



## VOEDSELVERSPILLING

*Proeven en geproefd worden*  
*Doelgroep : 5 – 8 jaar*

Meer dan 1/5 van de inhoud van een vuilbak bestaat uit voedsel. Wat een verspilling! Hoe kunnen we daar iets aan doen? De voorgestelde actie laat de leerlingen toe gebruik te maken van al hun zintuigen: het zien, horen, voelen, ruiken en proeven van voedingsmiddelen zal een hele nieuwe wereld doen opengaan, waardoor de leerlingen betere/bewustere keuzes kunnen maken, en minder voeding zullen weggooien.

### 1. DOCUMENTATIE

Gratis beschikbaar bij Leefmilieu Brussel :

- Brochure "Recepten voor collectieve versnapering"
- Brochure "Voeding en milieu": 65 tips om lekker, milieuvriendelijk én gezond te eten

### 2. VERLOOP

#### 2.1. LEREN

- Na het middagmaal vraagt u aan de leerlingen die boterhammen meebrengen te laten zien wat er nog in de brooddoos zit; aan de leerlingen die een warme maaltijd hebben gegeten, vraag je wat er op het menu stond, en of ze alles netjes hebben opgegeten. Vervolgens tekent u op het bord een grote vuilbak en vraagt u aan de leerlingen hoeveel van deze vuilbak gevuld wordt met al die resten van maaltijden en tussendoortjes. Het verbluffende antwoord is: meer dan 1/5 van de vuilbak!
- Bespreek samen met de leerlingen het middagmaal: wat hebben ze niet opgegeten? Waarom niet? Het resultaat leidt tot een ontdekkingstocht van smaken. De leerlingen ontdekken wat "zoet", "zout", "bitter", "pikant", "zuur",... is, doen een geblindeerde test die het belang van het spreekwoord "we eten met onze ogen" aantoont, organiseren een etentje waarbij nieuwe smaken ontdekt worden (bv. adhv het land van origine van uw leerlingen), organiseren een kookles met lokale producten,... dit alles met de bedoeling om de vrees voor 'nieuwe smaken' te ontcrachten.

*Waarschuwing: opgelet, sommige kinderen kunnen allergisch of intolerant reageren op bepaalde voedingsstoffen, zelfs op veel voorkomende, alledaagse producten. Overleg vooraf met de ouders bij twijfel.*

#### 2.2. ZICH ENGAGEREN

- Laat de leerlingen in groepjes bespreken wat ze net ervaren hebben. Ze vatten voor zichzelf samen wat ze wel en niet lusten, en waarom. Ze kunnen ook een onderscheid maken tussen voeding die ze erg graag lusten, voeding die ze niet zo lekker vinden, maar wel opeten, en voeding die ze absoluut niet lusten/en of niet mogen eten.
- De leerlingen kunnen zich voornemen om voortaan meer hun best te doen om de voeding die ze niet zo graag lusten, toch op te eten, en zeker nooit weg te gooien.
- Een tweede voornemen kan zijn om nooit meer te zeggen dat ze iets niet lusten, nog voor ze het geproefd hebben.

#### 2.3. IETS DOEN

- Als we zitten eten we beter en rustiger dan wanneer we rechtstaan. Daarom kan je een tussendoortjesmoment organiseren waarbij je leerlingen zitten, voor of na de speeltijd.
- Om van de dynamiek van de klasgroep te profiteren, organiseert u in de klas een gezamenlijk moment waarop iedereen hetzelfde tussendoortje krijgt (voorzien door u of door de ouders, met een beurtrol). Tijdens deze gezamenlijke momenten zullen de leerlingen andere, nieuwe tussendoortjes ontdekken, de hoeveelheid verpakkingsafval vermindert en de ervaring leert dat de voedselverspilling afneemt. (zie ook dossier "Recepten voor collectieve versnaperingen")



- De leerlingen die boterhammen meebrengen vragen aan hun ouders om een aangepaste hoeveelheid boterhammen mee te geven.

## 2.4. EVALUEREN

- Dezelfde oefening herhalen van het begin van het project: check de hoeveelheid afval in de brooddozen, vraag naar de gerealiseerde inspanningen om hun bord leeg te eten,...



**Relevante eindtermen:**

Wereldoriëntatie

De leerlingen

- 1.18: tonen zich in hun gedrag bereid om in de eigen klas en school zorgvuldig om te gaan met papier, water, afval en energie.
- 3.1: drukken in een niet-conflictgeladen situatie, eigen indrukken, gevoelens, verlangens, gedachten en waarderingen spontaan uit.
- 3.4: kunnen in concrete situaties verschillende manieren van omgaan met elkaar herkennen, erover praten en aangeven dat deze op elkaar inspelen.
- 5.3: kunnen in een kleine groep voor een welomschreven opdracht een taakverdeling en planning in de tijd opmaken.

Nederlands

De leerlingen

- 1.1: kunnen (verwerkingsniveau = beschrijven) de informatie achterhalen in een voor hen bestemde mededeling met betrekking tot het school- en klasgebeuren.
- 1.5: kunnen (verwerkingsniveau = structureren) de informatie op een persoonlijke en overzichtelijke wijze ordenen bij een uiteenzetting of instructie van de leerkracht.
- kunnen (verwerkingsniveau = beoordelen) op basis van, hetzij de eigen mening, hetzij informatie uit andere bronnen, de informatie beoordelen die voorkomt in
- 1.8 : een discussie met bekende leeftijdgenoten.
- 1.9 : een gesprek met bekende leeftijdgenoten.
- 1.10 : een door leeftijdgenoten geformuleerde oproep.
- 2.3: kunnen (verwerkingsniveau = beschrijven) het gepaste taalregister hanteren als ze over een op school behandeld onderwerp aan de leerkracht verslag uitbrengen.
- kunnen (verwerkingsniveau = structureren) het gepaste taalregister hanteren als ze
- 2.5: vragen van de leerkracht in verband met een behandeld onderwerp beantwoorden.
- 2.6: van een behandeld onderwerp of een beleefd voorval een verbale/non-verbale interpretatie brengen, die begrepen wordt door leeftijdgenoten.
- 2.7: bij een behandeld onderwerp vragen stellen die begrepen en beantwoord kunnen worden door leeftijdgenoten.
- 4.2: kunnen (verwerkingsniveau = beschrijven) een oproep, een uitnodiging, een instructie richten aan leeftijdgenoten.
- 4.3: kunnen (verwerkingsniveau = structureren) een brief schrijven aan een bekende om een persoonlijke boodschap of belevens over te brengen.

Lichamelijke opvoeding

De leerlingen

- 1.26: kunnen klein-motorische vaardigheden in verschillende situaties voldoende nauwkeurig gedoseerd en ontspannen uitvoeren.
- 3.1: zijn bereid een opdracht vol te houden en af te werken.
- 3.2: kunnen hun eigen inspanning en die van anderen inschatten en waarderen.

Muzische vorming

De leerlingen kunnen

- 1.2: door betasten en voelen (tactiel), door kijken en zien (visueel) impressies opdoen, verwerken en erover praten.
- 1.3: beeldinformatie herkennen, begrijpen, interpreteren en er kritisch tegenover staan.
- 1.5: beeldende problemen oplossen, technieken toepassen en gereedschappen en materialen hanteren om beeldend vorm te geven op een manier die hen voldoet.
- 1.6: tactiele, visuele impressies, ervaringen, gevoelens en fantasieën op een beeldende manier weergeven.
- 5.1: beeldsignalen waarnemen zodat men opvallend goede en minder geslaagde dingen kan doorzoeken en herkennen.
- 6.1: blijvend nieuwe dingen uit hun omgeving ontdekken.
- 6.4: vertrouwen op hun eigen expressiemogelijkheden en durven hun creatieve uitingen tonen.
- 6.5: respect betonen voor uitingen van leeftijdgenoten, behorend tot eigen en andere culturen.

Sociale vaardigheden

De leerlingen kunnen

- 1.2: in omgang met anderen respect en waardering opbrengen
- 1.3: zorg opbrengen voor iets of iemand anders
- 1.4: hulp vragen en zich laten helpen
- 1.5: bij groepstaken leiding en onder leiding van een medeleerling meewerken
- 1.5: bij groepstaken leiding geven en onder leiding van een medeleerling meewerken
- 1.6: kritisch zijn en een eigen mening formuleren
- 1.7: zich weerbaar opstellen naar leeftijdgenoten en volwassenen toe door signalen die voor anderen begrijpelijk en aanvaardbaar zijn
3. samenwerken met anderen, zonder onderscheid van sociale achtergrond, geslacht of etnische origine.

