

## Docenteninstructie Activiteit: Vitaminesmoothie

Thema: Ik ben bewust bezig

### Toelichting en aandachtspunten

<b>Aantal uren</b>	6
<b>Uitvoering</b>	Tweetallen
<b>Werkkaarten</b>	Een planning maken
<b>Schema's</b>	Recept omrekenen
<b>Past bij profiel</b>	ZW - HBR

### Relatie met kerndoelen vmbo onderbouw

<b>Nederlands (1-10)</b>	1, 2, 5, 6, 7, 9, 10
<b>Engels (11-18)</b>	
<b>Wiskunde (19-27)</b>	23, 24, 25
<b>Mens en Natuur (28-35)</b>	
<b>Mens en Maatschappij (36-47)</b>	42
<b>Kunst en Cultuur (48-52)</b>	
<b>Bewegen en Sport (53-58)</b>	

### Relatie met Referentiekaders Taal en Rekenen

<b>Nederlands</b>	<b>1F</b>	<b>2F</b>
Gesprekken		
Luisteren	1.21 – 1.23 – 1.31	2.34 – 2.34 – 2.36
Spreken		
Lezen zakelijk	1.53 – 1.59 – 1.61	2.56 – 2.57 – 2.62 – 2.69
Lezen fictie		
Schrijven	1.81 – 1.86 – 1.95	2.100 – 2.101 – 2.111
<b>Wiskunde</b>	<b>1F</b>	<b>2F</b>
Getallen	1.5 – 1.16 – 1.26 – 1.27	2.10 – 2.7 – 2.13 – 2.15
Verhoudingen	1.40 – 1.42	2.22 – 2.23
Meten en meetkunde	1.62	2.39
Verbanden	1.79 – 1.83	2.70

Voor deze activiteit kunnen de leerlingen de volgende websites gebruiken:

- [www.smoothierecepten.nl](http://www.smoothierecepten.nl)
- [www.voedingscentum.nl](http://www.voedingscentum.nl)





## Ik ben bewust bezig

Activiteit	Vitaminesmoothie
Stap 1: Oriënteren	Verzamel informatie over energiedrankjes en vitamines. Brainstorm over je smoothie.
Stap 2: Voorbereiden	Maak je planning. Zoek een recept voor je smoothie. Schrijf op wat je allemaal nodig hebt en hoe je te werk gaat. Oefen met rekenen met breuken.
Stap 3: Uitvoeren	Maak de smoothie. Test de smoothie.
Stap 4: Reflecteren	Voer het vergelijkend warenonderzoek uit. Bepaal welke vitamines er het meest in de smoothies zitten.

### Stap 1. Oriënteren

*Bij b.*

Zorg eventueel voor een (leeg) blikje Red Bull of een andere energydrink, zodat leerlingen kunnen zien wat erin zit.

Wat betreft het schema met ingrediënten van een energiedrankje: alleen water, guarana en ginseng zijn zeker weten natuurlijke stoffen. De rest is veelal kunstmatig (*toegevoegde* vitamines en mineralen). Taurine is een stof die van nature ook wel in het lichaam voorkomt.

*Bij d.*

De tekst uit de Wikipedia is met opzet niet herschreven, het gaat erom dat leerlingen kritisch kijken wat er nou eigenlijk staat.

*Bij h.*

Dit is vrij veel werk en het is belangrijk dat de informatie wel klopt. U kunt dit in tweetallen laten uitzoeken, ieder tweetal drie vitamines. De antwoorden worden daarna onderling vergeleken en verbeterd. Deze tabel hebben de leerlingen later weer nodig, als ze gaan onderzoeken welke vitamines er in de smoothie zitten.

*Bij g.*

Op de website [www.smoothierecepten.nl](http://www.smoothierecepten.nl) staan leuke recepten voor gezonde energiedrankjes.

### Stap 2. Voorbereiden

*Bij De planning.*

In de activiteit staat een richtgetal aan uren. Ga na of de leerlingen meer uren mogen besteden, als zij de smoothies maken.

*Bij Vitaminesmoothie voorbereiden*

Gebruik het schema **Recept omrekenen**. Deze is te vinden op de website ([www.vakcollegegroep.nl](http://www.vakcollegegroep.nl)) onder het kopje invulschema's. Hierin noteren de leerlingen de ingrediënten en benodigdheden.

*Bij Oefenen met hoeveelheden berekenen.*

Laat de leerlingen de breuken zichtbaar maken. Laat ook zien dat je niet  $\frac{1}{3}$  en  $\frac{1}{2}$  zo even bij elkaar kunt optellen ( $\frac{2}{5}$ ?)

Bij de aanpak: gelijknamig maken  $\frac{1}{4} + \frac{3}{4}$  is alvast 1.

$1 \frac{1}{2}$  plus  $\frac{2}{3}$ .  $1 \frac{1}{2}$  is hetzelfde als  $\frac{3}{2}$ .  $\frac{3}{2} + \frac{2}{3}$  dan maak je  $\frac{9}{6} + \frac{4}{6} = \frac{13}{6} = 2 \frac{1}{6}$ .





## Ik ben bewust bezig

### Stap 3. Uitvoeren

#### *Criteria waarop wordt beoordeeld*

Deze beoordelingscriteria kunt u gebruiken voor het beoordelen van de leerlingen en desgewenst aanvullen. Daarnaast kunt u met behulp van deze criteria de leerlingen zichzelf of elkaar laten beoordelen.

Eisen aan de opdracht
<ul style="list-style-type: none"><li>• De smoothie ziet er lekker uit.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• De smoothie is gezond, ingrediënten zijn groente of fruit, geen suiker.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• De smoothie is mooi opgediend.</li></ul>

### Stap 4. Reflecteren

Verzamel alle gegevens van het vergelijkend warenonderzoek.

