

OEBLIE

**SPELENDERWIJS LEREN
OVER GROENTE EN FRUIT**



Lessen voor kinderopvang

Wat leuk dat je gaat kennis maken met Oeblie. Oeblie is gek op groente en fruit. Ze vindt het lekker én het is gezond. Je kunt er superveel over leren en ontzettend lekkere dingen mee maken.

Oeblie neemt kinderen mee in de wereld van groente en fruit. Waar groeit groente en fruit? Hoe ziet het eruit als het niet in een kant-en-klaarverpakking zit? Wat kan je er allemaal mee maken? Hoe smaakt het? Oeblie leert de kinderen spelenderwijs alles over groente en fruit.

Met haar vrienden Bob, Yuki, Lou, Otis en Dris woont Oeblie in een gezellige flat. Daar hebben ze een moestuin waar van alles groeit. Ook hebben ze een megagrote glijbaan en een dak met daarop tipitenten, een kas en een bijentuin. Ze spelen samen, dansen op hun eigen muziek en zorgen goed voor hun huisdieren. De poes (Maumau), de hond (Spijker), de kippen en Vogel. Er gebeuren ook weleens gekke dingen, dat komt omdat Oeblie en haar vrienden allemaal een magische kracht hebben.

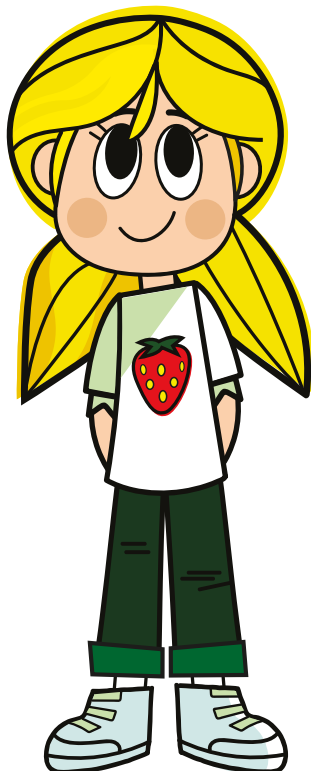
Vogel is altijd bij Oeblie. Hij volgt haar overal en helpt in de moestuin of in de keuken. Aan het einde van de dag eten Oeblie en haar vrienden samen. Meestal iets lekkers wat Oeblie in haar keukentje heeft gemaakt.

Oeblie en haar vrienden kunnen niet wachten om met de kinderen op ontdekkingsstocht te gaan.

Het is Oeblie tijd!

Veel plezier!

Met vriendelijke groet,
Fiona Konijnenburg
Team Oeblie



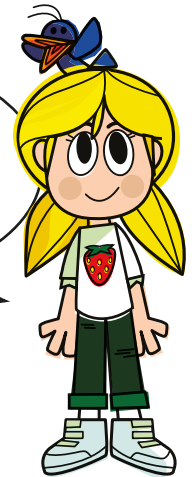
INHOUD

1. Kennismaken met Oeblie en haar vrienden	4
2. Praatplaat	5
3. Aardbeien-bieten smoothie maken	6
4. Groentetaart maken	7
5. Proeven met Oeblie	8
6. Sorteerspel	9
7. Voelspel met Yuki	10
8. Mango-spinazie smoothie maken	11
9. Het winkeltje	12
10. Even kletsen met Oeblie	13
11. Bloesemboom verven	14
12. Oeblie memory	15
13. Tuinkerszaadjes planten	16



1. KENNISMAKEN MET OEBLIE EN HAAR VRIENDEN

Hoi! Ik ben Oeblie.
Kijk eens op de poster.
Daar zie je mij
en mijn vrienden.



Benodigheden:

Uit de Oeblie box:

- Oeblie poster
- Oeblie groente- en fruitkaartenwaaier

Omschrijving:

Bekijk samen met de kinderen de Oeblie poster.

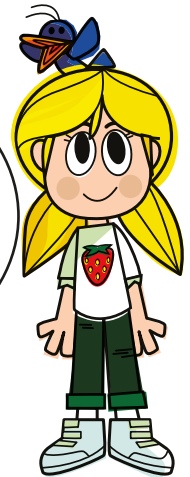
- Waar woont Oeblie? Hoe noem je zo'n huis?
- Wat zie je allemaal? Laat de kinderen zoveel mogelijk vertellen wat ze zien en het ook aanwijzen.
- Zie je ook dieren? Wie heeft er ook een dier thuis?
- Zie je dingen die je kunt eten? Wat lijkt jou lekker?
- Oeblie is dol op groente en fruit. Laat verschillende groente- en fruitkaarten zien en bespreek met de kinderen wat het is, of ze het kennen én of ze het al eens geproefd hebben.

Hang de poster ergens zichtbaar op de groep, zodat de kinderen ook zelf af en toe nog eens kunnen kijken.



2. PRAATPLAAT

Jullie gaan samen deze
praatplaat bekijken.
Vertel elkaar wat je ziet,
wat je herkent en wat je opvalt.
Ik ben benieuwd wat
jullie al weten!



Benodigheden:

Oeblie digitaal:

- Oeblie praatplaat

Handig om te weten:

Er is geen goed of fout, maar er is wel een gezonde en een minder gezonde keuze. De minder gezonde keuze is ook een keuze. Het is goed om jonge kinderen hier al bewust van te maken, zonder het in een hokje van goed of fout te plaatsen. Het is niet erg om iets ongezonds te eten, maar doe het niet te vaak/af en toe.

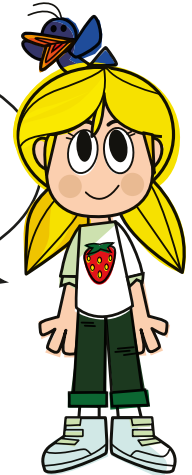
Omschrijving

- Vraag de kinderen te vertellen wat ze zien. Dit mag zonder ook te zeggen wat ze ervan vinden.
- Vraag de kinderen iets aan te wijzen en benoemen wat ze lekker vinden? En iets wat ze niet zo lekker vinden?
- Vraag de kinderen iets aan te wijzen wat ze niet kennen en wat ze nog nooit gegeten hebben.
- Vraag de kinderen aan te wijzen wat fruit is. En wat groente.
- Vraag de kinderen gezonde dingen aan te wijzen en te benoemen. En alle ongezonde dingen.
- Praat over hoe je weet of iets gezond of ongezond is? Is het erg om ongezonde dingen te eten? Waarom is groente en fruit eigenlijk gezond?



5. PROEVEN MET OEBLIE

Jummm! Jullie gaan
verschillende groenten
en fruit proeven.



Benodigheden:

Oeblië box:

- Oeblië groente- en fruitkaartenwaaier

Zelf regelen:

- Verschillende groenten en fruit die je rauw kunt eten, zoals komkommer, paprika, radijsjes, tuinkers, spinazie, tomaat, besjes, framboos, etc.

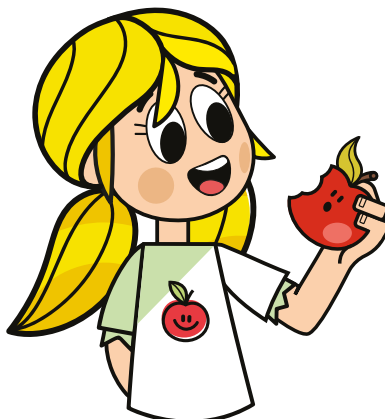
Handig om te weten:

Kinderen hebben een aangeboren afkeer voor bittere en zure smaken. Gemiddeld zijn er 10 tot 15 proefbeurten nodig voordat kinderen nieuwe smaken of structuren lusten.

Hoe vroeger ze experimenteren met het brede smakenpallet van een gezonde voeding, hoe beter en hoe gevarieerder kinderen zullen eten.

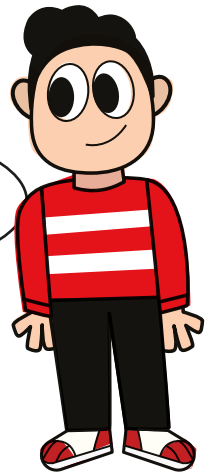
Omschrijving

- De kinderen gaan verschillende groenten en fruit proeven. Vraag de kinderen wat ze al kennen - en wat nog niet.
- Vraag een kind om een stuk groente of fruit te pakken.
Stel de volgende vragen:
Weet jij wat dit is?
Hoe denk je dat het er vanbinnen uitziet?
- Snijd het doormidden (of snijd het zelf in kleine stukjes).
Wat zien de kinderen?
- Deel de stukjes uit om te proeven.
Wat proeven de kinderen?
Is het lekker?
- Dit herhaal je met verschillende groenten en fruit.
- Zoek eventueel de groente en fruit die jullie proeven op in de groente en fruitkaarten waaier van Oeblië en laat de kinderen zien hoe het groeit.
Vertel ze een weetje of wat je ermee kan maken.
- Hebben de kinderen geproefd, waarom wel of waarom niet?
Waarom is het goed om te proeven?
- Heb je iets geproefd wat je nog niet kende? Was het lekker?
En wat vond je minder lekker?



12. OEBLIE MEMORY

We spelen Oeblie memory!
Boordevol groente en fruit.



Benodigheden:

Oeblie box:

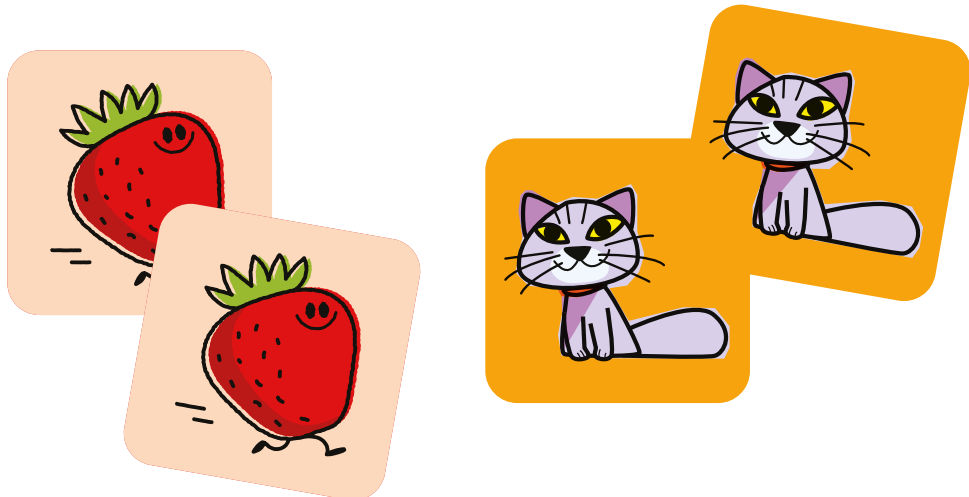
- Oeblie memoryspel

Handig om te weten:

Memory is een gestructureerd spelletje. Gestructureerd spel helpt jonge kinderen bij zelfregulatie en dat is een cruciale ontwikkelingsvaardigheid. Wachten op je beurt, omgaan met teleurstellingen en spelregels onthouden is iets wat kleuters tijdens het spelen van memory kunnen oefenen.

Omschrijving

- De spelregels van memory zijn vrij simpel: zoek twee dezelfde plaatjes.
- Om ervoor te zorgen dat kinderen hun woordenschat ontwikkelen is het goed om de plaatjes ook hardop uit te spreken. Er is eenvoudig in niveau te variëren door meer of minder plaatjes te gebruiken.
- Wie heeft er gewonnen? Tel de kaartjes.



Tip: Op www.oebli.nl/speelplek kan je de Oeblie memory ook digitaal spelen.