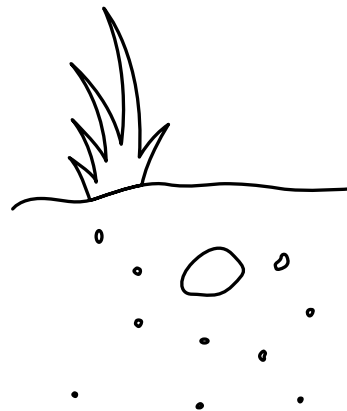
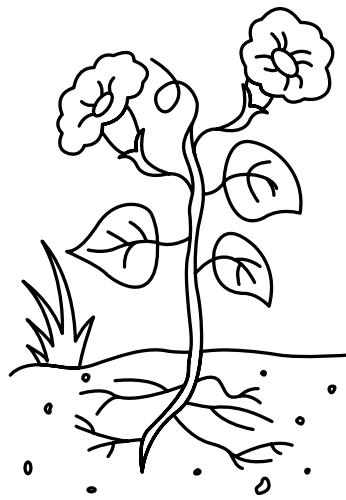
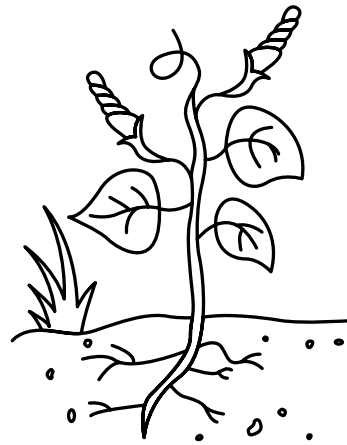
Lessuggesties uit het online inspiratieboek

[Maak met de leerlingen koksmutsen of placemats voor de lunch.](#)



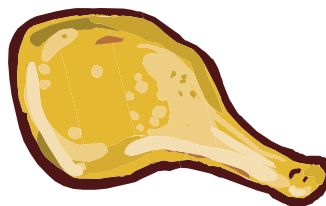
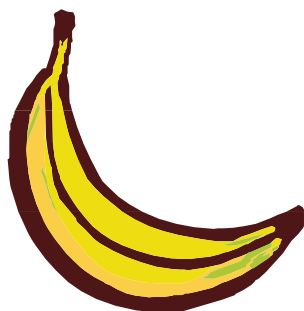
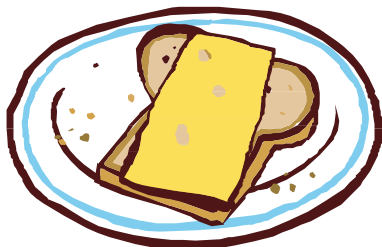
Kopieerblad 1

Van zaadje tot eten



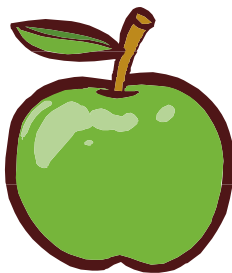
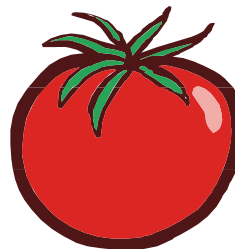
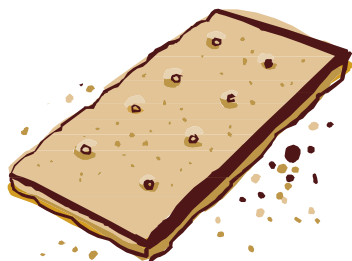
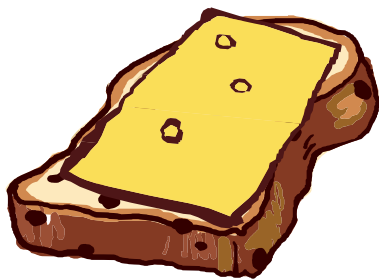
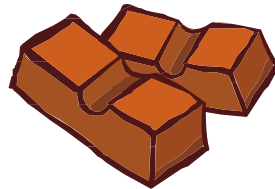
Kopieerblad 2

Wanneer eet je?



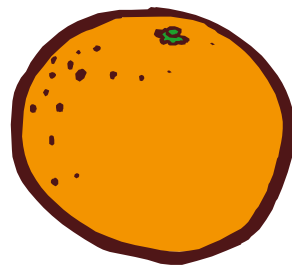
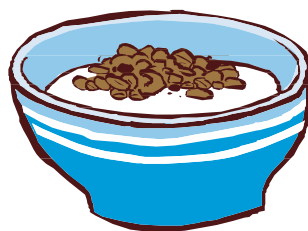
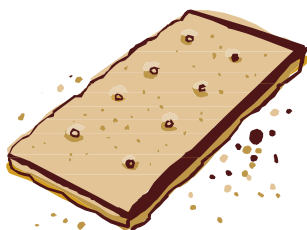
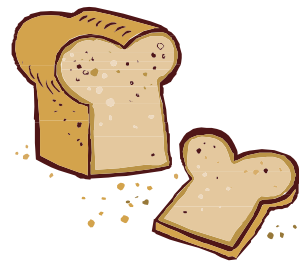
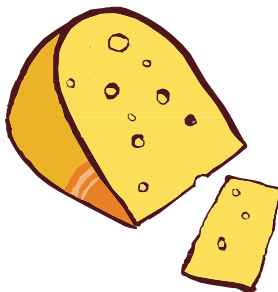
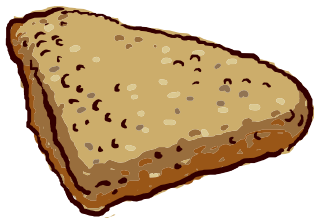
Kopieerblad 3

Wanneer eet je?



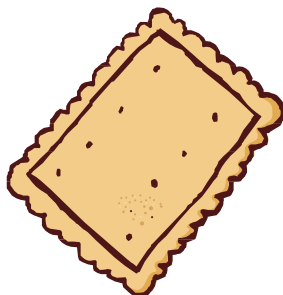
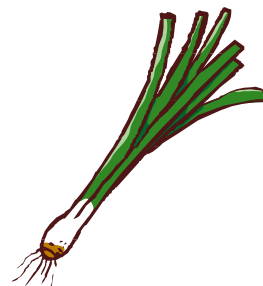
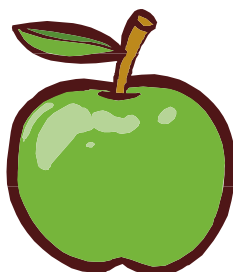
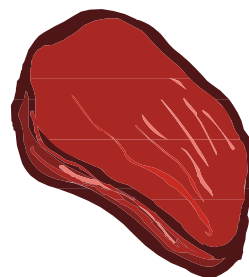
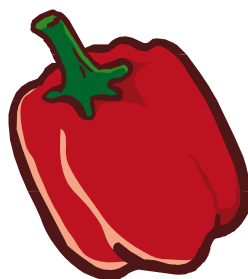
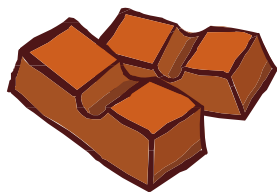
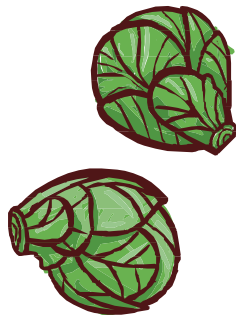
Kopieerblad 4

Wat heb je nodig?



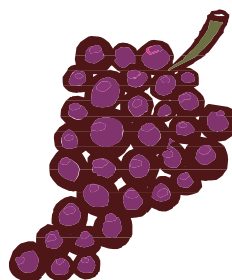
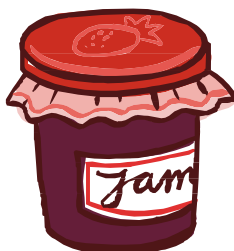
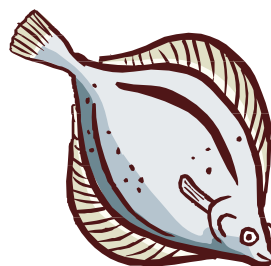
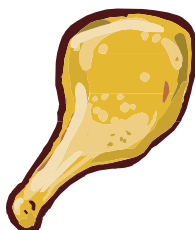
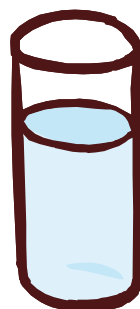
Kopieerblad 5

Wat heb je nodig?



Kopieerblad 6

Wat heb je nodig?



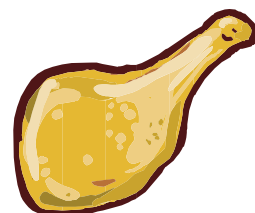
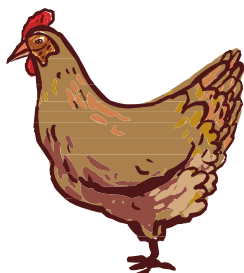
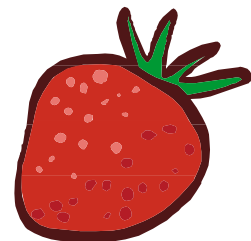
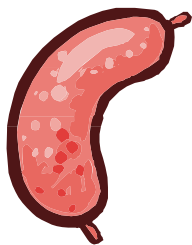
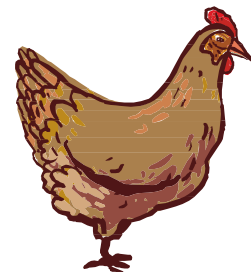
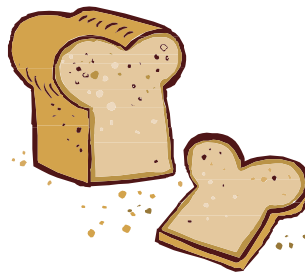
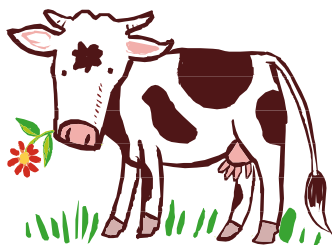
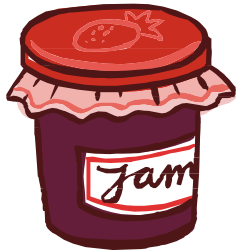
Kopieerblad 7

Gezond winkelen



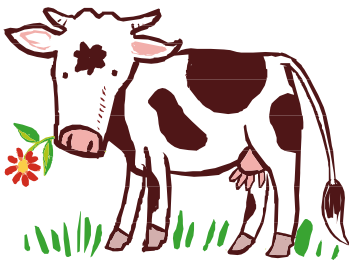
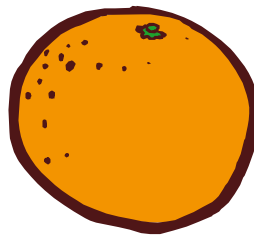
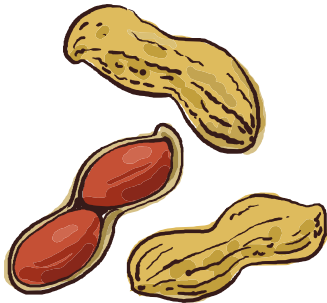
Kopieerblad 8

Waar komt mijn eten vandaan?



Kopieerblad 9

Waar komt mijn eten vandaan?



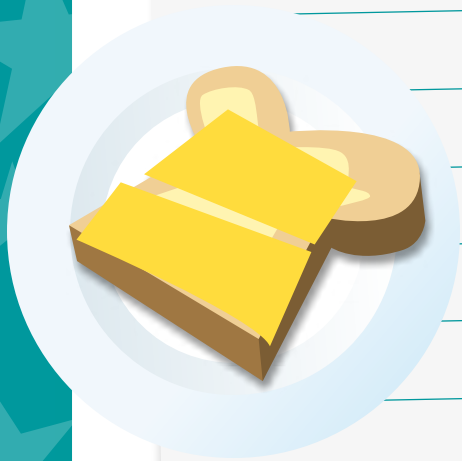
Notities

Lined area for notes.



Notities

Lined area for notes.



Colofon

Inhoudelijk en didactisch concept

Deze Smaaklesmap, versie 2017, is aangepast aan de nieuwste inzichten rondom de Schijf van Vijf. De overige inhoud en het didactisch concept zijn onveranderd.

Steunpunt Smaaklessen-Wageningen University & Research:

Rinelle van den Top-Pullen en Marlies Willemsen-Regelink

Stichting Voedingscentrum Nederland:

Jeltje Snel

Auteur: Celeste Snoek

Redactie: Getik (Heleen Ronner)

Vormgeving: Vuurrood.nl

Illustraties: Cosh en Barbara Mulderink

Smaaklessen is een programma van het Ministerie van Economische Zaken.

Smaaklessen is gebaseerd op een idee van Pierre Wind.

Deze uitgave kwam mede tot stand door ideeën en advisering van:

Diverse NME centra, SLO, Pabo Christelijke Hogeschool Ede, Stichting SAPERE (Brussel), verschillende productvoorlichtingsbureaus en verschillende leerkrachten en leerlingen.

Dit lesmateriaal is met veel zorg tot stand gekomen. Wageningen University & Research en Stichting Voedingscentrum Nederland aanvaarden geen aansprakelijkheid voor schade die eventueel is ontstaan bij het uitvoeren van de lessen.

Contactgegevens Steunpunt Smaaklessen

Telefoon: 0317-485966

Email: Smaaklessen@wur.nl

Website: www.smaaklessen.nl

Copyright

Alle auteursrechten en andere intellectuele eigendomsrechten op de inhoud van dit materiaal berusten bij Wageningen University & Research en Stichting Voedingscentrum Nederland. Niets van dit materiaal mag zonder uitdrukkelijke en schriftelijke toestemming van Wageningen University & Research openbaar worden gemaakt of verveelvoudigd in de zin van de Auteurswet 1912, met uitzondering van het gebruik van het materiaal binnen de eigen onderwijsinstelling. Voor elk ander gebruik dient contact opgenomen te worden met Wageningen University & Research.

© Wageningen University & Research en Stichting Voedingscentrum Nederland, 2017



Steunpunt Smaaklessen & EU-Schoolfruit



Ministerie van Economische Zaken



WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH

eerlijk over eten
Voedingscentrum



