

DE LOOP VAN SEIZOENEN

HANDLEIDING VOOR DE LERAAR

Aardbeien in de winter? Witloof in juli? Er zijn geen seizoenen meer mevrouw! Maar het feit dat alles het hele jaar door te vinden is, heeft een belangrijke impact op ons milieu. Ofwel zijn de producten afkomstig van verre landen, ofwel worden ze in verwarmde serres gekweekt, of zelfs allebei! Resultaat: een hoge energiekost en een aanzienlijke uitstoot van CO₂. Om dit alles te bespreken met uw leerlingen van 5 tot 8 jaar, biedt *De loop van de seizoenen* een eenvoudig en ludiek leermiddel om opnieuw te leren genieten van het eten van seizoensgebonden fruit en groenten.

Doelstellingen

- Het fruit en de groenten van het seizoen ontdekken.
- Nadenken over de manier waarop fruit en groenten worden geproduceerd.
- Stilstaan bij de milieueffecten die voortvloeien uit de consumptie van fruit en groenten die buiten het seizoen worden geïmporteerd.

Vaardigheden

- Beoogde vaardigheden: zich verschillende voorstellingen kunnen maken van de tijd
- Gevraagde vaardigheden: gebruik maken van in het geheugen opgeslagen gegevens voor het uitvoeren van gelijkaardige taken. In contact treden met de tijd.

Benodigd materiaal

- Het verhaaltje « De loop van de seizoenen »
- Kleurpotloden:  een blauw, groen, rood en geel voor elk kind

Suggesties

- Om het thema te introduceren, kunt u de kinderen ook verzoeken ieder een stuk fruit of groente naar keuze mee te nemen (echt fruit en groente of namaakproducten die ze thuis gebruiken tijdens het 'winkeltje' spelen)
- Om de verschillende seizoenen gemakkelijker te kunnen herkennen, stelt Leefmilieu Brussel u posters ter beschikking met afbeeldingen van fruit en groenten van het seizoen
- Indien u wenst, kan de activiteit worden uitgebreid met een keukenworkshop, waarvoor uiteraard meer materiaal nodig is.

Voor meer informatie

Leefmilieu Brussel stelt verschillende soorten ondersteunend materiaal tot uw beschikking, zoals:

- Het pedagogisch dossier "Voeding op school, milieu op het menu »
- Een kalender met fruit en groenten van het seizoen
- « Seizoenposters »

U kunt dit materiaal bestellen via www.leefmilieubrussel.be of door te bellen naar 02 775 76 28.



LEEFMILIEU BRUSSEL
BIM - BRUSSELS INSTITUUT VOOR MILIEUBEHEER



Verloop

Op de voorkant

Een klein verhaaltje dat u kunt voorlezen als inleiding op het thema van de seizoenen.



Vervolgens kunt u de kinderen verzoeken de verschillende stukken fruit en de verschillende groenten aan te duiden aan de hand van de voorgestelde illustraties:



Met uw hulp moeten de kinderen proberen uit te vinden in welk seizoen deze stukken fruit en deze groenten normaalgesproken worden gegeten.

Ze moeten het fruit en de groenten als volgt omcirkelen:

- groen voor het fruit en de groenten die in de lente worden gegeten: appel, salade, wortel, asperge, radijs, prei, aardbei, peer
- geel voor het zomerfruit en de zomergroenten: kers, tomaat, radijs, prei, meloen, aardbei, courgette, salade
- rood voor het herfstfruit en de herfstgroenten: appel, tomaat, wortel, druif, radijs, prei, meloen, pompoen, noot, salade, peer
- blauw voor het winterfruit en de wintergroenten: appel, wortel, prei, pompoen, witloof, noot, peer

« Aardbeien eten tijdens kerstmis of witloof tijdens de Paasdagen? »

Waar het om gaat is dat de kinderen nadenken over wat ze eten. Als bepaald fruit en bepaalde groenten buiten het seizoen worden gegeten, dan betekent dit:

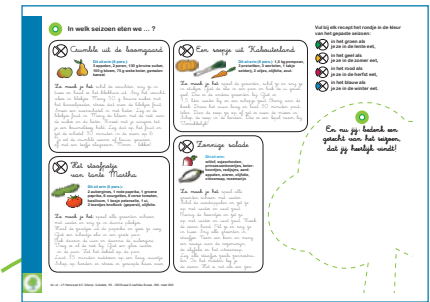
- dat ze afkomstig zijn uit verre landen en dat ze dus zijn vervoerd, meestal per vliegtuig;
- dat ze in verwarmde serres werden gekweekt.

In beide gevallen geldt dat het ingewikkelder is en meer energie vraagt dan een lokale cultuur die is afgestemd op het seizoen: een vliegtuig dat fruit en groenten vervoert, verbruikt brandstof, en om serres te kunnen verwarmen is elektriciteit nodig... Resultaat: dat alles kost veel geld en draagt bij aan de klimaatverandering. Het is dan ook veel beter om gewoon het juiste seizoen af te wachten voor het eten van bepaalde fruitsoorten en groenten!

Een extraatje voor de gezondheid! De discussie biedt u ook een goede gelegenheid om een koppeling te leggen naar het thema « gezondheid »: voor een goede gezondheid is het van belang iedere dag fruit en groenten te eten!

Op de achterkant

Op het kaartje staan 4 recepten met producten die vooraf werden ingedeeld volgens het seizoen.



De kinderen worden verzocht uit te vinden in welke seizoenen de volgende lekkernijen kunnen worden bereid:

-  • crumble uit de boomgaard op basis van appels en peren (lente / herfst / winter)
-  • stoofpotje van tante Martha met courgettes en tomaten (zomer)
-  • soepje uit kabouterland (herfst / winter)
-  • zonnige salade (lente)

Vervolgens kunt u de kinderen vragen een maaltijd te verzinnen die ze lekker vinden, op basis van fruit en/of groenten en afgestemd op het huidige seizoen. U kunt hier ook een activiteit aan toevoegen door de kinderen te vragen om – naar keuze en afhankelijk van hun leeftijd - de maaltijd te tekenen of om de ingrediënten van hun recept op te schrijven in de vorm van een boom.

Om nog een stapje verder te gaan

Mocht u over voldoende tijd beschikken, dan kunt u van de gelegenheid gebruik maken om een keukenworkshop te organiseren; tijdens deze workshop kunt u gezamenlijk een van de voorgestelde recepten voorbereiden, of een van de recepten die de kinderen zelf hebben bedacht. Als dit niet mogelijk is in de klas, kunt u de kinderen voorstellen dit idee thuis te bespreken en daar een van de recepten klaar te maken.

Eet smakelijk!