

# Een (on)gezonde boterham

Wat zie jij als je tijdens de pauze je trommeltje open doet? Een witte boterham met chocopasta? Een broodje met hagelslag? "Hm", denk je, "lekker". En je zet je tanden erin. Maar is die boterham wel zo gezond? Vandaag ga je, al tekenend en knippend, zelf boterhammen beleggen: een gezonde en een ongezonde.

titel	Een (on)gezonde boterham
groep	1 – 2
onderwerp	eten, gezond, ongezond, boterham, beleg, ontbijt, lunch
vlak/ruimtelijk	vlak
beeldaspect	vorm (verschijningsvorm, contour), ruimte (overlapping)
materiaal/techniek	tekenen met kleurpotlood en collagetechniek
type les	naar de waarneming
vakgebied	natuur en techniek mens en maatschappij

## BASISPLAN vakgerichte doelen

### Opdracht

*De beeldende probleemstelling*

Teken met kleurpotlood boterhammen met verschillende soorten beleg. Laat goed zien dat de boterhammen op een gezonde en ongezonde manier belegd zijn door plakjes, schijfjes, snippers op elkaar te leggen.

### Betekenis

De kinderen kennen het verschil tussen gezond en ongezond eten. Ze weten dat voor het ontbijt en de lunch boterhammen beleggen. Associaties: thuis ontbijten, lunchen, overblijf.

### Vorm

De kinderen maken gebruik van contouren om plakjes, sneetjes, schijfjes, snippers weer te geven (contour). Ze bewerken de schijfjes met kleurpotlood zodat details ontstaan (verschijningsvorm). Om de boterham te beleggen maken ze gebruik van overlapping (ruimte).

### Materiaal

Kartonnen bordje, A4 tekenpapier, kleurpotlood, schaar, lijm en vormpjes uit bouwhoek.

### Beschouwing

De kinderen weten, door goed naar afbeeldingen te kijken, hoe een belegde boterham eruit ziet. Dat het beleg bestaat uit plakjes, schijfjes, snippers en sneetjes die op elkaar worden gelegd. Ze weten ook dat het beleg niet egaal gekleurd is maar allerlei details bevat.

### Werkwijze

De kinderen kunnen de omtrek van een getekend sneetje, plakje, schijfje langs de lijn uitknippen. Ze kunnen met weinig lijm de stukjes papier op elkaar vastplakken.

### Onderzoek

De kinderen onderzoeken: -hoe ze de contour van een sneetje, plakje, schijfje, snipper kunnen tekenen. -hoe ze de plakjes van details kunnen voorzien. -hoe ze een boterham kunnen beleggen door schijfjes en plakjes te stapelen.

---

## LES/ PROCESFASEN een korte handleiding

---

### Organisatie

Lesduur: 45 minuten.

Print de afbeeldingen met boterhammen. Nog mooier is het om een paar

echte boterhammen te laten zien of de kinderen een paar boterhammen uit hun trommel te laten halen. Neem ook een paar oude onbelegde boterhammen mee als omtrekvorm en leg blokjes uit de bouwhoek klaar.

## Oriëntatiefase

### Introduceren

Toon afbeelding 'eten gezond-ongezond'. Vraag: *Welk eten zie je hier? Wat is gezond en ongezond eten?* Leg uit dat ongezond eten, eten is waar veel suiker of vet in zit, rood en bewerkt vlees en eten waar weinig vezels in zitten. Wijs bij elk onderdeel een voorbeeld aan of laat het door een kind aanwijzen. Toon de afbeelding 'belegde boterhammen' of de animatie. *Als je nu een gezonde boterham voor het ontbijt mag beleggen, hoe ziet die boterham er dan uit?*

### Informereren

Doe dit onderdeel in de kleine groep. Kijk nog eens goed naar de belegde boterhammen en de animatie. *Welke vorm heeft een boterham eigenlijk? [teken de vorm op papier] En een plakje kaas? [laat een kind het op papier tekenen]. Zie je nog iets bijzonders aan de plakjes kaas? [wijs op de gaten die erin zitten] Hoe teken je dat? Kijk eens naar dit plakje tomaat. Wat voor vormpjes zie je op het plakje? Zullen we dat samen eens gaan tekenen?*

### Instrueren

De kinderen trekken eerst een boterham om. Kleur het brood en besteed aandacht aan de oneffenheden (luchtgaatjes, pitjes). Laat ze de boterham uitknippen zodat ze daarna ook het formaat van het beleg goed kunnen bepalen. Ze tekenen vervolgens allerlei sneetjes, plakjes, schijfjes en snippers, door middel van het omtrekken van vormen. Doe voor hoe je de plakjes, schijfjes en sneetjes verder bewerkt met potlood. Laat zien hoe je, door het potlood wat schuiner te leggen egale vlakken kan inkleuren. Laat ook zien hoe je met een andere kleur erbij kan mengen, hoe je met stipjes je spikkels in een boterham kan weergeven en met vlekjes de pitten in een tomaat. Vraag steeds wat voor beleg ze willen tekenen en hoe dat eruit zou zien.

Wanneer de kinderen veel beleg hebben getekend, ga je samen knippen. Doe het knippen goed voor. Leg uit dat je het beste eerst grof kan knippen en daarna wat preciezer langs de contour.

Nu mogen de kinderen twee boterhammen beleggen: een gezonde en een ongezonde boterham. Wanneer de boterhammen goed belegd zijn, plakken ze het beleg vast. Let op: niet te veel lijm gebruiken.

## Uitvoeringsfase

De instructie en uitvoeringsfase vallen bij de kleuters samen. Werk samen met de kinderen. Doe stukjes voor om ze op ideeën te brengen of om een techniek uit te leggen. Vraag daarna altijd aan het kind het zelf te proberen. Let op dat het beleg niet te klein wordt! Laat ze steeds goed naar het beleg kijken. Vraag welke details ze zien. Die mogen ze natekenen. Let ook op dat ze de boterham stapelend gaan beleggen. Schijfjes en plakjes mogen best over elkaar heen gelegd worden.

## Nabeschouwingsfase

Verzamel de borden met belegde boterhammen. Vraag aan een kleuter om twee groepen te maken: een groepje met gezonde boterhammen en een groepje met ongezonde boterhammen. Vraag waarom de ene boterham gezond is en waarom de ander ongezond is. Vraag ook: *Welke boterham is heel dik belegd? Welke boterham is dun belegd? Welk beleg is heel precies getekend? Welke boterham ziet er heel lekker uit? Waardoor komt dat? Welke boterham zou jij zelf wel in je trommeltje willen hebben? Waarom?*

## Accenten of opmerkingen

Deze les is speciaal voor jonge kleuters. Kinderen van groep 2 kunnen zelf de vormen tekenen. Het is ook mogelijk deze les met oliepastel uit te voeren of met potlood afdrukken te maken van oneffen ondergronden zodat textuur ontstaat (rubben).