

Lestips bij *Eddie eet gezond*

Taal:

- Voer een oriënterend kringgesprek over *Eddie eet gezond*. Denk daarbij aan de volgende vragen:
 - Wat zegt de titel van het boek?
 - Wat zie je op het omslag?
 - Blader door het boek? Kunnen jullie voorspellen hoe het verhaal van Eddie gaat?
 - Waar denk je aan bij gezond eten?
 - Is er op het boek ook eten te zien?
 - Wat zou een everzwijn eten denk je?
 - Wat voor soort verhaal is het? (kun je ervan leren?)
- Lees het boek in één keer voor (zonder onderbreking, zodat de verhaallijn goed overkomt).
- Stel achteraf inhoudelijke vragen over het verhaal, bijvoorbeeld:
 - Welke dieren kwamen er in het verhaal voor?
 - Welk gezond eten hoorde je in het verhaal?
 - Is dat eten voor dieren of kunnen wij mensen dat ook eten?
 - Welke moeilijke woorden heb je gehoord (marathon)? Weet je nog wat het betekende?
- Voer nog kort een evaluerend gesprek.
 - Welk dier uit het boek zou jij willen zijn en waarom?
 - Op wie (uit je omgeving) lijkt de uil? Of het hert?
 - Welk dier vond je het leukste? Welke het minst leuk? Kun je uitleggen waarom?
- Schijf met de klas menukaarten voor een gezond en evenwichtig ontbijt, voor een lunch en voor het diner.
- Lees het boek interactief voor. Geef kinderen de ruimte vrij te reageren op het boek en elkaar. Speel 'domme August' om zoveel mogelijk uit de kinderen te laten komen. Betrek kinderen op elkaar, zodat ook de stillere kinderen aan bod komen. Denk daarbij aan vragen als: Ben je het eens met wat ... zegt? Wat vind jij daarvan?
- Rijm met de klas op woorden uit het boek, bijvoorbeeld *bril, buik, dik, Gaai, bos, boom, boos, enz.*
- Schrijf een zin uit het boek op een strook. Laat deze aan de klas zien. Waar stopt een woord? Laat kinderen eerst in tweetallen overleggen en geef daarna beurten door middel van beurtstokjes. Knip de woorden van de zin los. Bespreek waaraan je kunt herkennen dat een woord stopt en een nieuw woord begint. Hoeveel woorden heeft de zin? Welk woord is het langste en heeft dus de meeste letters? Welk woord is het kortst? Welk woord staat vooraan? Welke achteraan? Wijs het vierde woord eens aan?
 - Uitbreiding voor groep 2:
 - Hoeveel letters hebben het eerste en tweede woord samen?
 - Als een letter van dit woord (wijs er eentje uit de zin aan) in je naam zit, ga je op je stoel staan. Varieer in woorden en opdrachten.
 - Haal een zelfstandig naamwoord uit de zin weg. Laat kinderen in tweetallen een vervangend woord bedenken. Doe er eerst eentje voor. Probeer het ook eens met andere woorden.
 - Laat kinderen in prentenboeken zoeken naar dezelfde (korte) woorden als die in de zin staan.

Doe de woorden van de zin een later moment (zonder dat leerlingen het zien) door elkaar. Laat leerlingen de zin weer goed maken. Lees de zin steeds voor als een kind iets heeft veranderd in de volgorde. Vraag de klas of het klopt en ga zo door tot de zin weer klopt.

Schrijf woorden van de zin na. Let op de schrijfwijze (schrijfvolgorde) van de letters.

- Voer een kringgesprek over het thema *dik zijn*. Zijn alle mensen die dik zijn ongezond? Komt het doordat zij ongezonde dingen eten? Kun je ook weer dunner worden? Hoe kun je voorkomen dat je te dik wordt? Wanneer ben je echt té dik? Mag er verschil zijn tussen hoe dik of dun mensen zijn (Ja! Iedereen is anders geschapen en mag er zijn!)?
- Geef een les over tegenstellingen (dik, dun). Probeer in tweetallen minimaal 3 tegenstellingen te bedenken. Hebben jullie er met de klas meer dan 10? Meer dan 15? Meer dan 20? Maak wat tegenstellingen concreet door te laten zien (iemand met lang haar, iemand met kort haar; praat hard en praat zacht; zet een grote en kleine schoen naast elkaar; laat een lege en volle beker zien; enz.).

Rekenen:

- Maak een grafiek van het eten en drinken dat de kinderen bij zich hebben. Houd het eerste simpel: een kolom voor gezonde voeding en een kolom voor ongezonde voeding. Doe dit de eerste keer met concrete materialen (zet alles op de grond of tafel, zodat iedereen het goed kan zien). Leg aan de linkerkant cijferkaarten neer. Bespreek de functie van een staafdiagram: je kunt snel zien waarvan het meeste en het minste is en je weet gelijk hoeveel van elk soort (elke kolom).
- Bouw bovenstaande activiteit op een andere dag uit door elk kind een neutrale sticker te geven (plakfiguur kan ook). Ga de klas rond en vraag het kind de sticker in de juiste kolom te plakken (van 3D naar 2D). Kies voor de kolommen uit de Schijf van Vijf en bespreek deze kort afzonderlijk (wat valt in deze categorie):
 - Groente en fruit
 - Brood, pasta en aardappelen
 - Zuivel, vlees(waren), vis, peulvruchten, ei en vleesvervangers
 - Vetten en olie
 - Vocht.Laat kinderen eerst in tweetallen overleggen waar zij hun sticker moeten plakken voor het eten dat zij mee hebben voor de ochtendpauze. Laat daarna elk kind de sticker plakken en bespreek hoeveel stickers elke kolom heeft. Van welk deel van de Schijf van Vijf zijn de meeste stickers geplakt? Van welke de minste? (indien van toepassing: welke zijn even hoog?) Bespreek ook dat de aantallen betekenen dat dus zoveel kinderen een bepaalde voedingssoort mee naar school hebben.
- Ga met de klas meten met een meetlint/meetlat. Hoe lang is iedereen? Wat is de omtrek van de middel van de leerkracht? En hoeveel is die van een kind? Bespreek waarom deze verschillen van elkaar.
- Zet een weegschaal in de kring. Weeg allerlei voorwerpen uit het lokaal met de kinderen. Laat hen steeds schatten hoeveel iets weegt, bijvoorbeeld meer of minder dan 1 kilo (neem een kilopak suiker mee om te voelen hoeveel 1 kilo is).
- Categorieer voorwerpen op basis van gewicht.
- Teken lijnen met stoepkrijt op het schoolplein (lijn 1, lijn 2, lijn 3, lijn 4, enz.). doe dit ongeveer 2 meter uit elkaar. Laat leerlingen 'hardlopen' en geef daarvoor een bepaalde tijd.

Wie kwam het meest ver? Wie het minst ver? Bij welk cijfer kwam ...? Hoeveel is het verschil tussen ... en...? Tel (met sprongen van 2 dus) hoeveel meter iedereen gelopen heeft. Herhaal dit een aantal keren met een ander tijdsbestek of een andere manier van lopen.

Creatieve activiteit (handvaardigheid/tekenen):

- Maak van grote vellen papier met de klas de schijf van vijf. Gebruik reclamefolders van supermarkten om de juiste producten erin te plakken.
- Vrolijk de menukaarten op (zie taalactiviteit). Hierbij kun je denken aan het maken van kleine tekeningetjes om het geschrevene/getypte heen. Je kunt er ook een lijst om knutselen door langs de randen een reeks van kleuren/figuren te plakken.
- Laat kinderen tekeningen maken bij het boek. Daarbij kan gedacht worden aan voeding, personen, omgeving enz. Hand het eindresultaat in de klas op.
- Plak een groen en rood vel papier naast elkaar. Laat kinderen op beide vellen (groen = gezond, rood = ongezond) producten plakken waarvan zij denken dat die daar horen. Bespreek de werkjes klassikaal na.
- Print een kleurplaat van een fruitschaal. Laat kinderen de schaal versieren met mozaïek en beplak het fruit met kleine propjes papier.
- Vouw fruit (appel, peer) vanuit 16 vierkantjes.
- Print een tekening van een pan. Laat kinderen groentesoep maken: plak en teken groente in de pan. Beplak het deksel van de pan met aluminiumfolie. Plak er een versierde pollepel bij.
- Maak de dieren die in het boek voorkomen na van bijvoorbeeld klei. Maak ook bomen van wc-rollen of keukenrollen. Bouw het bos uit het boek na. Zet de dieren erin en maak dit tot verteltafel, waar kinderen het verhaal uit kunnen spelen.

Wereldoriëntatie:

- Kijk tijdens het moment van eten en drinken naar de schijf van 5 die door de klas is gemaakt. Laat elk kind zijn/haar eten en drinken in het juiste vak zetten. Hoe zien de verhoudingen tussen de verschillende vakken eruit?
- Ga met de klas naar een supermarkt in de buurt. Geef hen een bingokaart mee met daarop gezonde producten. Kunnen ze alles vinden? Waarom weten kinderen vaak de ongezonde dingen (snoep, chips) beter te vinden? Bespreek het bezoek na.

Hoekenspel:

- Rekenhoek: een dokter die meet, weegt en getallen opschrijft.
- Themahoek: gezond restaurant.
- Proeverij: proef met een blinddoek voor gezond groente en fruit. Waar smaakt het naar?
- Knutselhoek: maak functionele toevoegingen voor op de verteltafel.

Afsluiter voor het werken over *Eddie eet gezond* (burgerschap):

- Maak een restaurant van de klas en nodig van elk kind 1 of 2 ouders/verzorgers/opa's/oma's/ eenzame bekenden uit. Gebruik de menukaarten die gemaakt zijn met taal. Laat kinderen de tafels dekken en verdeel de rollen van 'kok' (maak de gerechten niet te moeilijk, gebruik vooral wat kant-en-klare dingen waaraan niet zoveel hoeft te gebeuren), serveerster/ober en gastvrouw/-heer. Let op beleefdheidsvormen en speel het restaurant vooraf uit om alle rollen duidelijk te krijgen.

Ideeën:

- Kleur met de klas placemats met daarop de Schijf van Vijf.
- Vouw servetten in leuke vormen.
- Versier de bordranden met een stift.
- Zet vaasjes geknutselde bloemen op de tafels.
- Maak grappige, creatieve boterhammen (versier bijvoorbeeld tot een smiley met verschillende soorten groente, zoals ogen van komkommerschijfjes).
- Voor groep 2: Strik een touwtje/lintje om het bestek.
- Toetje: vul ijs hoorntjes met fruit.