

Instructieblad 2 Voedingsmiddelen



Behorende bij activiteit 4.3

Uw kind leert:

- welke voedingsmiddelen er zijn;
- bij welke categorie voedingsmiddelen horen.

U heeft het volgende nodig:

- Guia pa un Bida Saludabel (het voedingsbootje).
- De bingokaart.

Wat doet u met uw kind:

STAP 1. GESPREKJE

- In de klas heeft uw kind geleerd dat je gebalanceerd moet eten en voldoende moet bewegen (30-60 minuten per dag). Het voedingsbootje (Guia pa un Bida Saludabel) is gepresenteerd aan uw kind. Vraag uw kind naar wat het kan vertellen over het voedingsbootje. Laat eventueel de afbeelding van het voedingsbootje zien aan uw kind.

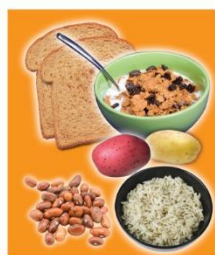
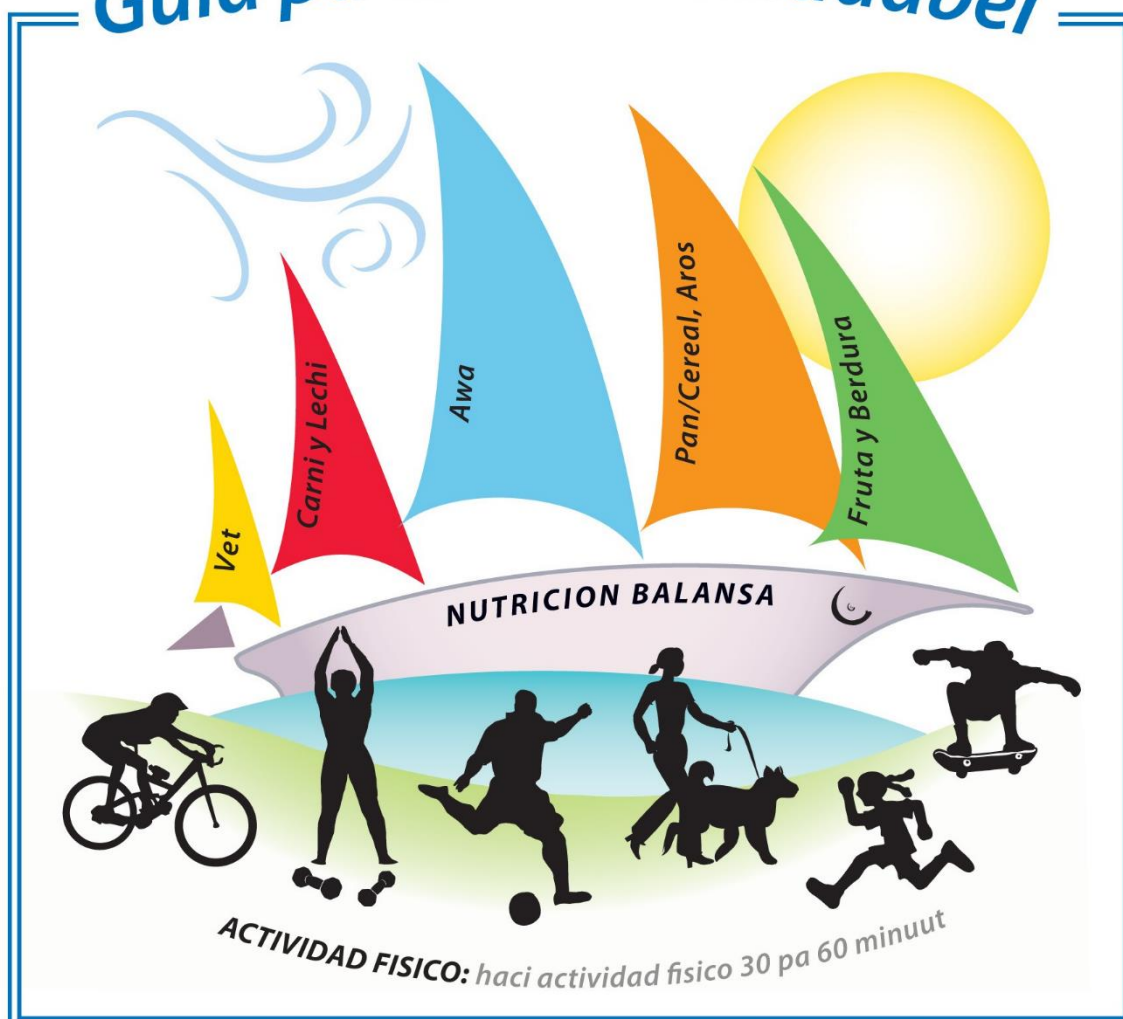
STAP 2. SUPERMARKTBINGO

- Ga samen met uw kind naar de supermarkt en neem de bingokaart mee. Loop alle rijen van de supermarkt af en laat uw kind op zoek gaan naar de producten uit de supermarkt die ook op de bingokaart staan. Als uw kind een product gevonden heeft, dan omcirkelt hij/zij het product op de bingokaart. Zorg ervoor dat uw kind in ieder geval van iedere categorie minstens 2 producten heeft gevonden.

STAP 3.

- Laat uw kind aan een broertje of zusje of ander familielid uitleg geven over het voedingsbootje en de bingokaart.

Guia pa un Bida Saludabel™



VET	CARNI Y LECHI	AWA	PAN, CEREAL, AROS	FRUTA Y BERDURA
 <p>pindakaas</p>	 <p>melk</p>		 <p>brood</p>	 <p>wortel</p>
 <p>zonnebloemolie</p>	 <p>worst</p>		 <p>rijst</p>	 <p>appel</p>
 <p>boter</p>	 <p>vis</p>	 <p>water</p>	 <p>pasta</p>	 <p>Peer</p>
 <p>noten</p>	 <p>vlees</p>		 <p>aardappelen</p>	 <p>paprika</p>
 <p>kaas</p>	 <p>eieren</p>		 <p>muesli</p>	 <p>sla</p>