



Jaarprogramma Voeding

Schooljaar 2022-2023





Jibb+

Jibb+ wil in de gemeente Helmond de omgeving van het kind gezonder maken. Een gezonde toekomst begint bij een gezonde jeugd. Ons doel is om op elke basisschool integratie van educatie tot voedselvaardigheden te bereiken. Dit doen we door kinderen te informeren en te bewegen tot het maken van gezonde(re) keuzes. De inhoud van dit jaarprogramma sluit aan op het leerplankader Sport, Bewegen en Gezonde leefstijl van de SLO. Op basis daarvan zijn vijf pijlers samengesteld die in elke groep terugkomen:

- ✓ Gezond eten – Wat doet eten en drinken voor je lichaam?
- ✓ Smaak - Durf jij nieuwe soorten eten te proeven?
- ✓ Voedselproductie - Waar komt ons eten vandaan?
- ✓ Koken - Hoe maak je een gezonde en lekkere lunch?
- ✓ Consumentenvaardigheden – Wat staat er op een etiket?

Onze ambitie is: In Helmond wonen de gezondste kinderen van Nederland! Helpen jullie mee?

Menukaart

Om scholen te helpen met het maken van keuzes en voedseleducatie in het schoolcurriculum te krijgen is er een menukaart voedseleducatie ontwikkeld. Deze is te vinden op de website <https://jibbplus.nl/wp-content/uploads/2020/09/MenukaartDEF17092020.pdf>
Op de menukaart staat een totaaloverzicht van mogelijkheden over wat je allemaal binnen voedseleducatie kunt oppakken.





Uitgangspunten

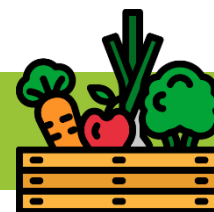
- ✓ De menukaart voedsel educatie is bedoeld als complementair aanbod, zodat leerkrachten, ouders en kinderen kennis nemen om de gezonde keuze te kunnen maken.
- ✓ De focus ligt op alle bestaande initiatieven en de verbinding hierin, zodat de programma's; de schooltuinen, de klasseboeren, restaurants, fabrieken en andere relevante maatschappelijke ondernemingen samenkomen.
- ✓ We willen kinderen laten ervaren dat gezond ook lekker is en een makkelijke keuze wordt. De nadruk ligt op de samenhang van leuk, lekker en gezond.
- ✓ Naast gezondheidsthema's nemen we ook duurzaamheidsaspecten mee in het aanbod.

Boodschappentas

Voor het komende schooljaar hebben veertien scholen zich aangemeld om gebruik te maken van ons aanbod. Graag willen we het voor jullie makkelijk en leuk maken om aan te haken. Zo bieden we alle scholen die zich hebben aangemeld drie keer per jaar een tasje aan. Hierin vind je informatie en inspiratie om binnen het thema voedsel educatie lessen en activiteiten in te zetten voor alle groepen. Wat willen jullie binnen school aandacht geven? Waar wil je op aanhaken of wat missen jullie nog? Pak de "boodschappen" maar uit en bekijk welk aanbod jullie gaat ondersteunen.



JAARPROGRAMMA



Indeling jaarprogramma

Voor het schooljaar 2022-2023 hebben we drie hoofdthema's.

Per thema bepaal je zelf hoeveel tijd en aandacht je hieraan besteedt.

Thema's schooljaar 2022-2023

September	2022	DrinkWater
Januari	2023	Het gezonde broodje
April	2023	Van Telen tot Bord

In de boodschappentas die we in september 2022 aan de contactpersonen uitdelen vind je naast het jaarprogramma ook het eerste thema voor dit schooljaar. Dit programma gaat over DrinkWater en start in week van de Nationale kraanwaterdag (woensdag 28 september). Je ontdekt tips en inspiratie om DrinkWater meer aandacht te geven.

Een digitale versie van het jaarprogramma, de thema's en aanvullende informatie is terug te vinden onder het kopje Jaarprogramma voedseleducatie basisscholen op onze website <https://jibbplus.nl/gezonde-voeding/>.

In de voorbereiding naar het tweede thema; "Het gezonde broodje" ontvangen alle deelnemende scholen de nieuwste update van alle informatie rondom dit thema, waarna in het voorjaar het derde thema; "Van Telen tot Bord" volgt. De thema's zijn veelal uitgewerkt op drie verschillende niveaus verdeeld in onderbouw, middenbouw en bovenbouw. Per thema vind je achtergrond informatie voor leerkrachten, lessuggesties en opdrachten/activiteiten of word je verwezen naar bestaande initiatieven. Elke leerkracht kan vanuit dit aanbod een keuze maken en zelf aan de slag.

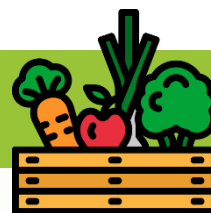
SAMENGEVAT



Wat de leerkracht echt moet weten:

- ✓ Iedere deelnemende school ontvangt **een gratis startpakket** in een boodschappentas. Daarin vind je actuele informatie over ons aanbod aangevuld met folders vanuit Jong Leren Eten en het voedingscentrum.
- ✓ Iedere school kan gebruik maken van **gastlessen door Jibb+** om een thema op te starten of om leerkrachten te inspireren. Het kunnen lessen zijn zoals het maken van boterhamspreads, kooklessen, schoolontbijt of lunch. We begeleiden het opstarten van een moestuinbak met eetbare kruiden en/of groenten, zodat het hele proces van telen tot bord kan worden ervaren. De coaching ondersteund door Jibb+ maakt dat de voorbereiding laagdrempelig en geminimaliseerd wordt.
- ✓ **Een leskist** met aanvullende materialen per thema kan gratis aangevraagd en geleend worden.
- ✓ Het programma is gratis voor de scholen, maar niet altijd kosteloos. Aan sommige activiteiten zijn verbruikskosten verbonden.
- ✓ Op **elk gewenst moment** in het schooljaar kan men met Jibb+ in gesprek gaan om te adviseren bij een programma op maat voor de eigen school.

VOORBEELDEN UIT DE PRAKTIJK





EXCURSIES

Schooljaar 2022-2023

klasseBOEREN

Leren door beleven!

Inleiding

Een educatiebezoek op een boerderij is een aanvulling op het reguliere onderwijs door praktijkervaringen. Kinderen leren niet alleen met hun hoofd, maar ook door voelen, proeven en doen. Een boerderijbezoek leent zich goed voor het realiseren van sociaal-emotionele doelen. Hierbij valt te denken aan sociale vaardigheden, waardering voor natuur en milieu en betrokkenheid bij de leefomgeving. Er wordt regelmatig aangegeven dat kinderen geen idee meer hebben waar de melk vandaan komt, hoe een appel groeit en waarvan brood wordt gebakken. Neem eens een kijkje op: <https://www.facebook.com/klasseboerendepeel>

Aanbod

De deelnemende boerderijen in de Peelregio:

1. KoeEnKipEnZo: Pluimveebedrijf in Someren-Eind
2. Bijzonder Brabants: Onvergetelijke Groentekwekerij in Deurne
3. Het spekrijt; Varkenshouderij in Deurne
4. Diepenhoek Holsteins, Texas Longhorns: Melkveehouderij in Someren-eind
5. Schooteindhoeve: Melkveehouderij in Vlierden.

Klasseboeren hebben een compleet lesprogramma op de boerderij ontwikkeld inclusief leskisten en proefmaterialen. Elke klasseboer heeft een specifiek eigen programma dit kun je terug vinden op onze website <https://jibbplus.nl/gezonde-voeding/> onder het kopje jaarprogramma voedingseducatie basisscholen

Kosten

Voor basisscholen uit Helmond zijn er diverse opties voor een boerderijbezoek:

- Voor een reguliere boerderijles bij een Klasseboer betaald de school een onkostenvergoeding van € 150 voor een les van 1,5 – 2 uur.
- Klasseboeren zijn op een aantal themadagen gratis te bezoeken:
 - Dutch Food Week (1 klas per Klasseboer) 9 tm 16 oktober 2021
 - Nationaal Schoolontbijt (1 klas per Klasseboer) 2 tm 5 november 2021
 - Nationale Buitenlesdag (1 klas per Klasseboer) medio april 2022
 - Week van de Klasseboer (1 klas per Klasseboer) 13 tot en met 17 juni 2022Bij over inschrijving op deze data zal er geloot worden/schrijf je snel in want vol=vol
- De volgende bedrijfssoorten zijn (deels) gratis te bezoeken doordat de boer wordt betaald door de bedrijfssector. Dit geldt voor:
 - melkveehouderij (deels betaald door Zuivel.NL)
 - varkenshouderij (deels betaald door Productschap Varkenshouderij)
- Bij JLE (Jong Leren Eten) kan de school eenmalig subsidie aanvragen en hiermee mogen de onkosten voor een boerderijles betaald worden, zodat het de school niets kost.

De kosten voor het vervoer naar de boerderij zijn exclusief en voor de school zelf.

Contact

Wanneer je met je klas een boerderij wilt bezoeken dan is dit mogelijk via de klasseboeren. Aanmelden gaat altijd via de email naar depeel@klasseboeren.nl of schooteind@planet.nl Aanmeldingen lopen via de coördinator Hanneke Verberne.



BASISONDERWIJS

BELEVEN

(Kerndoel 1, 12, 28, 29, 34, 35, 37, 38, 39)

- Klusjes doen op de boerderij
- Dieren aaien en voeren
- Proeven van producten

NATUUR EN TECHNIEK

(Kerndoel 1, 4, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46)

- Hoe werkt een melkmachine?
- De lagen in de bodem
- Machines op de boerderij
- Voorspel het weer

DISCUSSIËREN

(Kerndoel 1, 2, 3, 5, 7, 8, 9, 34, 35, 37, 38, 39)

- Welk eten komt van de boerderij?
- Zou je boer willen worden?
- Wel of niet biologisch eten
- Wel of geen vlees eten

SAMENWERKEN

(Kerndoel 34, 35, 37, 38, 39, 45, 54, 55, 58)

- Help mee de dieren verzorgen
- Geef dieren een schone stal
- Samen iets lekkers maken

REKENEN EN METEN

(Kerndoel 24, 25, 26, 27, 28, 29, 32, 33)

- Afmeting gebouw
- Groei per dier per dag
- Wat verdient een boer?

MENS EN NATUUR

(Kerndoel 33, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46)

- Seizoenen/weersinvloeden
- Hoe groeit gras of mais?
- Hoe groeien aanwezige akker- of tuinbouwgewassen?
- Kringlopen op de boerderij

GEZONDHEID EN VOEDING

(Kerndoel 1, 2, 3, 4, 34, 35, 40, 58)

- Wat is een gezonde maaltijd?
- Waar komt voeding vandaan?
- Wat zijn gezonde en duurzame keuzes bij voeding?
- Schijf van Vijf
- Voorkom voedselverspilling

MILIEU

(Kerndoel 39, 42, 43, 44, 45, 46)

- Hoe ga je duurzaam om met de aarde?
- Kwaliteit van lucht in de stal
- Hergebruik van restproducten

SPECIAAL ONDERWIJS

(Kerndoel 5, 16, 19, 26, 34, 36, 45, 46)

- Dagindeling van de boer
- Invloed van seizoenen
- Dieren verzorgen
- Boerderijproducten oogsten en proeven
- Meten, wegen en rekenen met maten

Vanuit het programma Jong Leren Eten is de folder 'Tips voor een boerderijbezoek' gemaakt. Deze brochure kun je digitaal raadplegen of is op te vragen via boer Henk of boerin Hanneke.
https://www.jonglereneten.nl/sites/default/files/2020-02/Tips%20voor%20boerderijbezoek%202020_2.pdf

EXCURSIE NAAR DE MOLEN

Inleiding

Hoe organiseer ik een bezoek met een schoolklas aan een molen in de buurt? Waar moet ik op letten en wat moet ik de molenaar vragen? In de molen is de ruimte vaak beperkt en moet er soms even geklommen en geklauterd worden. De molenaar in kwestie kan pas beoordelen of een bezoek mogelijk (en veilig genoeg) is als hij weet om hoeveel kinderen het gaat, in welke leeftijd en hoeveel begeleiders erbij zijn. Daarnaast is het handig om te weten of het bezoek 'spontaan' is, of onderdeel van een project. In het laatste geval kan de molenaar daar handig op voortborduren. Als de groep voor de rondleiding moet worden gesplitst is het raadzaam om alvast na te denken over een activiteit om de wachtende groep bezig te houden. Voor excursiemogelijkheden kun je bij vrijwel elke molen in de Peel terecht. Niet in elke molen wordt gemalen voor consumptie, sommige molens malen alleen veevoer.

Aanbod

De contactgegevens voor de molens in de directe omgeving vind je hieronder.

1. Molen de Oostenwind in Asten <http://www.molendeoostenwind.nl/>
2. Molen t Nupke in Geldrop <http://www.hetnupke.nl>
3. De Opwettense watermolen in Nuenen <http://www.dewatermolenvanopwetten.nl>
4. Molen de Volksvriend in Gemert www.molenstichtinggemert-bakel.nl

Op de website van www.molens.nl vind je lespakketten, links voor filmpjes, werkboekjes, werkbladen en achtergrondinformatie over verschillende soorten molens.

Tips, inspiratie en docentenhandleidingen voor lessen in de klas vind je op <https://www.molens.nl/docenten-en-molenaars-2>

Kosten en contact

De meeste molens vragen geen vast bedrag aan entreegeld, maar een vrijwillige bijdrage.

Om een molenbezoek voor zoveel mogelijk scholen mogelijk te maken is er een fonds waar een beroep op gedaan kan worden voor vervoerskosten. Huur je een bus voor het molenbezoek of maak je andere openbaar vervoerskosten? Dan kun je subsidie hiervoor aanvragen.

Wil je hier meer over weten, neem contact op met Marijet Kuijpers.





UITLEENLIJST

Schooljaar 2022-2023



Graag willen we het voor iedereen makkelijk en leuk maken om aan te haken bij de thema's en daarvoor bieden we jullie aanvullende materialen.

Het aanbod;

Leskisten met informatie, materialen en inspiratie die je letterlijk bij de hand kunt nemen om het thema direct in de klas te brengen. De thema's die beschikbaar zijn;

- ✓ Wintergroenten
- ✓ Colette Courgette
- ✓ Leskist brood
- ✓ Kiemgroenten en hydrocultuur

Daarnaast hebben we zicht exemplaren van een aantal aanbieders vanuit de menukaart. De thema's die beschikbaar zijn;

- ✓ Handleidingen en werkboekjes van het lespakket; Lekker fit
- ✓ Hardcopy map smaaklessen
- ✓ Kaartenbak moestuinieren IVN

Wil jij een ludieke eyecatcher op het schoolplein? Dan is het mogelijk om onze "Bakkie" te reserveren.

Alle opties zijn voor een afgesproken tijd te leen en er zijn geen kosten aan verbonden.

Mail voor meer informatie marijetkuijpers@jibbplus.nl



Wintergroenten



Doelen:

- ✓ Benoemen en herkennen van wintergroenten
- ✓ Experimenteren, ervaren en leren over gewassen

Inhoud: Handleiding voor de groepen 1 tot en met 8- beeldkaarten- kopieerbladen- kweekpotjes- spelletjes- en boek. Ingrediënten zitten niet in de kist en dienen zelf aangeschaft te worden.

Beschrijving: Het wintergroenten programma bevat lessuggesties verdeeld in onder-midden en bovenbouw en is gemaakt door medewerkers van het Liemers Centrum voor Natuur-en milieu educatie. Dit programma gaat over een erwtensoeppakket en andere groenten zoals aardappelen, witte kool, boerenkool, spruitjes, winterwortelen, uien en bietjes. Ook wanneer je (nog) geen moestuin hebt is deze kist een mooie aanvulling voor lessen binnen en een alternatief voor het tuinieren in de wintermaanden. Denk bv. ook eens aan het paard van Sinterklaas. Die lust wel een verse winterwortel! Het spel Linkto (Een coöperatief spel over voeding) is ook geschikt voor high level groepen in de bovenbouw.

Suggestie: Jibb+ begeleidt ook moestuinlessen om aardappelen te verbouwen. Naast telen in de volle grond telen we ook in aardappelemmers. Dit past vanaf de eerste maanden van het jaar. Informeer eens naar de mogelijkheden; info@jibbplus.nl of rechtstreeks naar marijetkuijpers@jibbplus.nl

Colette Courgette



Doelen:

- ✓ Groenten laten zien en ervaren
- ✓ Ingrediënten leren kennen
- ✓ Vaardigheden van bereiden leren kennen en ervaren
- ✓ Samenwerken en focus
- ✓ Een heerlijk eindresultaat creëren

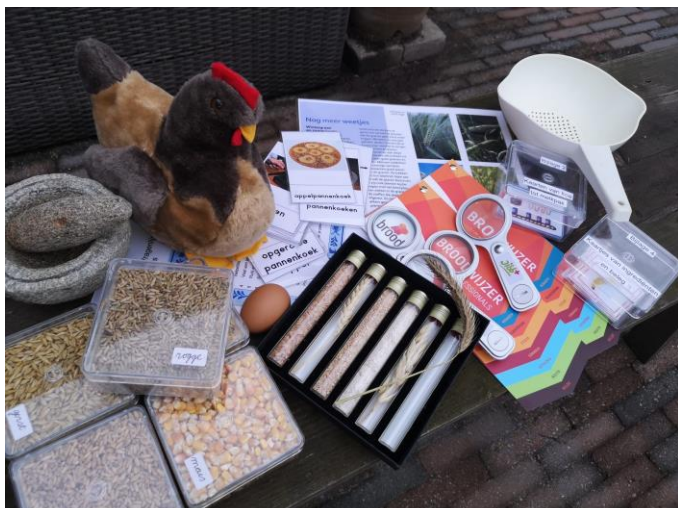
Inhoud: boeken -spelletjes -kwartetspel Colette - handleiding –voorleesboek - recepten en tips

Beschrijving: Voor de onderbouw is een speelse aanpak gekozen. Colette is een tuin kip en de mascotte van Velt (www.velt.nu). Ze is dol op vette wormen en dikke rupsen. Colette is een specialist in wieden en schoffelen en ook een echte keukenprinses. Haar specialiteiten zijn groentesoep en eco mosjes.

De seizoen kalender met stickers mag je gebruiken. Wil je voor meerdere groepen een kalender? Deze kalender is te bestellen op www.velt.nu/colette Er zitten memory spelletjes en afbeeldingen van groenten in de kist. Een kwartetspel, raadspel, een voorleesboek, een receptenboek voor de onderbouw en ook een voor de bovenbouw. Verder nog heel veel inspiratie meer. Gebruiksklaar. Ook vind je voor extra verdieping een map met smaaklessen vanuit www.voedingscentrum.nl

Suggestie: Ter introductie van deze les kist zijn er mogelijkheden om door Jibb+ een workshop te laten verzorgen. Door de workshop ervaar je als leerkracht op een laagdrempelige manier hoe je eenvoudig kunt koken met kinderen in je groep.

Leskist brood



Doelen

- ✓ Kennis maken met verscheidenheid in granen
- ✓ Het proces leren kennen van graan tot brood
- ✓ De producten ervaren, verwerken en kennis maken met telen

Inhoud

Handleiding met lessuggesties -broodwijzers met broodquiz –vergrootglazen- demodoosjes met granen- korrels om te laten kiemen-vijzel

Beschrijving

Deze leskist past goed bij het gezonde broodjes thema. Geschikt voor de onder-midden-en bovenbouw. De handleiding geeft lessuggesties en ruimte voor materialenverkenning van; Maïs, tarwe, rogge, gerst, haver, halmen, korrels, meel, aren, graan. Een deel ervan is praktisch gericht door tarwekorrels te laten kiemen of vermaken tot meel.

Spreekwoorden en gezegden over brood komen aan bod, achtergrond informatie en natuurlijk veel inspiratie en lessuggesties.

Voor de groepen 1 en 2 is het lesprogramma toegevoegd ; alles voor een pannenkoek. Een leuke, leerzame handleiding binnen het thema; “Van graan tot op je bord”.

Leskist kiemgroenten en hydrocultuur



Doelen

- ✓ Ervaren hoe uit een zaadje een plant groeit
- ✓ Verwerken tot een smakelijk product op je boterham
- ✓ Verbinding leggen met binnen- en buitenteelt
- ✓ Kennismaken met telen in water

Inhoud

Handleiding met lessuggesties -kiemschaaltjes -kiemzaden- zeefje -boek; kiemgroenten zelf kweken -een mini kievitsbonen challenge -nutriënten -hydrocultuur kweekbak- waterpomp

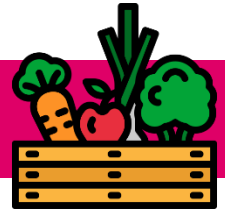
Beschrijving In deze leskist vind je een handleiding en alle materialen om kiemgroenten te kweken. Extra leuk om in het vroege voorjaar al met binnen teelt te beginnen. Een handleiding en alle benodigde producten vind je gebruiksklaar in de kist.

Ook vind je een kweekkastje waarmee je een stukje techniek de klas in brengt. Hydrocultuur is het kweken van planten op water, anders dan in de aarde. De wortels van de planten zitten in water waarin nutriënten zijn opgelost. Hier haalt de plant al zijn behoeften uit. CO₂, zuurstof en zonlicht doen de rest. De handleiding en de nutriënten zijn inclusief.

Wanneer je nog niet bekend bent met hydrocultuur bekijk dan even dit filmpje. Het is in het Engels, maar eenvoudig te volgen doordat er veel tekeningen worden getoond.

<https://youtu.be/5z0NaYpVHM5>

OVERIGE MATERIALEN



Handleiding en werkboekjes “Ik ben lekker fit”



Lekker Fit! is een erkend lespakket dat via een positieve benadering en gedragsverandering aanzet tot gezond gedrag. Lekker Fit! betreft ook de ouders bij de les.

Map Smaaklessen



Smaaklessen is een gratis lesprogramma over eten en smaak voor alle groepen van de basisschool. Wat zijn smaaklessen? Door te proeven, ruiken, voelen, horen en kijken verkennen kinderen hun eten. Het lesprogramma stimuleert dat kinderen vanuit hun eigen interesse en nieuwsgierigheid leren bewuste en gezonde voedselkeuzes te maken.

Bestemd voor groep 1 tot en met 8. Het basislesmateriaal van Smaaklessen bestaat uit een lerarenhandleiding per groep. Per groep zijn er 5 lessen (voor groep 1 en 2 zijn het 9 lessen) die gemiddeld 45-60 minuten duren. De lessen kunnen worden ingezet bij een projectweek, verspreid over het jaar of kunnen worden gekoppeld aan een reguliere lesmethode. Al het lesmateriaal van Smaaklessen, waaronder de handleiding, kopieerbladen en de digibordmodules vind je op het gratis lesportaal Chef!

Alle lessen zijn te geven op het digibord door een gratis account aan te maken. Ter introductie en verkenning is de hardcopy map te leen via Jibb+

Kaartenbak moestuinieren IVN



Zijn jullie op school al bezig met moestuinieren? Met deze losse kaarten kunnen leerlingen zelf aan de slag met kruiden en groente. Deze kaartenbak bevat informatie over de herkomst, het gebruik van de kruiden en hoe je ze kunt verzorgen en vermeerderen.

Bakkie



Heb jij een evenement op school?

Onze aanhanger is in te zetten bij activiteiten en evenementen ter bevordering van een gezonde leefstijl. Vraag naar de uitleenovereenkomst en de voorwaarden.

