

# Smaakmissie Aardappelen, rijst en pasta

## Groep 7/8



## Terug naar Smaaklessen

1. Wat weet ik al?
  2. Proefles
  3. Naar de supermarkt
  4. Op excursie
  5. Vloggen
  6. Superkoks
- Extra Informatie

Afdrukken

**Britt & Lynn hebben jullie hulp nodig! Britt & Lynn zijn bekende vloggers en hebben al verschillende series gemaakt. Nu willen ze beginnen met een kookvlog. Maar ze hebben dit nog nooit eerder gedaan! De eerste vlog zal gaan over aardappels, rijst en pasta, maar wat kunnen ze daar allemaal over vertellen en van maken? Kunnen de leerlingen hen helpen? Ga op Smaakmissie!**

In deze Smaakmissie ontdekken leerlingen van alles over aardappelen, rijst en pasta door zelf op onderzoek uit te gaan, zowel binnen als buiten de klas. De Smaakmissie bestaat uit 6 interactieve lessen met aanvullend een digibordmodule. [Lees hier hoe de Smaakmissie werkt](https://www.smaakmissies.nl/missie/aardappelen-rijst-pasta/) en ga aan de slag!

# 1 Wat weet ik al?

30 min.

## Doel van deze les

De leerlingen:

- worden zich bewust van wat ze al weten t.a.v. aardappelen, rijst en pasta.
- kunnen uitleggen wat er in het koolhydraatvak van de Schijf van Vijf zit.
- kunnen uitleggen dat je koolhydraten kan binnen krijgen door het eten van verschillende producten zoals; aardappelen, rijst en pasta.

---

## Materialen

- werkblad 1 - De koolhydratenquiz (één exemplaar of via digibord)
- werkblad 2 - Knipblad (voor ieder team één)
- werkblad 3 - Huiswerkopdracht (voor iedere leerling één)
- digibord

---

## Lesopbouw

### Vorbereiding

---

Verdeel de klas in teams. De teams gaan elk een koolhydraatbron (1. aardappelen, 2. rijst of 3. pasta en andere granen) onderzoeken en promoten.

Knip voor elk groepje de kaartjes van werkblad 2 uit.

*Let op: Er moeten minimaal 3 groepjes zijn voor de drie koolhydraatbronnen die in deze Smaakmissie behandeld worden. Bij een grote klas kunnen er meerdere groepjes zijn die dezelfde koolhydraatbron onderzoeken.*

### De missie 5 min.

---

Laat op het digibord het introductiefilmpje zien. Hierin geven Britt & Lynn, twee vloggers, de opdracht voor deze Smaakmissie. Praat hier kort over na met de leerlingen.

### **Bekijk video**

#### **Quiz 15 min.**

---

Je lichaam heeft elke dag verschillende stoffen nodig: eiwitten, vetten en koolhydraten. Je lichaam bestaat uit allemaal hele kleine deeltjes: cellen. Eiwitten heb je nodig om de cellen in je lichaam op te bouwen. Vetten en koolhydraten zorgen ervoor dat je lichaam energie krijgt om te kunnen ademen, lopen en werken. In deze Smaakmissie onderzoeken de leerlingen alles over koolhydraten. Kennen de leerlingen nu al producten waar veel koolhydraten in zitten? (Dit zijn producten als aardappelen, rijst en pasta.) Vertel de leerlingen dat ze door middel van een quiz gaan ontdekken wat ze hier al over weten.

Verdeel de klas in teams. De groepjes blijven in deze samenstelling tijdens de hele Smaakmissie. De teams spelen tijdens de quiz tegen elkaar.

Deel aan ieder team de drie kaartjes uit van werkblad 2 waarop A, B of C staat. Leg uit dat als de vraag gesteld is, de mogelijke antwoorden worden genoemd: A, B of C. Het team overlegt welk antwoord goed is en houdt het juiste kaartje omhoog. De puntentelling wordt op het bord bijgehouden.

Lees de vragen op werkblad 1 voor of open de quiz op het digibord.

Bespreek de antwoorden klassikaal. Waar weet de klas eigenlijk al best veel van? Waar kunnen we tijdens deze Smaakmissie nog veel over leren?

#### **Youtube-kanaal 5 min.**

---

Laat op het digibord het YouTube-kanaal van Britt & Lynn zien.

Kijken de leerlingen vaak naar vloggers op YouTube? Kijken ze ook wel eens naar vlogs waarin gekookt wordt? De precieze inhoud van de vlogs van Britt & Lynn moet nog bepaald worden. Hebben de leerlingen eigenlijk een aantal favoriete gerechten met aardappel, rijst of pasta?

#### **Huiswerkopdracht 5 min.**

---

Geef de leerlingen de volgende huiswerkopdracht mee: Ga thuis op zoek naar producten uit het koolhydraatvak die bij jullie gegeten worden. Kruis op werkblad 3 aan welke producten je gevonden hebt. Heb je nog andere soorten aardappelen, rijst of pasta, maak daarvan dan een foto of schrijf de namen op de stippellijntjes. Daarmee ontdekt de klas dat er veel variatie mogelijk is binnen dit vak.

Vertel de leerlingen dat brood veel koolhydraten bevat en dus ook in het koolhydraatvak zit. Brood wordt echter tijdens deze Smaakmissie niet behandeld.





## 2 Proefles

45 min.

### Doel van deze les

De leerlingen:

- vinden het belangrijk om voldoende aardappelen rijst en pasta te eten om zo voldoende koolhydraten en vezels binnen te krijgen.
- kunnen uitleggen waarom volkorenproducten gezonder zijn dan gewone/witte producten.
- kunnen inschatten hoeveel onbereide en bereide aardappelen, rijst of pasta een kind uit groep 7-8 nodig heeft om aan de dagelijks aanbevolen hoeveelheid te voldoen.
- vinden het belangrijk om bij het koken van aardappelen, rijst of pasta de juiste portie per persoon af te wegen om voedselverspilling te voorkomen.

---

### Materialen

- gewone en volkoren pasta (genoeg om voor elke leerling wat te proeven)
- 1 potje pesto
- plastic bekertjes (2 per leerling)
- werkblad 4 - Pasta met pasta vergelijken (voor iedere leerling één)
- voor elk team minimaal 300 gram van de koolhydraatbron die ze onderzoeken (aardappelen, rijst of pasta)
- weegschaal (1 per groepje)
- scoreposter (A3 formaat)
- online factsheets
- digibord

---

### Lesopbouw

#### Vorbereiding

---

Kook van tevoren wat gewone pasta en wat volkoren pasta, zodat iedere leerling hier iets van kan proeven. Roer op het laatst door beiden wat pesto voor de smaak.

*Let op: Er zit een kleine hoeveelheid noten in pesto. Leerlingen met een allergie voor noten kunnen wat pasta zonder pesto proeven.*

Neem voldoende onbereide aardappelen, rijst en pasta mee zodat ieder team +/- 300 gram kan

afwegen.

*Tip: Vraag eventueel ouders om tijdens deze les te helpen. Zij kunnen misschien de pasta en eventueel nog andere koolhydraatbronnen bereiden zodat de leerlingen dit kunnen proeven.*

### **Terugblik huiswerkopdracht 10 min.**

---

Bespreek de huiswerkopdracht na. Praat met de leerlingen na over de koolhydraatproducten die ze thuis hebben gevonden.

Vraagsuggesties:

- Welke producten gebruiken jullie thuis gevonden?
- Hebben jullie nog producten gevonden die niet op het werkblad staan?
- Welke recepten maken jullie meestal klaar met deze producten?

Concludeer dat er drie groepen zijn binnen het koolhydraatvak die in deze Smaakmissie onderzocht kunnen worden: 1. aardappelen, 2. rijst en 3. pasta en andere granen (zoals quinoa en couscous). Verdeel de groepen over de teams. Ieder team krijgt de verantwoordelijkheid over één koolhydraatbron. Ze gaan alles over hun koolhydraatbron onderzoeken en doorgeven aan Britt & Lynn. Geef de leerlingen als tip mee dat er online nog meer informatie te vinden is in de [factsheets](#).

### **Volkoren versus gewoon 15 min.**

---

Bekijk de nieuwe vlog van Britt & Lynn.

Hadden de leerlingen tijdens de huiswerkopdracht ook al gemerkt dat je gewone/witte pasta hebt maar ook volkoren pasta? Of witte rijst en zilvervriesrijst?

Wijs de leerlingen erop dat het net zo is als met brood: je hebt wit brood en volkorenbrood. Maar waarom is volkoren gezonder? (In volkoren zitten vezels, die zorgen dat je sneller een vol gevoel hebt en zorgen dat je goed kunt poepen.) Hetzelfde geldt dus voor volkoren pasta, volkorenrijst, etc.

Vertel de leerlingen dat ze nu weten wat het verschil in gezondheid is tussen wit en volkoren. Maar is er ook verschil in smaak? Dit gaan de leerlingen zelf onderzoeken, ze gebruiken hiervoor werkblad 4.

Geef iedere leerlingen een bekertje met wat bereide gewone/witte pasta en een bekertje met wat bereide volkoren pasta. De leerlingen gebruiken al hun zintuigen bij het beoordelen van de pasta en vullen werkblad 4 in.

Bespreek dit kort na met de leerlingen.

Vraagsuggesties:

- Was er verschil in uiterlijk?
- Was er verschil in geur?
- Was er verschil toen ze erop kauwden?
- Hoe vonden ze de smaak?

### **Gezonde hoeveelheden 15 min.**

---

Britt & Lynn gaven in de vlog ook al aan dat ze nog niet heel veel weten over de juiste porties. Weten de leerlingen nog hoeveel lepels ook alweer gezond zijn? (3-5) Hoeveel gram is dat? (180-300 gram).

Laat elk groepje 200 gram van hun onbereide koolhydraatbron afwegen.

Het is leerzaam om de teams de afgewogen hoeveelheid ook te laten koken. Na het koken wegen ze het product opnieuw. Als het niet lukt om de producten te koken, kunt u het verschil tussen onbereid en bereid laten zien op het digibord.

Bespreek dit na met de klas:

Was er verschil tussen het gewicht van het onbereide product en het bereide product? Hoe komt dat? (als je rijst, pasta of couscous kookt dan nemen ze water op. Ze worden ongeveer 2,5 keer zo zwaar! Alleen bij aardappelen is dit niet het geval.) Wat betekent dat? (Er moet minder worden afgewogen van het onbereide product om uiteindelijk 200 gram te krijgen. Vaak staat op de verpakking hoeveel onbereid product je per persoon moet gebruiken). Waarom is afwegen belangrijk? (zo krijg je de juiste porties binnen en wordt er minder verspild. Wat teveel gekookt wordt, wordt namelijk vaak in de prullenbak gegooid).

Laat de leerlingen nu de juiste portie van hun onbereide product afwegen. Voor aardappelen is dat 3-5 aardappelen, en voor rijst, pasta en andere granen is dat ongeveer  $200 / 2,5 = 80$  gram van hun onbereid product. Hadden ze deze hoeveelheid verwacht? Bekijk ook weer de foto's van de porties voor en na het koken op het digibord.

### **Controlemoment 5 min.**

---

De leerlingen hebben al veel ontdekt! Vertel de leerlingen dat Britt & Lynn via het digibord nog een aantal vragen hebben. Kunnen de leerlingen deze beantwoorden? Het is natuurlijk de bedoeling dat de kookvlog van Britt & Lynn straks super goed bekeken wordt. Hoe meer duimpjes de leerlingen scoren, hoe beter!

- Lynn denkt dat 12 opscheplepels vlindertjespasta een goede hoeveelheid is voor 2 personen. Britt denkt dat het te weinig is, wat denken jullie?
- We weten dat niet alle koolhydraten even gezond zijn. Welke zijn volgens jullie het gezondst?

Kleur het aantal verdiende duimpjes in op de scoreposter.





## 3 Naar de supermarkt

30 min.

### Doel van deze les

De leerlingen:

- kunnen in de winkel verschillende soorten aardappelen, rijst en pasta opzoeken en aangeven of het in de Schijf van Vijf zit (volkoren pasta/ zilvervliesrijst/ gekookte, gepofte of gestoomde aardappel, zelfgemaakte aardappelpuree) of niet.
- vinden het belangrijk voor hun gezondheid te kiezen voor voorkeursproducten uit de Schijf van Vijf (volkoren pasta/ zilvervliesrijst/ gekookte, gepofte of gestoomde aardappel, zelfgemaakte aardappelpuree).

---

### Materialen

- werkblad 5a t/m 5c - Naar de supermarkt! (voor iedere leerling of team het bijbehorende werkblad)
- werkblad 6 - Krijtborden (voor ieder team één)
- scoreposter (A3 formaat)
- online factsheets
- digibord

---

### Lesopbouw

#### Naar de supermarkt 5 min.

---

Vertel de leerlingen dat ze een huiswerkopdracht krijgen. Ze gaan naar de supermarkt om verschillende producten van 'hun' koolhydraatbron op te zoeken. De leerlingen gebruiken hiervoor werkblad 5a, 5b of 5c.

Het team dat aardappelen onderzoekt noteert ook waar ze de producten hebben gevonden.

De teams die rijst en pasta onderzoeken bekijken het etiket en schrijven op hoeveel vezels er in het product zitten.

De leerlingen kunnen de huiswerkopdracht zelfstandig of met hun team uitvoeren.

#### Voor elke dag of voor af en toe? 20 min.

---

De leerlingen bekijken per team wat ze gevonden hebben. Welke producten die nog niet op het werkblad stonden hebben ze gevonden en opgeschreven? Op welke plekken in de supermarkt hebben ze producten gevonden?

Er is binnen het koolhydratenvak dus heel veel keus, maar wat is nou voor elke dag en wat is voor af en toe? Vertel de leerlingen dat ze dit gaan uitzoeken. Ze gebruiken hierbij de online [factsheets](#) en delen de producten in op de krijtborden op werkblad 6. Er is een krijtbord voor elke dag en een krijtbord voor af en toe.

Ieder team laat zijn krijtborden zien aan de rest van de klas en legt uit hoe ze deze indeling gemaakt hebben. Bevatten de pasta en rijst op het 'elke dag bord' ook meer vezels dan de pasta en rijst op het 'af en toe bord'?

*Tip: Het krijtbord voor elke dag bevat in elk geval: aardappelen rauw uit zak, aardappelschijfjes onbereid, zilvervliesrijst, meergranenrijst, volkoren spaghetti, volkoren macaroni en couscous (couscous alleen als er meer dan 2,1 gram vezel per 100 gram inzit).*

### **Controlemoment 5 min.**

---

De leerlingen hebben weer een hoop geleerd. Britt & Lynn hebben via het digibord weer wat vragen, kunnen de leerlingen helpen?

- Hoeveel koolhydraatproducten hebben jullie in de winkel gevonden die wij in onze kookvlogs kunnen gebruiken?
- Hoeveel krijtborden zijn er volgens jullie goed en duidelijk ingevuld?

Het is natuurlijk de bedoeling dat de kookvlog van Britt & Lynn straks super goed bekeken wordt. Hoe meer duimpjes de leerlingen scoren, hoe beter!

## 4 Op excursie

30 min. + *duur van de excursie*

### Doel van deze les

De leerlingen:

- waarderen aardappelen, rijst en pasta als een mooi product waar veel werk voor nodig is.
- kunnen uitleggen welke productiestappen nodig zijn om aardappelen, rijst en pasta te produceren.
- kunnen beargumenteren waarom aardappelen vaak in Nederland worden verbouwd en pasta (tarwe) en rijst vaak in het buitenland.

---

### Materialen

- werkblad 7 - Informatie voor de teler/rondleider (één exemplaar)
- scoreposter
- online factsheets
- digibord

---

### Lesopbouw

#### Vorbereiding

---

Om de Smaakmissie goed uit te kunnen voeren, is het belangrijk dat de leerlingen in de praktijk gaan kijken waar hun eten vandaan komt. Het is niet mogelijk om bij alle koolhydraatbronnen te gaan kijken, de leerlingen gaan daarom op bezoek bij een aardappelteler. Van de andere koolhydraten kan een filmpje bekeken worden.

Regel een excursie naar een aardappelteler. Tips om een excursie te regelen:

- Zoek naar een teler bij u in de buurt. Dit kan ook via [GroenGelinkt](#).
- Neem zelf contact op met een teler bij u in de buurt. Wil deze teler een excursie aanbieden?
- Is er een ouder die aardappelen verbouwt? Kunnen jullie daar op excursie?

Gaat u op bezoek bij een telersbedrijf, maak dan van tevoren duidelijke afspraken:

- Aan welke regels moeten de leerlingen zich houden op het bedrijf?
- Moeten leerlingen speciale kleding aan?

- Welk tijdstip spreekt u af en hoe lang duurt de excursie?
- Zijn er kosten verbonden aan de excursie?
- Hoeveel hulpouders zijn er nodig?

Regel van te voren voldoende hulpouders en vervoer voor de excursie.

Kunt u geen teler in de buurt vinden, kies dan bijvoorbeeld voor een bezoek aan een moestuin of aan een schooltuin waar aardappelen groeien.

Is het onmogelijk om met de leerlingen ergens aardappelen te zien groeien, kijk dan de vlog van Britt & Lynn via het digibord.

Deze vlog is sowieso heel leuk om te kijken omdat er veel verschillende productiestappen aan bod komen. Dus ook als de klas op excursie gaat, kan deze vlog alsnog een leerzame en leuke aanvulling zijn.

### **Op excursie 5 min.** + duur van de excursie

---

Vertel de leerlingen dat ze vandaag op excursie gaan. Leg uit dat het niet mogelijk is om bij alle koolhydraatgroepen te gaan kijken. Maar ze kunnen wel kijken hoe aardappelen groeien. Bespreek met hen aan welke regels ze zich moeten houden bij het bezoek aan het telersbedrijf.

Geef de volgende kijkvraag mee tijdens de excursie: Tel hoeveel en welke productiestappen (=handelingen die de teler moet doen) er nodig zijn voordat de teler de aardappelen kan verkopen.

Geef de excursieleider vooraf werkblad 7 waarin ook meer informatie staat over de Smaakmissie Aardappelen, rijst en pasta waar de leerlingen aan werken.

### **Terug in de klas 20 min.**

---

De leerlingen gaan nu op zoek naar meer informatie over de groei en productie van hun koolhydraatgroep. Ze kunnen informatie op het internet zoeken of filmpjes kijken. In de online [factsheets](#) staan ook wat suggesties voor leuke filmpjes.

De aardappelgroep zoekt op waarom aardappelen nou zo goed in Nederland groeien.

Vraag daarna of elk groepje een korte samenvatting kan geven en vraag of de betreffende koolhydraatgroep in Nederland verbouwd kan worden. Waarom wel of niet?

### **Controlemoment 5 min.**

---

Britt & Lynn zijn benieuwd wat de leerlingen allemaal geleerd hebben en stellen via het digibord nog wat vragen.

- Britt beweert dat de aardappeloogst mislukt is als het loof (de bladeren) van de planten slap gaan hangen. Is dat waar of niet waar?

- Lynn beweert dat witte rijst een wit schilletje heeft. Is dat waar of niet waar?
- Wij denken dat de meeste tarwe waar pasta van gemaakt wordt in een warm klimaat groeit. Is dat waar of niet waar?

Beantwoord de vragen op het digibord en bekijk de score. Kleur het aantal behaalde duimpjes in op de scoreposter.

### Extra

---

Het is makkelijk en leuk om zelf aardappelen te poten!

Plant met de leerlingen enkele kleine aardappelen (liefst met uitlopers) in een grote bloempot of emmer (minstens 10 liter groot) in de klas. Kies voor een plek in de zon en zorg dat je goed bemeste aarde hebt. Maak een gat van 10 centimeter diep en stop er de aardappel in met de uitlopers naar boven. Bedek de aardappel met aarde. Poot enkele aardappelen met wat tussenruimte van 30 centimeter zodat de plant ruimte krijgt om groot te worden. Wanneer het plantje ongeveer 30 centimeter hoog is, moet er een nieuw laagje aarde op. Bedek de stam tot ongeveer 5 centimeter onder de eerste blaadjes. Zo wordt wortelvorming gestimuleerd en gaat de plant meer aardappelen maken. Wanneer de blaadjes slap gaan hangen, is het oogsttijd. Woel voorzichtig door de grond en zoek de aardappelen.



## 5 Vloggen

60 min.

### Doel van deze les

De leerlingen:

- kunnen verschillende recepten bedenken of opzoeken om aardappelen, rijst of pasta klaar te maken.
  - kunnen uitleggen wat ze tijdens deze Smaakmissie allemaal hebben geleerd.
- 

### Materialen

- supermarkttijdschriften en reclamefolders
  - grote vellen karton (één per team)
  - scharen en lijm (genoeg voor alle leerlingen)
  - scoreposter
  - digibord
- 

### Lesopbouw

#### Vorbereiding

---

Vraag de leerlingen kookboeken, supermarkttijdschriften of -folders mee te nemen of verzamel deze zelf. Zorg daarnaast dat er per team een telefoon of tablet is waarmee leerlingen kunnen vloggen.

#### Vloggen 40 min.

---

Herinner de leerlingen aan de laatste vraag van Britt & Lynn. Kunnen de leerlingen nog tips geven voor lekkere en gezonde recepten?

Ze kunnen inspiratie opdoen in verschillende kookboeken of tijdschriften. Daarna is het tijd om zelf te gaan vloggen! Elk team maakt een vlog waarin ze meer vertellen over het gekozen recept en wat ze allemaal geleerd hebben in deze Smaakmissies.

Vlogtips:

- De vlog kan worden opgenomen met een telefoon of tablet.

- Eventueel kunnen de leerlingen een selfiestick gebruiken.
- Monteren is niet noodzakelijk maar mochten de leerlingen dit leuk vinden dan kan dit met programma's als iMovie (voor iOS), Magisto (iOS & Android), Quick (iOS & Android), Youcut (Android) of Movie Edit Touch (Windows).

### **Laatste controlemoment 15 min.**

---

De teams laten de vlogs aan elkaar zien.

Daarna is het tijd voor het laatste controlemoment. Britt & Lynn hebben nog twee laatste vragen.

- In hoeveel vlogs zaten recepten die zowel lekker als gezond zijn?
- Hoeveel leerlingen in jullie klas krijgen trek van het kijken naar de vlogs?

Vul de antwoorden in en bekijk de score. Kleur het aantal behaalde duimpjes in op de scoreposter. Hoeveel duimpjes zijn er nu ingekleurd? Dit is jullie eindscore, goed gedaan!

Bekijk op het digibord het filmpje van Britt & Lynn waarin ze de leerlingen bedanken. Ze kunnen aan de slag met hun eerste kookvlog. Als bedankje krijgen de leerlingen het recept van de eerste vlog. Deze kunnen de leerlingen in de volgende les gaan maken!

**Bekijk video**

### **Afsluiting 5 min.**

---

Bespreek de Smaakmissie nog even met de leerlingen na.

Vraagsuggesties:

- Wat hebben ze nu geleerd?
- Wat vonden ze het leukste om te doen?
- Wat vonden ze minder leuk?
- Zijn er dingen die ze nu anders gaan doen? (bijv. vaker kiezen voor volkoren producten?)
- Zouden ze nog meer over voeding willen leren?

## 6 Superkoks

50 min.

### Doel van deze les

De leerlingen:

- waarderen het om een gerecht met aardappel te bereiden.
  - kunnen een gerecht met aardappel bereiden en aan hun ouders presenteren.
- 

### Materialen

- werkblad 8 - Kookinstructies (één exemplaar)
  - werkblad 9 - Het recept (voor iedere leerling één)
  - ingrediënten en keukenbenodigdheden (zie werkblad 9)
  - borden en bestek + eventueel aankleding voor de tafels
  - digibord
- 

### Lesopbouw

#### Vorbereiding

---

Het is leuk om aan het eind van deze les de ouders van de leerlingen uit te nodigen zodat de leerlingen kunnen laten zien wat ze geleerd hebben. Oefen eventueel van tevoren met de leerlingen hoe de presentatie aan de ouders eruit zal zien. Ze kunnen hier bijvoorbeeld hun vlogs voor gebruiken.

Zorg dat alle ingrediënten en keukenbenodigdheden aanwezig zijn. Deze staan op werkblad 9.

Als u werkt met een gastkok: Geef de kok dan werkblad 8 met instructies. Anders leest u deze zelf goed door alvorens met de leerlingen te gaan koken.

#### Koken maar! 20 min.

---

Bekijk de kookvlog van Britt & Lynn op het digibord.

Nadat de handen gewassen zijn en de taken verdeeld zijn, gaan de leerlingen zelf het gerecht uit de kookvlog maken, zie werkblad 9 voor het recept.

### **Smullen maar! 15 min.**

---

De tafels in het lokaal worden gedekt en iedereen eet gezamenlijk het feestelijke slotgerecht. Daarna wordt er samen opgeruimd.

### **Presentatie ouders 15 min.**

---

De leerlingen presenteren aan hun ouders wat ze geleerd hebben.

*Tip: Doe samen met de ouders de koolhydratenquiz. Weten zij alles goed te beantwoorden?*

## Extra informatie

### Smaaklessen & Smaakmissies

Smaaklessen is hét lesprogramma over voeding voor groep 1 t/m 8 van de basisschool. Smaaklessen zijn de basislessen. Aanvullend zijn er Smaakmissies, dit zijn verdiepende lessen. Een Smaakmissie is een interactieve lesmodule over een basisproductgroep, zoals groente, brood of zuivel. Via het digibord worden leerlingen uitgedaagd om een missie op te lossen. Deze missie loopt als rode draad door de lesmodule. Leerlingen gaan zowel binnen als buiten de klas op avontuur en ontvangen tussendoor hulp en feedback.

Elke missie bestaat uit een aantal onderdelen:

- Introductie van de missie
- Les(sen) in de klas
- Excursie
- Huiswerkopdracht in de winkel
- Afsluitende kookopdracht

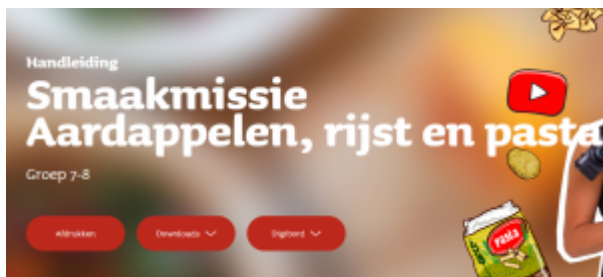
De lesmodule neemt (uitgezonderd van excursietijd) maximaal 5 uur in beslag.

De lessen zijn in te zetten als project, verspreid over het schooljaar of gekoppeld aan bestaande lesmethodes.

### Smaakmissie Aardappelen, rijst en pasta, groep 7-8

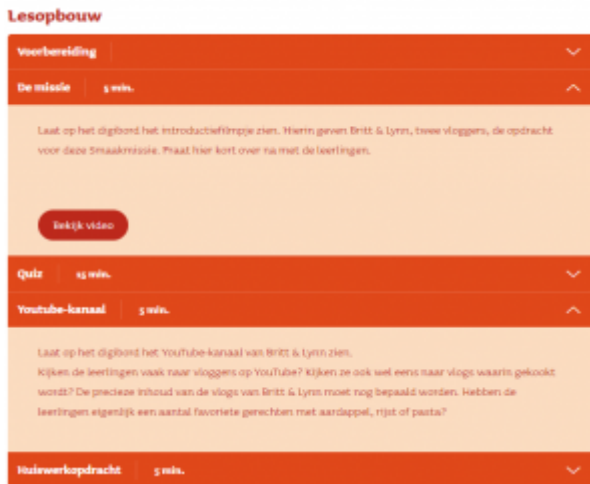
In deze online handleiding staan de 6 lessen voor de Smaakmissie Aardappel, rijst en pasta uitgeschreven.

Bovenaan de pagina staan drie buttons.



- Afdrukken: hiermee kunt u de handleiding afdrukken.
- Downloads: hier vindt u alle werkbladen die in de Smaakmissie gebruikt worden. U kunt de werkbladen apart downloaden of allemaal tegelijkertijd.
- Digibord: hier vindt u alle digibordmodules die in deze Smaakmissie gebruikt worden.

Per les is omschreven wat de leerdoelen zijn en welke materialen er nodig zijn. Onder de materialen vindt u een button Digibord. Dit bevat de digibordmodule voor deze specifieke les. Daarnaast vindt u onder de button Werkbladen de werkbladen voor deze les.



Bij de lesopbouw vindt u de verschillende onderdelen van de les. Elk onderdeel heeft een eigen titel. Deze onderdelen kunt u uitklappen, zo verschijnt de informatie die hoort bij dit lesonderdeel.

### Digibord

De titels van de lesonderdelen worden ook gebruikt bij het digibord. Wanneer u het digibord opent, ziet u onderin de navigatie. Linksonder wordt weergegeven bij welk lesonderdeel u bent en hoeveel slides dit onderdeel bevat.

Het digibord bevat ook filmpjes. Klik op het afspeelteken en het filmpje start. Om weer terug te keren naar het digibord klikt u rechtsboven op het kruisje.

Door rechtsonder op 'Volgende' te klikken kunt u navigeren door de slides. Aan de hand van het digibord kunt u de hele les doorlopen.

### **Contact**

Heeft u vragen of opmerkingen?

Neem dan contact op met het Steunpunt Smaaklessen:

E-mail: [smaaklessen@wur.nl](mailto:smaaklessen@wur.nl)

Telefoonnummer: 0317-485966

Twitter: @Smaaklessen