**Wikiles ‘de schijf van vijf’, informatie voor de leerkracht.**

***Vakgebied: oriëntatie op de natuur***

***Kerndoel: 40 en 41***

***Leeftijd: 7 t/m 9 jaar***

***Lesduur: 2 uur***

***De kinderen leren:***

* dat er belangrijke voedingsstoffen zijn, nodig om
- te groeien,
- te kunnen spelen en leren en
- gezond te blijven;
* wat de schijf van vijf is;
* hoe de voedingsstoffen zijn ingedeeld in de schijf van vijf.

***De kinderen kunnen:***

* hun eigen eetgewoonten onderzoeken;
* de voedingsstoffen die ze zelf gebruiken in een tabel verwerken;
* een evenwichtig weekmenu samenstellen.

***De kinderen begrijpen :***

* dat ze keuzes kunnen maken ten aanzien van hun eetgewoonten;
* dat een evenwichtige voeding belangrijk is om gezond te blijven.

 ***Trefwoorden:***

Schijf van vijf, voedingsstoffen, bouwstoffen, brandstoffen, hulpstoffen, beschermstoffen, weekmenu, tabel, eetgewoonten.

***Tips voor verdere invulling in de groep:***

***Deze les kan een startles zijn in een serie lessen over de herkomst van voeding.
Andere lessen in deze serie zijn:***

* ***Aardappelen***
* ***Graan***
* ***Groente en fruit***
* ***Zuivel***
* ***Biologisch, natuurlijk!***

***Suggesties voor activiteiten:***

lees

Zelf in de groep diverse ***groenten kweken***;
Samen ***koken***, in de groep of thuis een gerecht bereiden;

***Molenbezoek***
Bijvoorbeeld de Korenmolen in Laren.
www.molendatabase.nl/nederland/molen.php?nummer=679
crbonert.home.xs4all.nl

***Boerderijbezoek***
www.boerderij-educatie.nl

***Smaaklessen***
www.smaaklessen.nl ***Leskist smaaklessen van NME Huizen met de handleiding voor verschillende groepen***:
www.nmegooienvechtstreek.nl/lesaanbod/aanbodoverzicht.php?aanbieder=totaal

 ***Early English:***

***What’s on your plate : a documentary , game’s other idee’s***

<http://whatsonyourplateproject.org/>

***The Early English topics on the portal food:***

<https://portal.atscholen.nl/organisatie/ati/early_english/SitePages/Introductiepagina.aspx?Letter=F>

***Sesame street : healthy food***

<http://www.youtube.com/watch?v=KBMxpDbp51A>

***Healthy food an junk food***

<http://www.youtube.com/watch?v=V5-mRaUfm1M>

***benefits of fruits and vegetables:***

<http://www.youtube.com/watch?v=u1sh_XGKJ-Q>