



NATUURLIJK ZUIVEL!

OP DE BOERDERIJ VAN JET

VERRIJKINGSOPDRACHTEN

Als aanvulling op het werkboekje of de digitale lesmodule *Natuurlijk Zuivel! - Op de boerderij van Jet* kunt u diverse verrijkingsoopdrachten inzetten in de klas. Achter de opdracht staat het paginanummer van het werkboekje waar de opdracht naar verwijst.

COLLAGE MAKEN (P. 3)

De leerlingen maken in groepjes een collage of een krant over zuivel en de informatie uit het werkboekje en de digitale lesmodule. Op een A3-vel tekenen, schrijven en plakken ze allerlei informatie. U kunt de leerlingen de opdracht geven om specifieke onderwerpen aan bod te laten komen of u laat de leerlingen hier vrij in.

HET MENU (P. 4)

In het werkboekje komt het menu van de koe aan bod. Maar wat eten de leerlingen zelf het liefst? Bespreek met elkaar wat iedereen eet; eerst in groepjes en daarna klassikaal. Eet iedereen hetzelfde? Welke producten zijn gezond, welke niet? Eet iedereen zuivel? Ken je al het genoemde eten of nog niet? Laat de leerlingen een menukaart maken met gezonde en gevarieerde voeding aan de hand van de Schijf van Vijf.

ZUIVEL IN ANDERE LANDEN (P.4)

Ook in andere landen eten en drinken ze veel zuivelproducten. Vaak zijn de zuivelproducten daar anders. In Frankrijk eten ze bijvoorbeeld brie of camembert, in Italië houden ze van mozzarella en in Griekenland hebben ze halloumi. Bespreek met de leerlingen welke zuivelproducten uit andere landen ze al kennen. Laat ze op internet nog meer zuivelproducten zoeken. Plak samen plaatjes van zuivelproducten op een kaart van Europa.

PROEVEN MAAR! (P. 5)

Organiseer een zuivelsmaaktest in de klas. Neem verschillende zuivelproducten mee en laat de leerlingen hier blind van proeven. Kunnen de leerlingen raden wat ze hebben geproefd? Daarna geven de leerlingen aan hoe ze het vonden smaken. Maak eventueel zelf een formulier voor een smaaktest.

Zuur | romig | zoet | zout | lekker | niet zo lekker
Welke zuivelproducten zijn gezond en welke minder? Bespreek met de leerlingen wat gezond en ongezond is. Leg uit dat er aan sommige zuivelproducten suiker of zout wordt toegevoegd en aan andere niet. Magere en halfvolle melk en yoghurt, karnemelk en 30+ kaas zijn een gezonde keuze en staan in de Schijf van Vijf.

ACTIEPLAN WIJ GOOIEN NIKS ZOMAAR WEG! (P. 5)

Laat de leerlingen een week bijhouden welk eten er in een week ongebruikt in de prullenbak gaat. Daarna bedenken de leerlingen met elkaar hoe ze minder kunnen weggooien en maken ze een actieplan. Hier is ook een link te maken met verspilling op de boerderij. Hoe zorgt de boer dat er zo min mogelijk wordt verspild (voedsel, water, elektriciteit, koeien als afvalverwerkers)? Kijk ook op de klikplaat Jets boerderij.



ODE AAN DE KOE! (P. 13)

Maak een koeienfeest in de klas. Laat de leerlingen zich verkleden als koe of knutsel met elkaar koeienpakken of een staart. Dans de koeiendans, schrijf de 'wie-maakt-het-lekkerste-toetje' wedstrijd uit, ontwerp een Koeien-Twisterspel of maak een rap of liedje over een favoriete koe! Luister en bekijk met de klas op YouTube het liedje 'Ik en mijn Beessie' van Kinderen voor Kinderen of het lied '35 koeien' van André van Duin.

ONDERZOEK EN ONTWERPOPDRACHT (P. 16)

Verzamel een aantal verschillende zuivelpakken of vraag de kinderen om schone, lege verpakkingen mee te nemen naar de klas. Laat een pak zuivel zien en bespreek de informatie op het pak.

Onderwerpen die aan bod kunnen komen: naam van het product, logo van het bedrijf dat de zuivel heeft gemaakt, voedingswaarde, houdbaarheidsdatum, inhoudsmaat, bewaaradvies, reclameteksten en gekozen afbeeldingen, bijvoorbeeld de koeien of de boer(in) waar de melk vandaan komt.

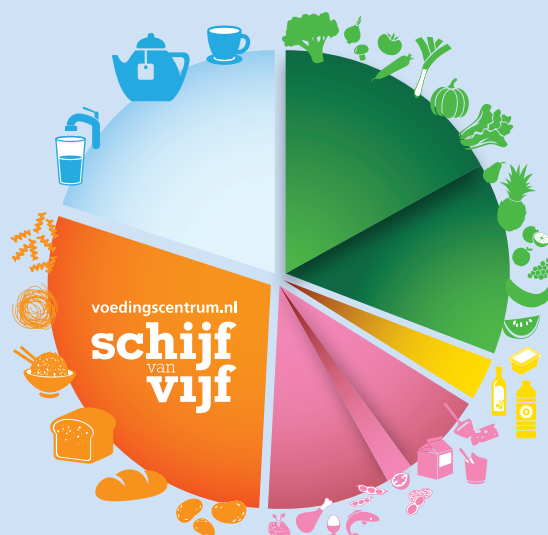
In de lesmodule op zuivelonline.nl/groep56 staat een infographic over wat er op een zuivelpak staat. Laat de leerlingen onderzoeken wat de verschillen zijn bij zuivelverpakkingen en laat ze daarna hun eigen zuivelpak ontwerpen in hun werkboekje en aan elkaar presenteren.

RECEPTENBOEK MAKEN (THUISOPDRACHT)

De ingestuurde gerechten van de leerlingen zijn natuurlijk leuk om met elkaar te delen. Laat de leerlingen op de computer samen een boek maken van alle recepten. Is het receptenboek klaar? Mail het naar alle ouders of geef geprinte receptenboekjes mee naar huis als afsluiting van het project.

HANGOP MAKEN IN DE KLAS

Maak met de leerlingen in de klas ouderwetse hangop met een zeef en een theedoek. Gebruik yoghurt en voeg naar keuze vers fruit toe. Op internet zijn veel verschillende recepten te vinden.



GEZOND VOLGENS DE SCHIJF VAN VIJF

Bij sommige opdrachten in het werkboekje of bij de verrijkingsopdrachten kunnen de leerlingen aangeven welke zuivelproducten zij lekker vinden en welke zuivelproducten volgens hen het meest gezond zijn.

De keuze in zuivel is groot; in de winkel liggen de schappen vol. Welke producten zijn dan een gezonde keuze? Magere en halfvolle melk en yoghurt, 30+ kaas en karnemelk zijn een gezonde keuze en staan in de Schijf van Vijf. Sommige soorten zuivel staan niet in de Schijf van Vijf, zoals vla, vruchtenyoghurt of feta. Dat komt omdat er dan suiker of zout aan is toegevoegd. Of omdat er teveel ongezond verzadigd vet in zit. Dat is minder gezond. Je kunt best af en toe een bakje vla eten, maar niet te vaak. Het is een 'extra'.

Heel soms zijn mensen allergisch voor stoffjes in de melk. Zorg er dan voor dat je de voedingsstoffen uit gewone melk op een andere manier binnenkrijgt. Eet dan bijvoorbeeld vette vis, spinazie, broccoli of eieren. Of neem sojadrink.

