

Docenteninstructie

Lesbrief Het recept

Thema 2 Ik en gezondheid	
Aantal uren	12
Uitvoering	Individueel, in tweetallen en klassikaal
Werkkaarten	Werkkaart Het recept – Kip kerrie ananas maken

Toelichting en aandachtspunten algemeen

Deze lesbrief bestaat uit vier activiteiten.

Het is aan te raden om een deel van de activiteiten in een keuken te laten uitvoeren, of anders op een plek waar weegschalen en maatbekers (en een kraan) voor handen zijn.





Toelichting en aandachtspunten per activiteit

Activiteit Een boodschappenlijst maken

Relatie met kerndoelen vmbo onderbouw¹

Nederlands (1 - 10)	1, 3, 4, 5, 8, 10
Engels (11 - 18)	-
Wiskunde (19 - 27)	22, 23, 24, 25
Mens en Natuur (28 - 35)	-
Mens en Maatschappij (36 - 47)	-
Kunst en cultuur (48 - 52)	-
Bewegen en Sport (53 - 58)	-

Relatie met Referentiekaders Taal en Rekenen²

Nederlands	1F	2F
Gesprekken		
Luisteren	1.21 - 1.22 - 1.24	2.27 - 2.28
Spreken		
Lezen zakelijk	1.53 - 1.54	2.56 - 2.57
Lezen fictie		
Schrijven	1.79	2.94
Wiskunde	1F	2F
Getallen	1.2 - 1.4 - 1.5 - 1.8	2.10 - 2.15 - 2.18
Verhoudingen	1.40 - 1.41 - 1.42	2.20 - 2.22 - 2.23
Metten en meetkunde	1.50 - 1.51 - 1.55 - 1.57 - 1.59 - 1.69	2.36 - 2.39 - 2.42
Verbanden		

¹ Een omschrijving van de kerndoelen vmbo onderbouw (SLO) zijn te vinden op de site van de Vakcollege Groep.

² Voor deze overzichten zijn de omschrijvingen in het Referentiekader Taal genummerd. De overzichten Referentiekaders Taal en Rekenen zijn te vinden op de site van de Vakcollege Groep.

De nummers met een 1 ervoor slaan op niveau 1F en die met een 2 ervoor op niveau 2F.

In de overzichten bij de activiteiten staan bij de Referentiekaders Taal en Rekenen die punten aangegeven waar de nadruk op valt binnen die desbetreffende activiteit.





Activiteit	Een boodschappenlijst maken
Stap 1 Oriënteren	Leer gewichten afmeten en aflezen. Oefen met het uitrekenen van hoeveel ingrediënten je nodig hebt.
Stap 2 Voorbereiden	Bereken de hoeveelheden voor een recept voor 20 personen.
Stap 3 Uitvoeren	Maak de boodschappenlijst.
Stap 4 Reflecteren	Wissel de boodschappenlijsten uit.

Stap 1 Oriënteren

Zorg voor de benodigdheden:

- voor het wegen weegschalen en verschillende voedingsmiddelen zonder verpakking zoals rijst, macaroni, fruit, groente;
- voor het afmeten maatbekers voor vloeibare voedingsmiddelen.

Deze stap kan het beste klassikaal gedaan worden.

Stap 2 Voorbereiden

Bij deze stap gebruiken de leerlingen de Werkkaart **Het recept – Kip kerrie ananas maken** en de bijlage **Van gram naar kilogram, van deciliter naar liter**.

Afhankelijk van het niveau van de leerlingen kan er voor gekozen worden deze stap klassikaal te doen.



Activiteit Een groenten - en kruidenkaart maken

Relatie met kerndoelen vmbo onderbouw

Nederlands (1 - 10)	1, 3, 4, 5, 6, 8, 10
Engels (11 - 18)	-
Wiskunde (19 - 27)	26
Mens en Natuur (28 - 35)	-
Mens en Maatschappij (36 - 47)	-
Kunst en cultuur (48 - 52)	49, 51, 52
Bewegen en Sport (53 - 58)	-

Relatie met Referentiekaders Taal en Rekenen

Nederlands	1F	2F
Gesprekken		
Luisteren	1.21 - 1.22 - 1.23	2.27 - 2.28 - 2.34
Spreken		
Lezen zakelijk	1.53 - 1.54 - 1.59	2.56 - 2.57 - 2.62
Lezen fictie		
Schrijven	1.79 - 1.86 - 1.95	2.96 - 2.104 - 2.108
Wiskunde	1F	2F
Getallen		
Verhoudingen		
Meten en meetkunde	1.74	
Verbanden		

Activiteit	Een groenten - en kruidenkaart maken
Stap 1 Oriënteren	Proef de smaak van verschillende groenten en kruiden. Leer de namen van verschillende groenten en kruiden. Zoek informatie over seizoensgroenten.
Stap 2 Voorbereiden	Verzamel informatie voor de kaart. Verzamel duidelijke foto's of plaatjes voor de kaart.
Stap 3 Uitvoeren	Maak de groenten - en kruidenkaart.
Stap 4 Reflecteren	Geef feedback en krijg feedback op de kaarten.

De leerlingen maken de groenten - en kruidenkaart in tweetallen.





Stap 1 Oriënteren

Bij b.

Zorg voor bordjes met verschillende groenten en kruiden, bijvoorbeeld: paprika, peterselie, venkel, bleekselderij, bieslook, selderij en prei.

Vertel aan de leerlingen hoe alles heet.

Bij c.

De tweede keer proeven de leerlingen geblinddoekt. Het gaat erom de leerlingen bewust te laten proeven. Zorg dus voor voldoende stukjes groente en kruiden.

Het onderscheid tussen groenten en kruiden is niet altijd even duidelijk. Hier gaan we er van uit dat kruiden een extra smaak aan het gerecht geven en meestal niet als groente alleen gegeten worden. Als kruiden beschouwen we dan: bosui, knoflook en peterselie.

Bij f.

Op internet zijn tabellen te vinden over de verkrijgbaarheid van groenten.

Een mooi overzicht van seizoensgroente is hier te vinden:

http://biolicious.org/wp-content/uploads/2010/09/Proefhetseizoen-kalender_01.pdf

Stap 4 Reflecteren

Bij b.

Deel post-its uit.

Herinner leerlingen er desgewenst aan dat je feedback beter in de vorm van tips kunt geven dan in de vorm van commentaar. Het is leuk als elke groenten- en kruidenkaart minstens 3 post-its krijgt met feedback.

Het is handig om even uit te rekenen hoeveel briefjes de leerlingen dan moeten plakken.





Activiteit Een feestelijke tafel voor 4 personen

Relatie met kerndoelen vmbo onderbouw

Nederlands (1 - 10)	1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10
Engels (11 - 18)	-
Wiskunde (19 - 27)	26, 27
Mens en Natuur (28 - 35)	-
Mens en Maatschappij (36 - 47)	36
Kunst en cultuur (48 - 52)	49, 50, 51, 52
Bewegen en Sport (53 - 58)	-

Relatie met Referentiekaders Taal en Rekenen

Nederlands	1F	2F
Gesprekken	1.21 - 1.22 - 1.23	2.27 - 2.28 - 2.30
Luisteren	1.37	2.36
Spreken		
Lezen zakelijk	1.54 - 1.59 - 1.60 - 179	2.57 - 2.62 - 264 - 2.104
Lezen fictie		
Schrijven		
Wiskunde	1F	2F
Getallen		
Verhoudingen		
Meten en meetkunde	1.53 - 1.54 - 1.69	2.44 - 2.45 - 2.46 - 2.48
Verbanden		

Activiteit	Een feestelijke tafel voor 4 personen
Stap 1 Oriënteren	Verzamel informatie over hoe je een tafel moet dekken. Oriënteer je op feestelijk gedekte tafels. Brainstorm over jouw feestelijk gedekte tafel.
Stap 2 Voorbereiden	Maak een menukaart. Maak versieringen voor de tafel. Oefen met tafel dekken.
Stap 3 Uitvoeren	Maak een feestelijk gedekte tafel voor 4 personen.
Stap 4 Reflecteren	Bekijk alle feestelijk gedekte tafels.





Stap 1 Oriënteren

Bij b.

Laat leerlingen ter inspiratie via www.google.nl plaatjes zoeken.

Bij e.

Zorg voor voldoende bestek en servies om de tafels te kunnen dekken. Een alternatief is om dit niet fysiek te doen maar het meteen te laten tekenen.

Stap 2 Voorbereiden

Zorg voor voldoende kookboeken en kooktijdschriften.

Op www.hoemoetdatdan.nl zijn allerlei filmpjes te vinden waarin instructies worden gegeven voor het vouwen van servetten. Voor de liefhebbers wel een leuke extra.

Stap 3 Uitvoeren

Zorg voor voldoende servies en bestek zodat de leerlingen in tweetallen de tafel kunnen dekken.

Stap 4 Reflecteren

Verzamel de juryrapporten. Bespreek ze samen met de klas.





Activiteit Kip - kerrierijst maken

Relatie met kerndoelen vmbo onderbouw

Nederlands (1 - 10)	1, 3, 4, 5, 8, 10
Engels (11 - 18)	-
Wiskunde (19 - 27)	20, 23, 24, 25
Mens en Natuur (28 - 35)	31
Mens en Maatschappij (36 - 47)	
Kunst en cultuur (48 - 52)	49, 52
Bewegen en Sport (53 - 58)	57

Relatie met Referentiekaders Taal en Rekenen

Nederlands	1F	2F
Gesprekken		
Luisteren	1.21 - 1.22 - 1.23 - 1.37	2.27 - 2.28 - 2.29 - 2.36
Spreken		
Lezen zakelijk	1.53 - 1.54	2.56 - 2.57
Lezen fictie		
Schrijven	1.79 - 1.86	2.100 - 2.104
Wiskunde	1F	2F
Getallen	1.12 - 1.14 - 1.17 - 1.31 - 1.33	2.8 - 2.10 - 2.17 - 2.15 - 2.18 -
Verhoudingen	1.41 - 1.42 - 1.49	2.20 - 2.23 - 2.28 -
Meten en meetkunde	1.51 - 1.52 - 1.66 - 1.69	2.38 - 2.39 - 2.40 - 2.41
Verbanden	1.77	2.65

Activiteit	Kip - kerrierijst maken
Stap 1 Oriënteren	Leer over keukenmaterialen en kruisbesmetting.
Stap 2 Voorbereiden	Verzamel de ingrediënten. Zet alle spullen klaar voor het koken. Verdeel de taken.
Stap 3 Uitvoeren	Maak de kip - kerrierijst.
Stap 4 Reflecteren	Eet de rijst aan de feestelijk gedekte tafel.





Stap 2 Voorbereiden

Bij f.

De leerlingen moeten een aantal materialen uit de keuken halen en deze natekenen. Afhankelijk van waar deze les gegeven wordt kunnen de leerlingen dit zelf doen. Een bestekbord wordt gebruikt om gebruikt bestek op te leggen zodat het aanrecht schoon blijft.

