



Les 1

Groente en fruit ontdekken

Doelen

De leerlingen:

- leren verschillende soorten groente en fruit te proeven, zoals paprika, worteltjes, kiwi en ananas
- kunnen vertellen waarom ze een stuk groente of fruit wel of niet lekker vinden
- weten dat je eten kunt ontdekken door te proeven, ruiken, voelen, horen en kijken

Materialen

- verschillende soorten groente en fruit, zoals paprika, worteltjes, kerstomaatjes, bleekselderij, kiwi, ananas, mango, pruim, druif en peer
- scherp mesje, snijplank
- cocktailprikkertjes
- twee schalen
- twee grote vellen papier
- kleurpotloden of verf en kwasten
- prikpenen of scharen

Vooraf

- Regel eventueel hulpouders voor deze les.
- Zorg dat zaken als messen, vorken, lepels, werkblad, vaatdoekje en theedoek schoon zijn.

Inleiding

Groente en fruit in de kring

Leg de verschillende soorten groente en fruit in het midden van de kring en praat met de leerlingen over hoe deze eruit zien.

Vraagsuggesties

- Welke vormen zie je?
- Welke kleuren zie je?
- Wat vind je er lekker uitzien?
- Waarom ziet dat er volgens jou lekker uit?
- Wat vind je er niet lekker uitzien? Waarom?
- Vindt iedereen hetzelfde lekker?

Kern

Smaak en de zintuigen

De leerlingen mogen nu de stukken groente en fruit doorgeven.

Vraagsuggesties

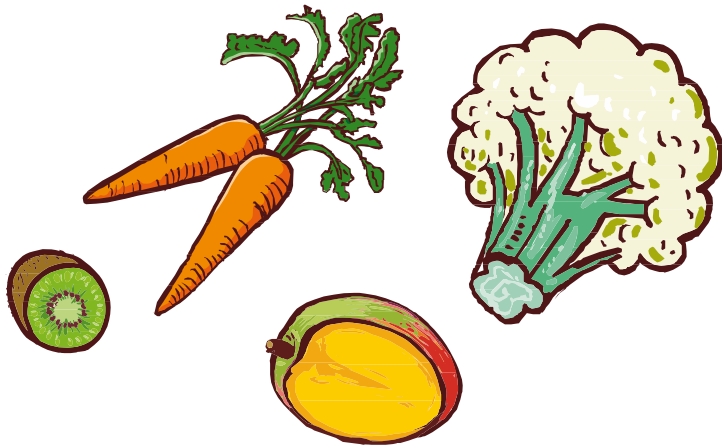
- Wat ruik je?
- Ruikt het lekker?
- En ruikt het een beetje zoals iets anders?
- Doet het je ergens aan denken?
- Voel eens goed aan het fruit. Is het glad, zacht, hard, ruw?

Nu is het tijd om te proeven. Was met de hele klas de handen.

Als je met eten werkt, moet je schone handen hebben. Snijd alles in hapklare stukjes en prik er een cocktailprikkertje in.

Maak twee schalen, één met groente en één met fruit. Vraag de leerlingen allemaal minimaal één stukje uit elke schaal te pakken. Het is leuk als ze nieuwe soorten durven te proberen. Kennen de leerlingen de namen? Vraag bij het proeven naar zintuiglijke waarnemingen. Vraag ze vooraf om goed te kauwen en te luisteren. Een stukje peer klinkt bijvoorbeeld sappig en een wortel knapperig.





Vraagsuggesties

- Hoe smaakt het?
- Smaakt het zoet, zuur, zout of bitter?
- Hoe ziet het eruit, bijvoorbeeld vanbinnen?
- Hoe voelt het in je mond?

Herhaal later in de week de namen van de nieuwe soorten die de leerlingen ontdekt hebben tijdens de Smaakles en oefen met namen van andere soorten groente en fruit. ➔

Afsluiting

Tekenopdracht

Laat de leerlingen na het proeven helpen opruimen. Daarna kunnen zij elk hun lievelingsgroente en -fruit tekenen. Laat ze deze tekeningen uitknippen of uitprikken en plak het resultaat op grote vellen: **Ons lekkerste fruit** en **Onze lekkerste groente**. Leerlingen kunnen ook groente en fruit op een kralenplankje maken. Maak er dan een foto van!

Werkvormen

Klassikaal

kringsprek, proeven, knutselen, nabespreken

Individueel

knutselen

Combinatietip +

Noem de verschillende kleuren, vormen en texturen van groente en fruit. Denk hierbij aan krom, recht, rond, ovaal, breed, smal, dik, dun, klein, groot, ruw, glad, enzovoort. (Vak: taal)

Lessuggesties uit het online inspiratieboek

Doe diverse smaakspelletjes in de speelzaal of doe de opdracht **Timpe Tampe Toveraar**, waarbij verschillende soorten groente en fruit worden uitgebeeld.

