|  |
| --- |
| **Duurzaam gerechten** |

|  |
| --- |
| **Periode:** thema duurzaamheid  **Duur: 1 week 4 uur lesuren**  **Leerjaar: 2** |

|  |
| --- |
| **Inleiding** |
| Jij gaat een duurzaam gerecht bereiden.  Wat eten wij eigenlijk allemaal?  Wat zit erin?  Hoe wordt het geproduceerd?  Door wie en waar wordt het gemaakt?  Je hebt vast wel eens meegemaakt dat iemand vegetarisch is?  Of iemand die alleen lokaal eet? |

|  |
| --- |
| **Doel/eindproduct van dit thema is:**  Je hebt een gerecht samengesteld, waarbij je zo veel mogelijk rekening hebt gehouden met duurzaamheid |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aan het eind van dit thema kan je** | **21 century skills** | **Competenties** |
| * Een duurzaam gerecht samenstellen * Boodschappen doen waarbij je let op de duurzame samenstelling van het product * Reflecteren en vaststellen hoe duurzaam je hebt gewerkt door middel van de APP en hier vervolg stappen op formuleren | Probleemoplossend  vermogen  ICT (basis)vaardig-  heden  Zelfregulering  Kritisch denken | Samenwerken en overleggen  Formuleren en rapporteren  Planmatig en doelgericht werken  (plannen en organiseren) |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Praktische opdracht** | | |
| **Omschrijving** | **Resultaat (product/dienstverlening)** | **Resultaateisen** |
| 1. *Voorbereiding:*   1.   * Zoek een maatje om mee samen te werken * Bedankt samen een duurzaam gerecht dat je binnen 1,5 uur kunt bereiden en niet meer kost dan 5 euro. * Maak een boodschappenlijst voor de ingrediënten die je nodig hebt voor het gerecht. School heeft een aantal basisproducten * Bedenk wanneer je de boodschappen gaat doen, zodat je de volgende GO dag het gerecht kunt maken | Recept  Benodigde boodschappen mee | * Gerecht is binnen 1,5 uur te maken * Gerecht kost niet meer dan 5 euro * Boodschappenlijst   Boodschappen foto gemaakt om in je GO map te stoppen  Blijf binnen het budget, kassabonnetje mee. |
| *2. Uitvoering*  *Bereiden van een duurzaam gerecht 1.5 uur,* | Maaltijd die af is binnen de tijd  Maaltijd die lekker is  Maaltijd die er aantrekkelijk uit ziet | Het gerecht |
| 3. Reflecteren,   * Reflecteren op gekochte producten doormiddel van APP * Hoe duurzaam hadden jullie nu ingekocht, * Welke vervolg stappen wil je gaan zetten in je dagelijkse leven?   Hier zal door je coach naar gevraagd worden. | Alle werkbladen zijn netjes ingevuld en de eind stand en de conclusie zijn opgeschreven | • Gebruik lettertype  arial 12 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Materiaal en hulpmiddelen** | |
| **Medium** | **Korte omschrijving/ toelichting** |
| Boek | Kookboeken |
| Artikel | Gezond voedsel, |
| Document | Opdracht voorbereiding maaltijd, stappenplan uitvoering bereiden van een maaltijd en het afsluiten |
| Filmpje | Buurman en buurman samenwerken en oplossingen bedenken |
| Overig: |  |

kaartje coach loopbaanleren.pdf

|  |
| --- |
| **Reflectie** |
| Formulier die wijst naar het geleerde en competenties die hierbij centraal staan. |