DE NOORDWIJKSE METHODE

Inspiratieboekje BSO



Thema Voeding en Gezondheid

Inhoud inspiratieboekje BSO

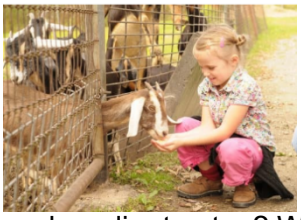
Ideeën en activiteiten

Week 1 & 2: Natuuratelier – Wat eten dieren? 3
Nieuwsgierigheid prikkelen:....3
Denkbubbelvraag van de week:....3
Activiteit van de week:....3
Beweegactiviteit: 5
Extra suggesties voor activiteiten:....5
Verdiepende filmpjes:....5
Week 3 & 4: ICT-atelier – Voedselverspilling....7
Nieuwsgierigheid prikkelen:....7
Denkbubbelvraag van de week:....7
Activiteit van de week:....8
Beweegactiviteit: 8
Extra suggesties voor activiteiten:....9
Verdiepende filmpjes:....9
Week 5 & 6: Ontdekatelier - Zintuigen....10
Nieuwsgierigheid prikkelen:....10
Denkbubbelvraag van de week:....10
Activiteit van de week:....10
Beweegactiviteit: 11
Extra suggesties voor activiteiten:....11
Verdiepende filmpjes:....11
Week 7 & 8: Kookatelier - Kruiden....12
Nieuwsgierigheid prikkelen:....12
Denkbubbelvraag van de week:....12
Activiteit van de week:....12
Beweegactiviteit: 13
Extra suggesties voor activiteiten:....13
Verdiepende filmpjes:....13
Week 9 & 10: Kunstatelier – Poep en spijsvertering....14
Nieuwsgierigheid prikkelen:....14
Denkbubbelvraag van de week:....15
Activiteit van de week:....15
Beweegactiviteit: 16
Extra suggesties voor activiteiten:....16
Verdiepende filmpjes:....16
Bijlage: Dierenestafette natuuratelier....17
Bijlage: Raad het eten ontdekatelier....26
Bijlage: Dieren en hun poep kunstatelier....28

Week 1 & 2: Natuuratelier – Wat eten dieren?

Nieuwsgierigheid prikkelen:

- De kinderen kijken naar het filmpje: How Animals Eat Their Food: https://www.youtube.com/watch?v=qnydFmqHuVo&t=30s Dit YouTube-filmpje is hilarisch. Twee jongens zitten aan tafel, één eet rustig zijn bordje leeg, de ander doet op een hilarische manier voor hoe dieren hun voedsel opeten.
- De kinderen gaan op bezoek bij de kinderboerderij.



- De kinderen vertellen over hun huisdier. Wat geven ze hun dier te eten? Weten ook waarom ze juist dat voedsel krijgen?
- De kinderen bespreken leuke weetjes over dieren en hun eten:
  - Slangen eten in tegenstelling tot hagedissen enkel vlees.
  - Een tarantula kan twee jaar zonder eten overleven.
  - Een flamingo kan enkel eten met zijn kop ondersteboven.
  - Herten kunnen geen hooi eten.
  - Naast chocolade zijn ook uien slecht voor je hond.
  - Vlinders proeven met hun pootjes.
  - Konijnen lusten wel eens een snoepje. De dieren zijn namelijk gek op zoethout. Dat bevat een zoetstof die dertig tot vijftig keer sterker is dan suiker. Het wordt dan ook gebruikt om snoepjes te maken. Maar helaas moeten konijnen ervan afblijven, omdat ze de suikers niet kunnen verteren.
  - De lever van een ijsbeer bevat zoveel vitamine A dat je gelijk doodgaat als je die probeert op te eten. Als in, als je 1/10 van de lever eet ben je er al aan. Een volledige lever van een ijsbeer kan tot 52 mensen doden.

Denkbubbelvraag van de week:

Een relevante vraag die je op het prikbord hangt en waarbij je gedurende de week samen met de kinderen op zoek gaat naar antwoorden.



- Wat is het verschil in voedsel voor dieren in de zomer en in de winter? (Kritisch denken)
- Welk dier lijkt een beetje op jou als het gaat om eten? (Persoonlijke relevantie)
- Heb jij thuis een dier? Wat eet die? (Persoonlijke relevantie)
- Waarom hebben sommige dieren scherpe tanden of klauwen? (Verbanden leggen)

Activiteit van de week:



- De kinderen maken een record pindaketting
  Aan het einde van de winter en het begin van de lente is er weinig voedsel voor vogels te vinden. De kinderen kunnen de vogels helpen door mee te doen aan dit record. Ze rijgen samen met hun groepje een zolang mogelijke ketting van pinda's. (Tip: Door eerst een gaatje te prikken in de pinda met een prikpen, gaat het rijgen

van de pinda's veel gemakkelijker.) De groep met de langste ketting vestigt het record.

- De kinderen maken zelf een vetbol in 6 stappen:
  - Gebruik ongeveer één deel frituurvet of kokosvet op één deel zadenmengsel (https:// www.vogelbeschermingshop.nl/catalogsearch/result/?q=strooivoer) Gebruik geen kippenvoer, deze zaden zijn te groot en te hard. Het vet moet ongebruikt en ongezouten zijn.
  - Smelt frituurvet (ongezouten en liefst zonder palmolie) of kokosvet in een pan. Wacht tot het warm is, maar niet heet.
  - Voeg daar al roerend het zadenmengsel aan toe en laat dit mengsel een beetje afkoelen.
  - Giet de warme brij in een vorm, bijvoorbeeld een blikje, een melkkarton, een theeglas, of een halve kokosnoot.
  - Leg daarin, voordat de brij stolt, een onbewerkt sisaltouw of henneptouw die ruim uitsteekt.
  - Zodra de massa hard is geworden, kan het vet met zadenmengsel buiten aan de draad worden opgehangen.

  Soms is de vetbol moeilijk uit de vorm los te krijgen. Een melkkarton kan rondom worden afgescheurd. Houd een theeglas of blik even in heet water; de vetbol komt dan gemakkelijk los. De kokosnoot hoef je niet te verwijderen, hang hem zo op. Je kunt het afgekoelde vet (met zaden) ook in stukjes snijden en op een voederplank leggen. Op deze manier kunnen ook de vogels die normaal gesproken niet op een vetbol zitten ervan eten.



Bron: ECOstyle

- De kinderen bouwen een vogelhuisje of nestkastje.
  https://nl.pinterest.com/hennypijcke/vogelhuisje-maken/



Bron: Pinterest

- De kinderen maken een mini-terrarium: ze bekijken hoe slakken of wormen eten en bewegen.


Bron: Reddit

Beweegactiviteit:

- De kinderen spelen hints over hoe dieren eten (zie voorbeeld filmpje bij nieuwsgierigheid prikkelen.) Welk dier wordt er nagedaan?
- De kinderen doen een estafette met dieren en hun eten. Teken 9 vakken op het plein waar dieren in staan (geschreven of een plaatje). Benoem de volgende dieren: olifant, egel, leeuw, uil, pinguïn, kikker, schildpad, haai, mier. Gebruik de voedselkaartjes van dieren. De kinderen rennen met de kaartjes naar het juiste vak. Welk groepje heeft dit het snelst gedaan?
- De kinderen spelen levend stratego over dieren: https://www.jufeline.nl/128-levend-stratego.html
- De kinderen spelen een 'Wie eet wat?'-spel: iemand beeldt een dier uit, de anderen raden het en noemen wat dat dier eet.
- De kinderen gaan op insectenjacht: ze zoeken buiten naar lieveheersbeestjes, mieren of slakken en bespreken wat die eten.

Extra suggesties voor activiteiten:

- De kinderen zoeken zelf ook weetjes op over dieren en hun eten. Ze maken samen een quiz of een eigen bordspel.
- De kinderen maken een eigen dierenbordje: ze knutselen een bordje of placemat en tekenen/knippen het lievelingseten van hun gekozen dier.
- De kinderen zoeken in prentenboeken of tijdschriften naar dieren en hun eten en maken er een collage van.
- De kinderen kijken met loepjes naar bladeren en zoeken naar vraatsporen van insecten.



Verdiepende filmpjes:

- Het Klokhuis: Dierentuinmenu: https://schooltv.nl/video-item/het-klokhuis-dierentuinmenu
- Nieuws uit de natuur: Wat eet jouw dier? https://schooltv.nl/video-item/nieuws-uit-de-natuur-wat-eet-jouw-dier
- Beestenbrigade: Dierenvoedselbank: https://schooltv.nl/video-item/beestenbrigade-dierenvoedselbank#q=voedsel%20voor%20dieren

- Beestenbrigade: Drinkplaats voor wilde dieren: https://schooltv.nl/video-item/beestenbrigade-11#q=voedsel%20voor%20dieren
- De voedselketen: Eten of gegeten worden: https://schooltv.nl/video-item/de-voedselketen-eten-of-gegeten-worden

Week 3 & 4: ICT-atelier – Voedselverspilling



Nieuwsgierigheid prikkelen:

- De Prullenbak Inspectie
  Wat heb je nodig? Handschoenen, afval (echt of in scène gezet), papier, stiften
  De kinderen spelen samen “detective”: trek handschoenen aan, gooi een prullenbak met ‘etensafval’ om (of maak zelf een bak met afval die geschikt is voor kinderen).
  Wat zit erin? Is alles echt afval? Wat had nog gegeten kunnen worden?
  Reflectie-vraag: Waarom denk je dat dit is weggegooid? Had dat anders gekund?
- Raar maar waar! – Quiz met gekke weetjes
  De kinderen raden in tweetallen of kleine groepjes of een stelling waar of niet waar is. Bijvoorbeeld:
  1. Eén op de vijf broden wordt weggegooid. ✅
  2. Je kunt een banaan met bruine vlekken niet meer eten. ❌
  3. Slappe sla kun je weer knapperig maken met water. ✅
  4. Melk blijft altijd goed tot precies de datum op het pak. ❌
  5. In Nederland gooien we per persoon elk jaar meer dan 30 kilo eten weg. ✅
  6. Je moet een appel weggooien als er een bruin plekje op zit. ❌
  7. Je kunt schimmel van kaas gewoon afsnijden en de rest eten. ✅
  8. Brood kun je goed invriezen om het langer te bewaren. ✅
  9. Chocola met een wit laagje is bedorven. ❌
  10. Je moet alle aardbeien weggooien als er één beschimmeld is. ❌
  11. Rijst en pasta kun je ook de volgende dag nog eten. ✅
  12. Je kunt testen of een ei nog goed is door het in water te leggen. ✅
  13. Je kunt soep niet invriezen. ❌
  14. Restaurants gooien vaak veel eten weg aan het eind van de dag. ✅
  15. Een kromme wortel is net zo lekker als een rechte. ✅
  16. Je kunt met je neus en ogen controleren of iets nog goed is. ✅

  Optioneel: De kinderen bedenken zélf stellingen over voedsel. Ze krijgen een boekje of website met gekke weetjes (bijv. van Voedingscentrum) en maken hun eigen quizvragen voor de andere groepjes.
- De kinderen bedenken wat je allemaal nog kunt doen met een overrijpe banaan. Wie heeft het creatiefste idee? Denk aan: bananenpannenkoeken, bananenijs, of zelfs bananenbrood. Optioneel: Maak samen één van de recepten.
- Nodig iemand uit van een lokale voedselbank, supermarkt of boerderij die vertelt wat er met restproducten gebeurt. Of breng een bezoek aan een composteerplaats.

Denkbubbelvraag van de week:

Een relevante vraag die je op het prikbord hangt en waarbij je gedurende de week samen met de kinderen op zoek gaat naar antwoorden.



- Welke oplossingen kunnen jullie bedenken om voedselverspilling tegen te gaan? (Creatief denken)
- Wat betekent voedselverspilling? (Onthouden en begrijpen)
- Waarom wordt er zoveel eten weggegooid? (Verbanden leggen)
- Wat kun je doen met restjes eten? (Creatief denken)

- Wat kun jij thuis of op de BSO doen om minder eten te verspillen? (Persoonlijke relevantie)
- Kun je ruiken of iets nog goed is om te eten? (Kritisch denken)
- Wat als je in een land woont waar weinig eten is? Hoe kijk je dan naar voedselverspilling? (Perspectief nemen)
- Waarom is minder voedsel verspillen belangrijk? (Waardebepaling)

Activiteit van de week:

- De kinderen maken een 'Red-de-Restjes'-poster
  De kinderen zoeken plaatjes van eten en afval. Ze maken een digitale poster waarin ze reclame maken voor het redden van eten. Tip: Gebruik slogans zoals "Red de paprika!", "Eet je broodkorst op!" of "Gisteren nog perfect!"



Bron: Vlaco.be

- De kinderen maken een filmpje waarin ze allemaal tips delen om minder eten weg te gooien.
- De kinderen schrijven een liedje waarmee ze anderen overtuigen om minder eten weg te gooien en filmen dit.

Beweegactiviteit:

- De kinderen spelen Tuinboontikkie: Voordat het spel begint, kiezen de kinderen een kleur, bijvoorbeeld 'oranje'. De kinderen spelen tikkertje. Wordt iemand getikt, dan moet hij/zij bij jou een groente of fruit met die kleur noemen (bijvoorbeeld 'mandarijn'). Is het goed dan mag je weer meedoen. Heb je het fout, dan ga je op de bank zitten. Kies telkens een nieuwe tikker en een andere kleur. Variatie op dit spel:
  - Voordat het spel begint, kiezen de kinderen twee kleuren, bijvoorbeeld 'oranje' en 'groen'. De kinderen spelen tikkertje. Elk kind heeft twee levens. Wordt iemand getikt, dan is hij/zij een leven kwijt en moet het kind bij jou een groente of fruit met de eerste kleur noemen (bijvoorbeeld 'mandarijn'). Noemt het kind een verkeerde groente of fruit of weet het het niet, dan moet het op de bank zitten.
  - Is een volgende af, dan mag degene op de bank weer meedoen met het spel. Wordt een kind voor de tweede keer getikt, dan moet het bij jou een groente of fruit met de tweede kleur noemen (bijvoorbeeld 'broccoli'). Als beide levens verspeeld zijn, is het kind af en blijft het op de bank zitten. Wie blijft er uiteindelijk over?
- De kinderen spelen Gaan met die banaan: een renspel met quizvragen. https://www.voedingscentrum.nl/professionals/services/initiatieven-van-het-voedingscentrum/buurtsportcoaches/Beweegspellen-over-eten.aspx
- De kinderen spelen Weggooien of opeten. Teken twee vakken op het schoolplein. Roep een stelling, bijvoorbeeld een boterham van gisteren, koekjes die 1 dag over de datum zijn, melk die zuur ruikt enz. De kinderen rennen naar het juiste vak.

Extra suggesties voor activiteiten:

- De kinderen maken een smoothie. Dit kan met allerlei restjes fruit, geen verspilling dus!
- De kinderen gaan koken met kliekjes. Ze denken mee over een gerecht met overgebleven ingrediënten, bijvoorbeeld: restjes brood: wentelteefjes, oud fruit: crumble, gekookte pasta: pastasalade, groente: soep, etc.
  De kinderen werken eventueel in groepjes: wie bedenkt het slimste restjes-recept?
- De kinderen maken kunst van oud brood (verf erop, droog het, gebruik als stempels).

Verdiepende filmpjes:

- Het Klokhuis over voedselverspilling: https://schooltv.nl/video-item/het-klokhuis-voedselverspilling#q=voedselverspilling
- Voedselverspilling: Niet te veel weggooien: https://schooltv.nl/video-item/voedselverspilling-niet-teveel-weggooien#q=voedselverspilling
- Wat kun je doen tegen voedselverspilling? https://schooltv.nl/video-item/wat-kun-je-doen-tegen-voedselverspilling-niet-alles-dat-over-de-datum-is-moet-weg#q=voedselverspilling

Week 5 & 6: Ontdekatelier - Zintuigen

Nieuwsgierigheid prikkelen:

- De kinderen doen hun ogen dicht. Wat voelen ze? De kinderen pakken een voorwerp en de anderen raden over welk voorwerp het gaat.
- De kinderen maken een blote voeten pad waar ze doorheen moeten: https://activiteitenbank.scouting.nl/component/k2/item/1186-blote-voeten-pad
- De kinderen gaan blind kruiden, groenten en fruit proeven. Eerst voelen, dan ruiken en dan proeven.
- De kinderen doen proefjes waarbij ze hun zintuigen nodig hebben: https://www.proefjes.nl/themales/1
  - Wat gebeurt er met je tong als je je neus dicht houdt bij het proeven?
  - Kleurveranderingen met rode koolsap of citroensap.

Denkbubbelvraag van de week:

Een relevante vraag die je op het prikbord hangt en waarbij je gedurende de week samen met de kinderen op zoek gaat naar antwoorden.



- Welke zintuigen werken samen en wat gebeurt er als er eentje niet meedoet? (Verbanden leggen)
- Wat heb je gevoeld/geproefd/gehoord/gezien/geroken? (Onthouden en begrijpen)
- Welke smaken of geuren vind jij lekker/niet lekker? Waarom? (Persoonlijke relevantie)
- Klopt het altijd wat je proeft? Kun je je tong foppen? (Kritisch denken)

Activiteit van de week:

De kinderen doen activiteiten met meerdere zintuigen (bijvoorbeeld elke dag een ander zintuig centraal stellen):

- Zien:
  - Raad het eten-puzzel: Close-up foto's van etenswaren. De kinderen raden wat het is.
  - De kinderen sorteren kleuren van groente en fruit en maken food-art .
- Horen:
  - De kinderen luisteren naar het geluid van eten: knapperig van chips of komkommer, pruttelend water, het tikken van een ei tegen een pan. De kinderen maken vervolgens zelf geluiden met voorwerpen in het lokaal. De kinderen maken hun eigen versie van raad het geluid van Q-music.
  - De kinderen maken muziek met keukenspullen.
- Ruiken:
  - De kinderen doen een geurenmemory: https://www.spelactief.nl/activiteiten/cultuur-maatschappij/geurenmemory Vul kleine potjes met herkenbare geuren (citroen, kaneel, knoflook, munt, chocolade, etc.) en laat kinderen geuren bij elkaar zoeken.
  - De kinderen maken kruidenzakjes.



- Voelen:
    - Voelbox met etenswaren: De kinderen raden geblinddoekt wat ze voelen in een box met verschillende groenten, fruit, pitten, kruiden, pasta's, etc.
    - Voelroute: de kinderen lopen met blote voeten over verschillende ondergronden.
- Proeven:
    - De kinderen maken eigen gerechten/smoothies. Wat heb je allemaal voor ingrediënten gebruikt?
    - Proefrondje 'Zoet, zuur, zout, bitter': De kinderen proeven met een blinddoek en benoemen wat ze proeven. Daarna kiezen ze hun favoriete smaak.
    - De kinderen doen een proeverijtje van onbekende groenten/fruit.

Beweegactiviteit:

- De kinderen spelen Vies en lekkertje: https://activiteitenbank.scouting.nl/component/k2/item/216-vies-en-lekker
- De kinderen doen een smaakestafette: ze rennen naar een mandje, trekken een kaartje met een smaak (zoet/zuur/zout/bitter) en zoeken iets dat daarbij past.
- De kinderen doen een picknickestafette: ze brengen in estafettevorm gezonde ingrediënten naar een picknickkleed en gaan daarna samen "picknicken".

Extra suggesties voor activiteiten:

- De kinderen maken kunst met kruiden, specerijen, pasta's.



Bron: Macaronirecept

- De kinderen bakken 'zintuigenkoekjes' met verrassingsingrediënten.

Verdiepende filmpjes:

- Hoor je beter als je niks ziet? https://schooltv.nl/video-item/hoor-je-beter-als-je-niks-ziet-zoeken-op-gehoor#q=zintuigen
- De Buitendienst: Hoe prikkel je de zintuigen: https://schooltv.nl/video-item/de-buitendienst-hoe-prikkel-je-de-zintuigen#q=zintuigen
- Huisje boompje beestje: Zintuigen: https://schooltv.nl/video-item/huisje-boompje-beestje-zintuigen#q=zintuigen
- Alle zintuigen apart in een filmpje:
    - Geur: https://schooltv.nl/video-item/geur-een-van-je-zintuigen#q=zintuigen
    - Gehoor: https://schooltv.nl/video-item/gehoor-een-van-je-zintuigen#q=zintuigen
    - Smaak: https://schooltv.nl/video-item/smaak-een-van-je-zintuigen#q=zintuigen
    - Zicht: https://schooltv.nl/video-item/zicht-een-van-je-zintuigen#q=zintuigen
    - Tast: https://schooltv.nl/video-item/tast-een-van-je-zintuigen#q=zintuigen
- Wat voel ik? Met je zintuigen kun je heel goed voelen: https://schooltv.nl/video-item/wat-voel-ik-met-je-zintuigen-kun-je-heel-goed-voelen#q=zintuigen
- Wat zie jij als eerst? Houd je hersenen voor de gek. De kinderen bekijken het filmpje: https://www.youtube.com/watch?v=uWb7Ch8cp90

Week 7 & 8: Kookatelier - Kruiden

Nieuwsgierigheid prikkelen:

- De kinderen gaan op pad met de kruidenzoekkaart: https://www.conk.nl/portfolio/ontwerp-drukwerk/kruidenzoekkaart/
- De kinderen worden geblinddoekt en raden welke kruiden ze ruiken. Denk aan basilicum, munt, bieslook, tijm, koriander, dille en citroenmelisse.
- De kinderen houden de voortgang bij van de groei van kruiden.
- De kinderen bekijken samen onkruid. Kun je dit eten? Welke kruiden wel?
- De kinderen ‘adopteren’ een kruidenplantje: Elk kind (of groepje) kiest een plantje om de hele week voor te zorgen. Maak er een soort "kruidenhotel" van.

Denkbubbelvraag van de week:
Een relevante vraag die je op het prikbord hangt en waarbij je gedurende de week samen met de kinderen op zoek gaat naar antwoorden.



- Uit welke landen komen de kruiden die wij thuis eten? (Verbanden leggen en persoonlijke relevantie).
- Waarom gebruiken mensen kruiden in eten? (Verbanden leggen)
- Gebruik jij kruiden thuis? Welke vindt je lekker of juist niet? (Persoonlijke relevantie)

Activiteit van de week:

- De kinderen kweken groentes. Ze doen potgrond en zaadjes van eetbare kruiden zoals munt, bieslook, peterselie, tuinkers enz.in kleine potjes (bv kleine turfpotjes uit een tuincentrum). In plaats van potjes kan je ook een (oude) nylon panty nemen, vullen met zaden en dan aarde, deze dan omgekeerd op een bord plaatsen. Als je het regelmatig water geeft komt er vanzelf 'groen haar' uit het bolletje of het bakje.
- De kinderen maken kruidenthee uit de natuur: https://activiteitenbank.scouting.nl/component/k2/item/10959-kruidenthee-uit-de-natuur-tisane Ze kunnen er honingkoekjes bij maken of simpele koekjes en gebruik kaneel of gemberpoeder
- De kinderen maken wilde kruidenboter: https://activiteitenbank.scouting.nl/component/k2/item/7826-wilde-kruidenboter-maken Ze proeven op toast of volkoren crackers.
- De kinderen maken een zelfwaterende pot voor de kruiden: https://activiteitenbank.scouting.nl/component/k2/item/10407-zelfwaterende-pot-voor-kruiden
- De kinderen maken hun eigen kruidensoep. (dit hoeft niet eetbaar te zijn en mag dus ook met bijvoorbeeld modder).
- De kinderen maken gezonde wraps of kruidenpesto. Ze vullen wraps met humus, groente en verse kruiden (munt, koriander). Of ze maken zelf pesto van basilicum.
- De kinderen maken kruidenpizza’s of kruidenbrood. Ze beleggen mini-pizza's met tomaat, oregano, basilicum. Of ze maken samen een kruidenbrood in een cakeblik.

Beweegactiviteit:

- De kinderen spelen Van zaadjes tot eten: https://activiteitenbank.scouting.nl/component/k2/item/11491-van-zaadjes-tot-eten
- De kinderen spelen Soeptikkertje waarin je kruiden verwerkt: https://activiteitenbank.scouting.nl/component/k2/item/215-soeptikkertje
- Ruik en ren: Leg kruiden in bakjes. De kinderen ruiken en moeten naar het juiste grote plaatje rennen.

Extra suggesties voor activiteiten:

- De kinderen schilderen met kruiden (meng wat kruiden met water om er verf van te maken).
- De kinderen bekijken een bepaald kruid met een vergrootglas en proberen het zo precies mogelijk na te maken.
- Waar komen de kruiden vandaan? De kinderen tekenen ze op de wereldkaart



- De kinderen gaan kruidenstempelen: Gebruik rozemarijntakjes, salie of andere stevige kruiden om mee te stempelen.
- De kinderen maken kruidenkransen of -boeketjes: Een soort geurige mini-bloemstukjes voor thuis.
- De kinderen gaan kruiden drogen & labelen: De kinderen maken hun eigen theemix en labelen deze.
- De kinderen doen experimenten met kruiden: Wat gebeurt er met kruiden in heet water, olie of azijn?

Verdiepende filmpjes:

- Filmpje kruiden verbouwen in je eigen moestuin: https://schooltv.nl/video/kruiden-verbouwen-in-je-eigen-moestuin/#q=kruiden
- Specerijen uit Indië: https://schooltv.nl/video/specerijen-uit-indie-de-start-van-een-bloeiende-handel/#q=specerijen
- Een gevecht om specerijen: https://schooltv.nl/video/de-voc-in-batavia-een-gevecht-om-specerijen/#q=specerijen

Week 9 & 10: Kunstatelier – Poep en spijsvertering

Nieuwsgierigheid prikkelen:

- De kinderen maken een wandeling door het park. Ze gaan samen op zoek naar poep van verschillende dieren. (zoals bijvoorbeeld naar poep van rupsen: https://activiteitenbank.scouting.nl/component/k2/item/8734-rupsen-poepjes-regen-in-de-jungle)
- Poepdetectivespel: Laat 'mysterieuze drollen' van klei achter op het plein. De kinderen onderzoeken ze (vorm, kleur, inhoud?) en raden van welk dier het zou kunnen zijn. Kan ook met de poepkaartjes uit de bijlage.



Of leg (nep) konijnenkeutels in de klas. Van wie zal deze poep zijn? De kinderen gaan in gesprek over hoe poep eruit ziet.

- De kinderen doen een quiz over de spijsvertering: https://quiz.ntr.nl/quiz/start/quiz_id/149
- De kinderen spelen het Van snoep naar poepspel: https://nl.pinterest.com/pin/448671181609508374/
- De kinderen gaan ontdekken hoe de kringloop in de natuur werkt: ze knippen van karton twee boterhammen, zoeken wormen, blaadjes en takjes en maken hiermee een 'natuursandwich'. Deze begraven ze bij een boom en staan stil bij hoe bodemdiertjes afval omzetten in voedsel voor de natuur. Boterham met wormenpoep voor de bomen: https://activiteitenbank.scouting.nl/component/k2/item/8725-boterham-met-wormenpoep
- Mysteriebox: De kinderen zien een doos met allerlei voorwerpen die met de spijsvertering te maken hebben (appel, wc-rol, wc-borstel, plastic drol, boek over het lichaam, maag-darm-stelselplaatje, schepje). Wat hebben ze met elkaar te maken?
- 

Over een kleine mol die wil weten wie er op zijn kop gepoept heeft, van Werner Holzwarth
- Nodig een diëtist of verpleegkundige uit om te praten over gezonde voeding en poep.

Denkbubbelvraag van de week:

Een relevante vraag die je op het prikbord hangt en waarbij je gedurende de week samen met de kinderen op zoek gaat naar antwoorden.



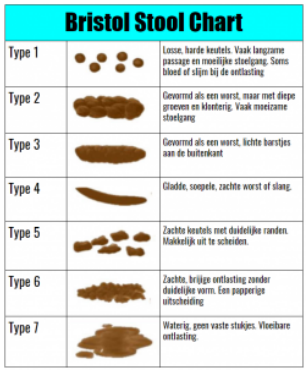
- Welke synoniemen ken je allemaal voor het woord poep? (Verbanden leggen en creatief denken) *(Ontlasting, flats, mest, uitwerpselen, drukken, schijt, een hoop doen, keutel, drol, kak, je behoefte doen. Laat de kinderen maar spuien, alles mag!)*
- Waar gaat je eten allemaal langs voordat het poep wordt? (Onthouden en begrijpen)
- Hoe zou een poepfabriek eruit zien? (Creatief denken)
- Hoe voel je je als je veel of weinig naar de wc gaat? (Persoonlijke relevantie)
- Is het waar dat je elke dag moet poepen? (Kritisch denken)

Activiteit van de week:

- De kinderen maken poep van ontbijtkoek: https://www.proefjes.nl/proefje/102
- De kinderen bakken drollenkoekjes: https://www.baksels.net/verjaardagen-maart-2015/
- De kinderen maken van klei de poep die bij de dieren hoort:



- De kinderen maken een stripverhaal waarin een boterham door het lichaam reist.
- De kinderen schilderen hun eigen spijsverteringskanaal op een groot vel (of op T-shirts!).
- De kinderen maken kunst met poepkleuren: schilder of meng kleuren op basis van de Poepkaart van de Bristol Stool Chart.



Bristol Stool Chart		
Type 1		Losse, harde keutels. Vaak langzame passage en moeilijke stoelgang. Soms bloed of slijm bij de ontlasting
Type 2		Gevormd als een worst, maar met diepe groeven en klonterig. Vaak moeizame stoelgang
Type 3		Gevormd als een worst, lichte barstjes aan de buitenkant
Type 4		Gladde, soepele, zachte worst of slang.
Type 5		Zachte keutels met duidelijke randen. Makkelijk uit te scheiden.
Type 6		Zachte, brijige ontlasting zonder duidelijke vorm. Een papperige uitscheiding
Type 7		Waterig, geen vaste stukjes. Vloeibare ontlasting.

Bron: Optimavita

- De kinderen maken een “Poepmuseum”: de kinderen maken drollen van klei of zoutdeeg in allerlei vormen, met bordjes erbij ("Deze is van een konijn", "Deze heb ik zelf verzonnen", "Deze lijkt op nummer 4 van de poepkaart").
- De kinderen maken een poepmonster van gerecycled materiaal. Wat eet jouw monster?

Beweegactiviteit:

- De kinderen gaan spijkerpoepen: https://www.spelactief.nl/activiteiten/sport-spel/spijkerpoepen
- De kinderen spelen WC-tikkertje: https://www.spelactief.nl/activiteiten/sport-spel/wc-tikkertje
- Van wie is deze poep? Hang foto's van konijnenkeutels, paardenpoep etc. op het schoolplein. Roep een dier. De kinderen rennen naar de poep van dat dier.
- De kinderen spelen poeptikkertje. Word je getikt? Dan ga je liggen met opgetrokken benen (poepen). Anderen kunnen je "doorspoelen" door een hand te geven.

Extra suggesties voor activiteiten:

- De kinderen leren over poep: https://activiteitenbank.scouting.nl/component/k2/item/6221-leren-over-poep
- De kinderen maken "nepdrollen" van klei met zaden, pitjes, stukjes plastic erin. Wat zien ze allemaal terug? (Verbinding naar voeding en afval).
- De kinderen 'voelen' hoe een darm werkt met een lange panty en havermoutpap erin. Hoe beweegt het eten?

Verdiepende filmpjes:

- Er was eens… Spijsvertering: https://www.youtube.com/watch?v=sJvZcMIrs3c&t=821s
- De spijsverteringsorganen: https://schooltv.nl/video-item/de-spijsverteringsorganen-welke-weg-legt-het-voedsel-in-je-lichaam-af
- Maagsap: https://schooltv.nl/video-item/maagsap-goed-kauwen-is-het-halve-werk
- Hoe je eten door je spijsvertering gaat: https://www.poeppaleis.nl/hoe-je-eten-door-je-spijsvertering-gaat/
- Hoe ziet jouw poep eruit? NOS jeugdjournaal: https://www.youtube.com/watch?v=A8OKK0YszMk

Bijlage: Dierenestafette natuuratelier

Olifant





Bladeren



Gras



Schors



Vruchten

Egel





Insecten



Worm



Slak



Fruit

Leeuw





Antilope



Zebra



Bizon



Gnoe

Uil





Muizen



Vogels



Insecten



Konijnen

Pinguïn





Krill



Vissen



Inktvis

Kikker





Visjes



Worm



Insecten



Algen

Schildpad





Bladeren



Gras



Bloemen



Groenten

Haai





Zeehond



Vissen



Krab



Garnaal

Mier





Insecten



Zaden



Zoetigheid



Broodkruimels

Bijlage: Raad het eten ontdekatelier















1.Aardappel



2.Citroen



3.Wortel



4.Aubergine



5.Sinaasappel



6.Appel

Bijlage: Dieren en hun poep kunstatelier

