



## Smaaklessen groep 4, les 2: Een gezonde pauzehap?

Auteurs

Team

Laatst gewijzigd

Licentie

Webadres

Steunpunt Smaaklessen Wageningen University ; Charlotte Wellmer

Wikiwijs Maken Auteurs

22 mei 2024

CC Naamsvermelding-GelijkDelen 3.0 Nederland licentie

<https://maken.wikiwijs.nl/41580/>



Dit lesmateriaal is gemaakt met Wikiwijs van Kennisnet. Wikiwijs is hét onderwijsplatform waar je leermiddelen zoekt, maakt en deelt.

# Inhoudsopgave

Les 2: Een gezonde pauzehap .....	2
Over dit lesmateriaal .....	4

# Les 2: Een gezonde pauzehap

## Smaakles groep 4

### Leerdoelen

**Je hebt eten om te groeien, waar je gezond en sterk van wordt. Je hebt ook eten om te snoepen, waar je lijf weinig aan heeft. Laten we kijken wat een gezonde pauzehap is!**

Alle lessen van Smaaklessen staan online op het gratis [lesportaal Chef!](https://lesportaal.chef.nl). Naast de handleiding vind je hier ook de bijbehorende digibordmodule, en aanvullende activiteiten zoals quizzes, voorleesverhalen en online spelletjes. Om gebruik te maken van het lesportaal Chef! heb je een account nodig. Deze kun je gratis aanmaken op [www.voedseleducatie.nl](https://www.voedseleducatie.nl).

De leerlingen:

- kennen het verschil tussen eten dat je vaak kunt eten omdat je ervan kunt groeien en je er gezond en sterk van wordt, én eten waar je lichaam weinig aan heeft, dat je beter af en toe, in kleine porties kunt eten;
- weten dat volkoren producten, halvarin en margarine, groente, fruit, noten, water, thee en een glas halfvolle melk gezonde keuzes zijn voor de ochtend- en middagpauze.



### Aansluitende lesideeën

#### Excursie

- [Naar de schooltuin](#)
- [Uitstapje naar een tuindersbedrijf \(met computerspel\)](#)

#### Experiment

- [De moestuin \(met filmpje\)](#)
- [Het water loopt m in de mond](#)

#### Groepsgesprek

- [Durf eens iets nieuws!](#)
- [Het broodvak](#)

#### Koken

- [Smoothie](#)

#### Rekenen

- [Hoeveelheden in beeld](#)

#### Spel

- [Schrijf van Vijf spel \(op de computer\)](#)

#### Taal

#### Theater

- [Groentespelletjes \(met werkbladen en computeropdracht\)](#)
- [Hapjesraadsel](#)

- [Toneels](#)

Ga naar alle aanvullende lesideeën:  
[Onderbouw](#) » [Middenbouw](#) » [Bovenbouw](#)



# Over dit lesmateriaal

## Colofon

<b>Auteurs</b>	Steunpunt Smaaklessen Wageningen University ; Charlotte Wellmer
<b>Team</b>	Wikiwijs Maken Auteurs
<b>Laatst gewijzigd</b>	22 mei 2024 om 10:57
<b>Licentie</b>	De Nederlandse Creative Commons 3.0 licentie waarbij de gebruiker het werk mag kopiëren, verspreiden en doorgeven en afgeleide werken mag maken onder de voorwaarden: Naamsvermelding en Gelijk Delen, zie <a href="http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/nl/">http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/nl/</a> . <a href="#">Meer informatie over de CC Naamsvermelding-GelijkDelen 3.0 Nederland licentie licentie.</a>

## Aanvullende informatie over dit lesmateriaal

Van dit lesmateriaal is de volgende aanvullende informatie beschikbaar:

<b>Leerniveaus</b>	Primair onderwijs, PO groep 4, Speciaal basisonderwijs, SO
<b>Leerinhoud en doelen</b>	Wereldoriëntatie
<b>Eindgebruiker</b>	leraar
<b>Studiebelasting</b>	0 uur en 5 minuten
<b>Trefwoorden</b>	fruit, gezond, gezondheid, groente, pauze, smaaklessen, voeding