

zonnekind

Z



**1e
leerjaar**



**Groente
en fruit
Vers geplukt!**



naam

Wat groeit er hier?

Zoek het fruit en de groenten in de tuin. Vul het nummer in.



Ken jij dit fruit of deze groente?

 Ja? Kleur dan het eerste rondje groen.

 Nee? Kleur dan het eerste rondje rood.

Kijk naar de groene rondjes.

Vind je het lekker?

 Ja? Kleur dan het tweede rondje groen.

 Nee? Kleur dan het tweede rondje rood.



Hoe groeit het?

Appels groeien aan de appelboom.

Peren groeien aan de perenboom.

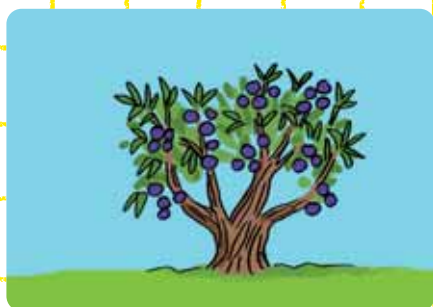
Dat weet je al!

En dit fruit? En deze groenten? Hoe groeien die?

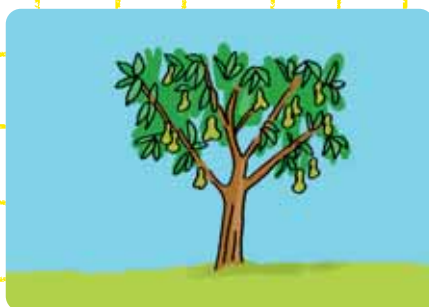
Aan een boom? In de grond? Wat denk je?



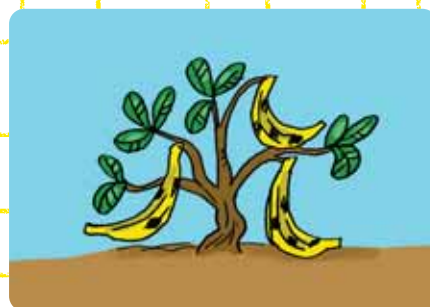
Wat is niet juist? Zet er een kruis door.



pruimen



peren



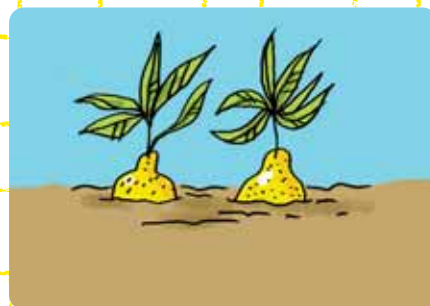
bananen



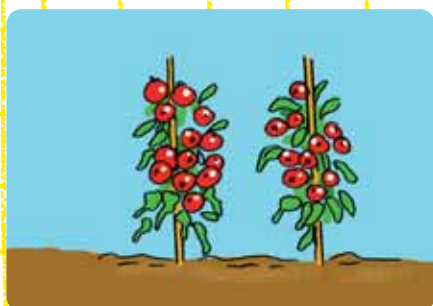
wortelen



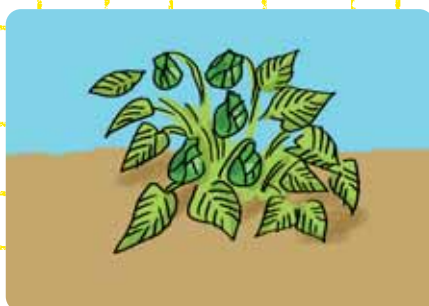
sla



citroenen



tomaten



spruitjes



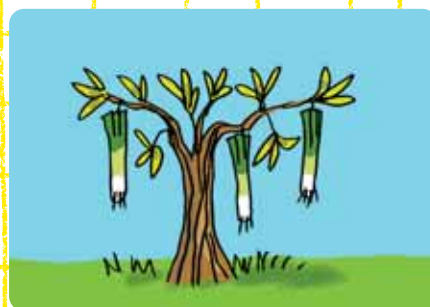
pompoen



aardappelen



kersen



prei

Fruit of groente?



Wat is fruit?

Wat denk jij? Schrijf het hier op.

Als je handen plakken.
Dan is het zeker fruit!



Wat is groente?

Wat denk jij? Schrijf het hier op.

Als ik het niet lust!
Dan is het een groente.



Wat is het verschil?

Fruit

Fruit is de **vrucht** van een **plant**. Dat kan ook een boom of een struik zijn. De plant krijgt eerst **bloemen**. Na de bloem komt de vrucht. In de vrucht zit het **zaad**. Dat kunnen kleine pitten of een grote steen zijn.

Vul deze woorden in:

struik • steen • zwaar • bloemen • pitten

De appel



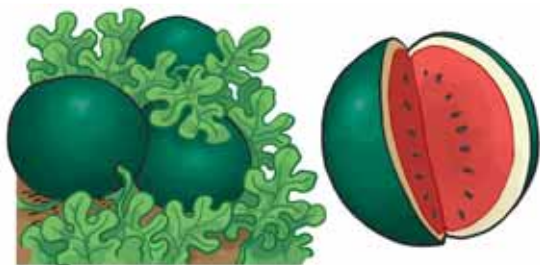
In de lente staat de appelboom vol witte

De perzik



In de perzik zit een grote

De watermeloen



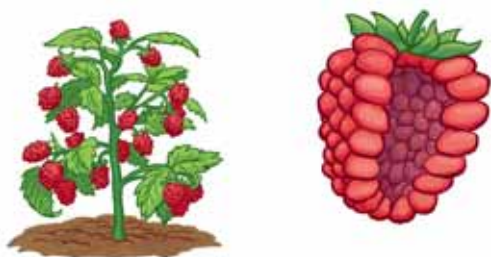
Deze grote vrucht is heel
Daarom ligt hij op de grond.

De granaatappel



De granaatappel zit vol
Die mag je mee opeten.

De framboos



Frambozen groeien aan een

Let op!

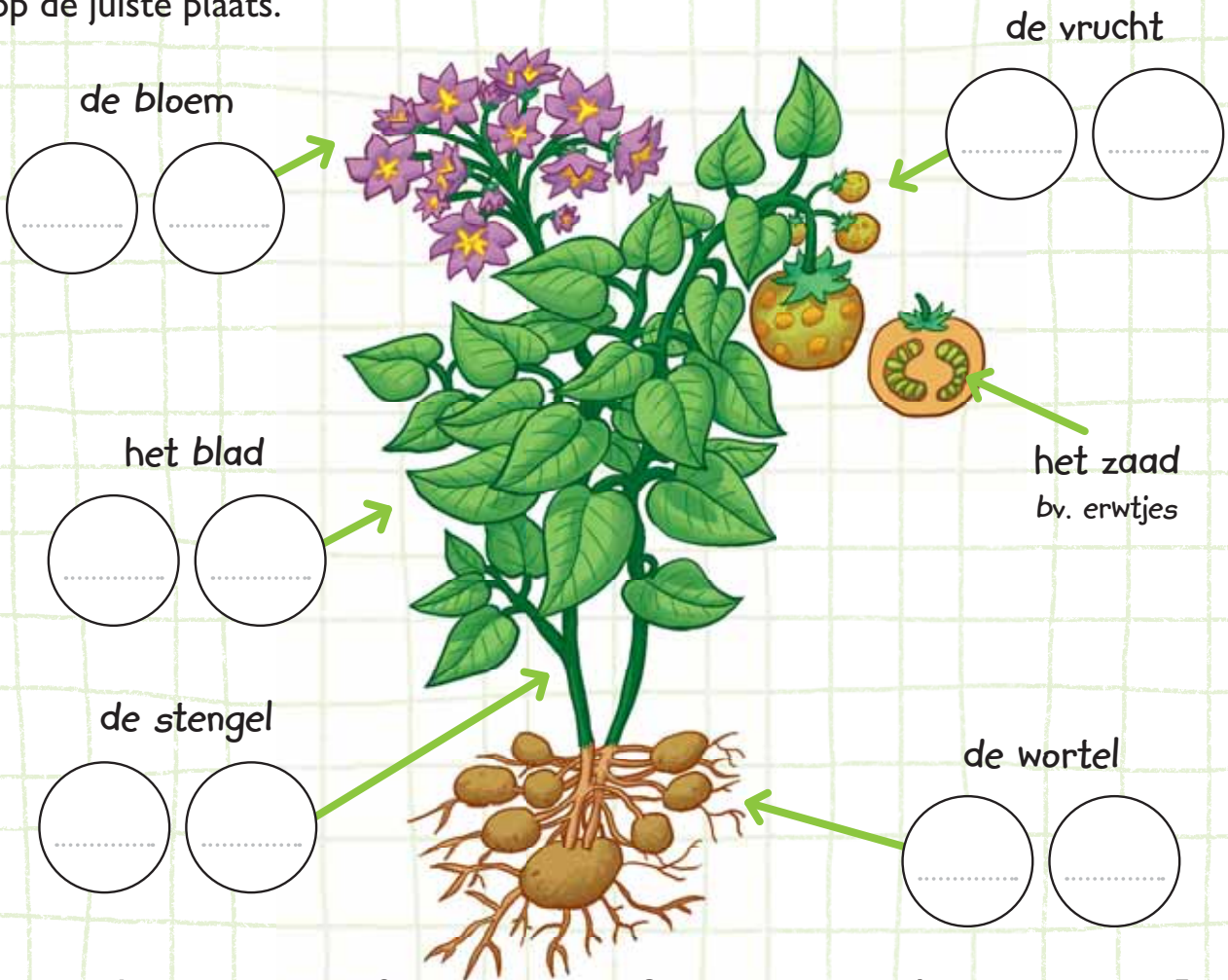
Niet alle vruchten van een boom
of struik mag je opeten!

Groente

Een groente is een deel van de plant dat je kunt opeten.

We eten de bloem, de wortel, de stengel, de vrucht of het zaad.

Kijk naar de groenten.
Welk deel eten we op?
Schrijf het nummer bij de plant op de juiste plaats.



- | | | | | |
|---|--|--|---|--|
| 1

aubergine | 2

broccoli | 3

spinazie | 4

raap | 5

prei |
| 6

sla | 7

radijs | 8

asperge | 9

artisjok | 10

paprika |

Groeien maar!

Een plant groeit niet zo maar!



Wat heeft een plant nodig om te groeien?



Wat kan helpen, maar is niet echt nodig?



Wat heeft een plant helemaal niet nodig?



Wat kan nog helpen? Vertel.



een hark



wit zand



een wolk



water



een gieter



rotsen



de zon



een lamp



een plasje



keien



een kruiwagen



aarde



Vul in. De zon geeft zowel l..... als w.....

Zaad of niet?

De zaadjes zorgen ervoor dat er een nieuwe plant kan groeien. Welke zijn geen zaadjes?



Ben je niet zeker? Plant ze dan in de grond. En kijk of er iets begint te groeien!



Mijn serre van papier

Proef

Hoe groeit er een plant uit een zaadje?
Doe deze proef. En kijk wat er gebeurt.

Maak eerst de serre. Dat duurt een halfuur.
Kijk wat er gebeurt. Dat duurt een paar weken.

Nodig:

- de serre van papier
- een diepvrieszakje
- watten
- een glas water
- enkele bonen (zaad van de bonenplant)
- plakband

Doe het zo!

1



Leg de bonen
in het glas water.
Maak ondertussen
de serre.

2



Kleur de plaatjes.
Knip de serre uit.

3



Neem de watten.
Trek ze uit elkaar.
Maak ze nat.

gezaaid op:

door:



Mijn serre van papier

4



Wring de watten uit. Ze mogen vochtig zijn, maar niet te nat.

5



Leg de watten in de diepvrieszak. Doe er de bonen bij.

6



Plak de zak vast aan de serre.

7



Plak de serre op het raam.

8



Kijk elke dag. Zie je de bonen ontkiemen?

9



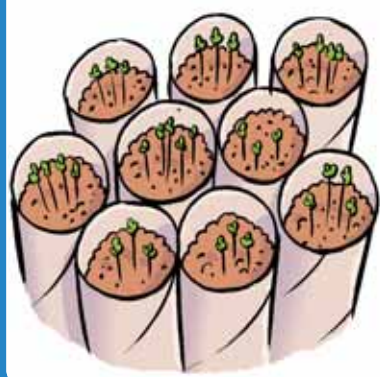
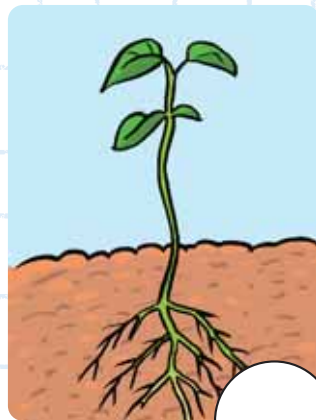
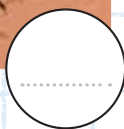
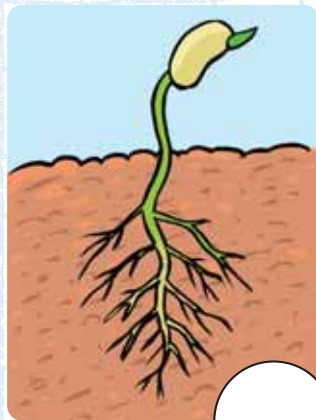
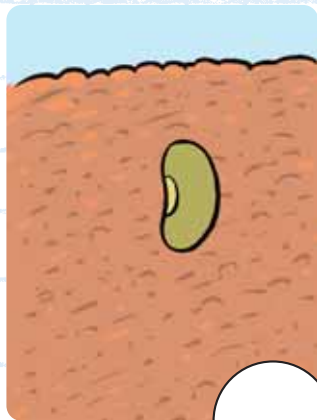
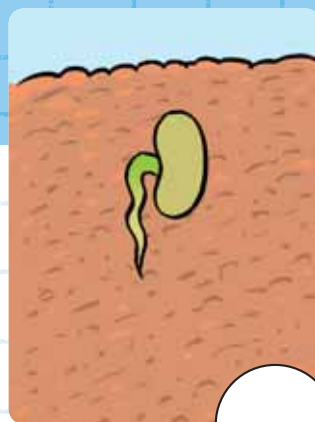
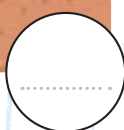
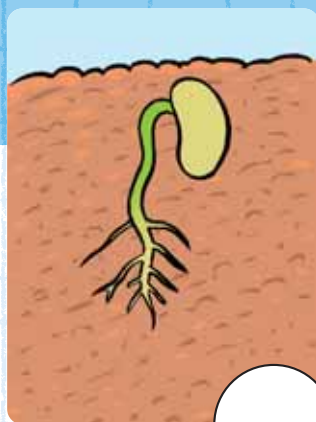
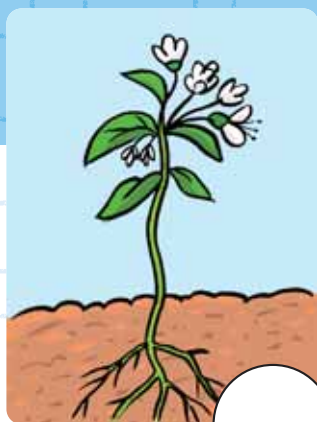
Zijn de plantjes al mooi gegroeid? Plant ze dan met een beetje aarde in een potje. Bv. in een eierdoos of een wc-rol. Je kunt ze nu ook buiten planten. Hoe? Dat lees je op p. 11.

gezaaid op:

door:

Van boon tot plant

Zet de stappen in de juiste volgorde. Geef ze een nummer van 1 tot 7.



Heb je goed gezien hoe de boon uitgegroeid is tot een plant?

Dan wordt het tijd om de plantjes in de tuin te planten.

Stop de potjes in de grond.
(De potjes zullen vanzelf vergaan.)
Zet ze ver genoeg uit elkaar.
Dan hebben de plantjes plaats om te groeien.

Vul nu hier het nummer in.

-1..... De **boon** zit in de grond.
-4..... Het plantje **groeit** door de aarde **naar boven**.
- De boon **ontkiemt**.
We zien al een wortel.
- Aan de stengel komen **blaadjes**.
- De wortel **vertakt**.
- De plant krijgt **bloemen**.
-7..... Uit de bloemen komen **vruchten**.

Ver weg of dichtbij?

We eten graag aardbeien. Het hele jaar door. Maar in de winter en de herfst groeien er geen aardbeien op het veld.



Dan gaan we ze halen in warme landen.

Volg je mee de oranje pijlen?



In Afrika groeien de aardbeien het hele jaar door.



Het vliegtuig brengt de aardbeien naar België.

Deze aardbeien leggen duizenden kilometers af. Niet zo goed voor het klimaat, hé! En al die plastic bakjes! Allemaal afval!



Als ze rijp zijn, worden ze geplukt. Ze worden in plastic bakjes gelegd.



De bakjes gaan in grote kisten.



Vrachtwagens vervoeren
de aardbeien naar de supermarkten.



Hier kopen we de aardbeien.

Kan het anders?
Wacht tot de aardbeien rijp zijn
in ons land.
Volg nu de groene pijlen.



Pluk de aardbeien in de tuin.
Of ga naar een zelfplukboerderij.



Koop je aardbeien in de supermarkt?
Kijk dan of ze uit België komen.



Koop ze bij de teler.

Eet het fruit en
de groenten van het seizoen.
En uit ons land!
Dat is goed voor onze aarde.
En lekkerder!

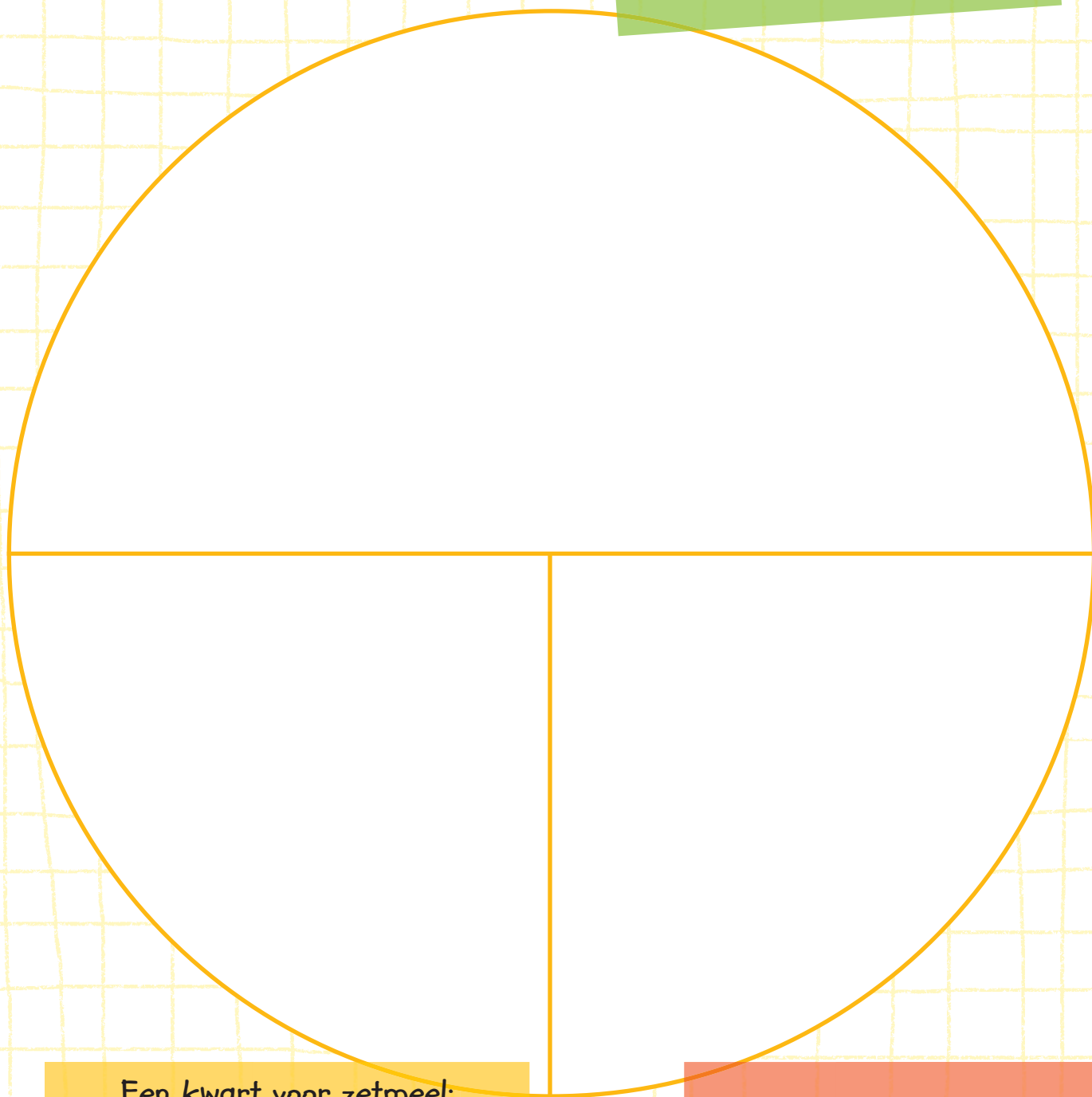


Groenten op het bord

Eet elke dag groente en fruit!
Dat is goed voor je lichaam.

Zo ziet een gezond bord eruit.

De helft: groenten!



Een kwart voor zetmeel:
aardappelen, brood,
pasta, rijst, granen ...

Een kwart voor eiwitten:
vlees, vis, ei, veggie ...

Wat zou jij op dit bord leggen?
Teken het.

Een dag zonder vlees

Vlees? Gassen?

Auto's, vrachtwagens en vliegtuigen stoten veel gassen uit.

Die doen de aarde opwarmen.

Dat wisten we al.

Maar wist je dat koeien, schapen ... ook gassen uitstoten?



Eén koe kan echt geen kwaad.

Maar ze zijn met veel:

de koeien, de schapen,

de varkens en de kippen.

Want we lusten wel een lekkere
hamburger of worst!

En wij zijn ook met veel!

Vandaag veggie

Als we met z'n allen
één dag per week
geen vlees eten,
dan helpen we het klimaat.



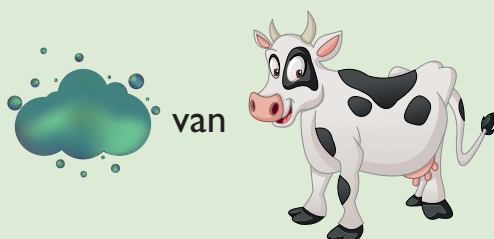
Een dagje
zonder vlees!
Top!

Wist je?

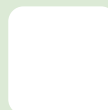
Hoe groter het dier, hoe meer gas in de lucht.



Schrijf < of >.



van



van

Fruit en groente van het seizoen

Wanneer kun je ze plukken?
Dat lees je af op de kalender.



fruit

	jan.	feb.	maart	april	mei	juni	juli	aug.	sep.	okt.	nov.	dec.
						✓	✓					
					✓	✓	✓					
						✓	✓					
							✓	✓				
									✓	✓	✓	
								✓	✓	✓	✓	✓
							✓	✓	✓			

Welk vers fruit kun je eten in de maand mei?



In welke maanden kun je frambozen plukken?

 april • mei • juni • juli • augustus • september • oktober • november • december



In welke maanden kun je peren plukken?

 april • mei • juni • juli • augustus • september • oktober • november • december



groente	jan.	feb.	maart	april	mei	juni	juli	aug.	sep.	okt.	nov.	dec.
							✓	✓	✓			
	✓	✓									✓	✓
							✓	✓				
					✓	✓						
						✓	✓	✓	✓	✓	✓	
					✓	✓	✓	✓	✓			
					✓	✓	✓	✓	✓	✓		

Welke groenten komen vers van het veld in de maand mei?



In welke maanden kun je komkommers plukken?

 april • mei • juni • juli • augustus • september • oktober • november • december

Wil je graag groente vers van het veld?
Die kun je gaan plukken op de zelfplukboerderij.
De kleur van de vlag vertelt wanneer je mag plukken.
Bv.



nog niet plukken



klaar om te plukken



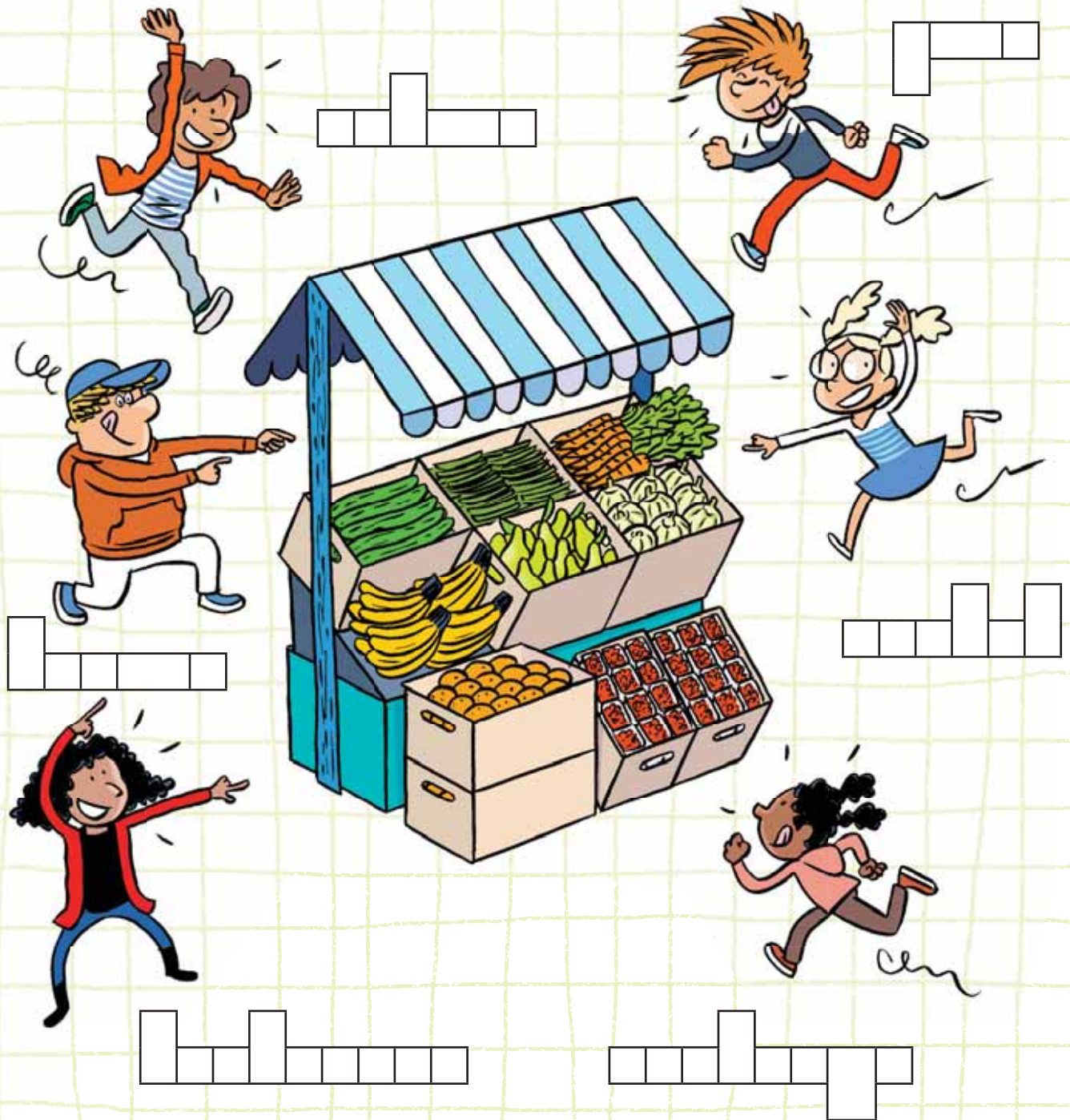
Gezonde tussendoortjes

Ook tussen de maaltijden kun je stukjes fruit of groente eten!

Wat kiezen deze kinderen?

Vul de **naam** van het fruit of de groente in.

Kijk naar de **vorm** van de vakjes.



komkommer



wortel



banaan



peer



meloen



mandarijn

							1  vrijdag	2 zaterdag	3 zondag
							8 vrijdag	9 zaterdag	10  zondag
							15 vrijdag	16 zaterdag	17 zondag
							22 vrijdag	23 zaterdag	24 zondag
							29 vrijdag	30 zaterdag	31  zondag
							6 woensdag	7 donderdag	
							13 woensdag	14 donderdag	
							20 woensdag	21  donderdag	
							27 woensdag	28 donderdag	
							4 maandag	5 dinsdag	
							11 maandag	12 dinsdag	
							18 maandag	19 dinsdag	
							25 maandag	26 dinsdag	

ZONNEKIND

Voor België: Uitgeverij Averbode nv, Postbus 54, 3271 Averbode. Tel. +32 (0)13 78 01 16 - fax +32 (0)13 78 03 83 - e-mail: basisonderwijs@uitgeverijaverbode.be - website: www.uitgeverijaverbode.be

Voor Nederland: Uitgeverij Averbode nv, Postbus 54, 3271 Averbode, België. Tel. 0499 788116 - e-mail: info@uitgeverijaverbode.nl - website: www.uitgeverijaverbode.nl

Verantwoordelijke uitgever: Filip Noël, Abdijstraat 1, 3271 Averbode • Gedelegeerd bestuurder: Barbara Vangheluwe • Zonnekind • ISSN 0772-7402 • Deze uitgave ondersteunt de actie van OVAM, die het milieu wil beschermen door het optimale hergebruik

van papier aan te moedigen. Dit tijdschrift en het leesboek worden gedrukt op milieuvriendelijk papier. • De verkoopvoorwaarden van dit product vindt u op www.uitgeverijaverbode.be/verkoopvoorwaarden. • Onder voorbehoud van alle rechten. Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen, gereproduceerd, verspreid of op andere wijze meegedeeld aan het publiek zonder uitdrukkelijke voorafgaandelijke toestemming van de uitgever. • De persoonlijke gegevens die door u verstrekt worden, worden door Uitgeverij Averbode nv en Uitgeverij AverbodeErasme nv, Abdijstraat 1, 3271 Averbode, gebruikt om u op de hoogte te houden van hun activiteiten en uitgaven. Op eenvoudig verzoek kunt u uw gegevens inkijken en eventueel verbeteren. • Ondanks al onze inspanningen om aan de verplichtingen inzake het beeldmateriaal van dit nummer te voldoen, is het mogelijk dat bepaalde rechthebbenden ons onbekend gebleven zijn. Wij stellen ons ter beschikking voor het oplossen van hun probleem.

De redactie: Hoofdredactie: Sonja Wuytens • Coordinatie: Kathleen Schuyten • Eindredactie: Greet Maes & Louisa Constant • Archief: Greet Van Dessel • Prepress: Chris Beelen • Artdirector: Guido Goris • Vormgeving: Christine Van Beers & Sofie Moons



Robbe en Bas



groentefeest



Zonnekind

speel je mee?

naam



zoek de weg naar de mol.



© Peyo - 2020

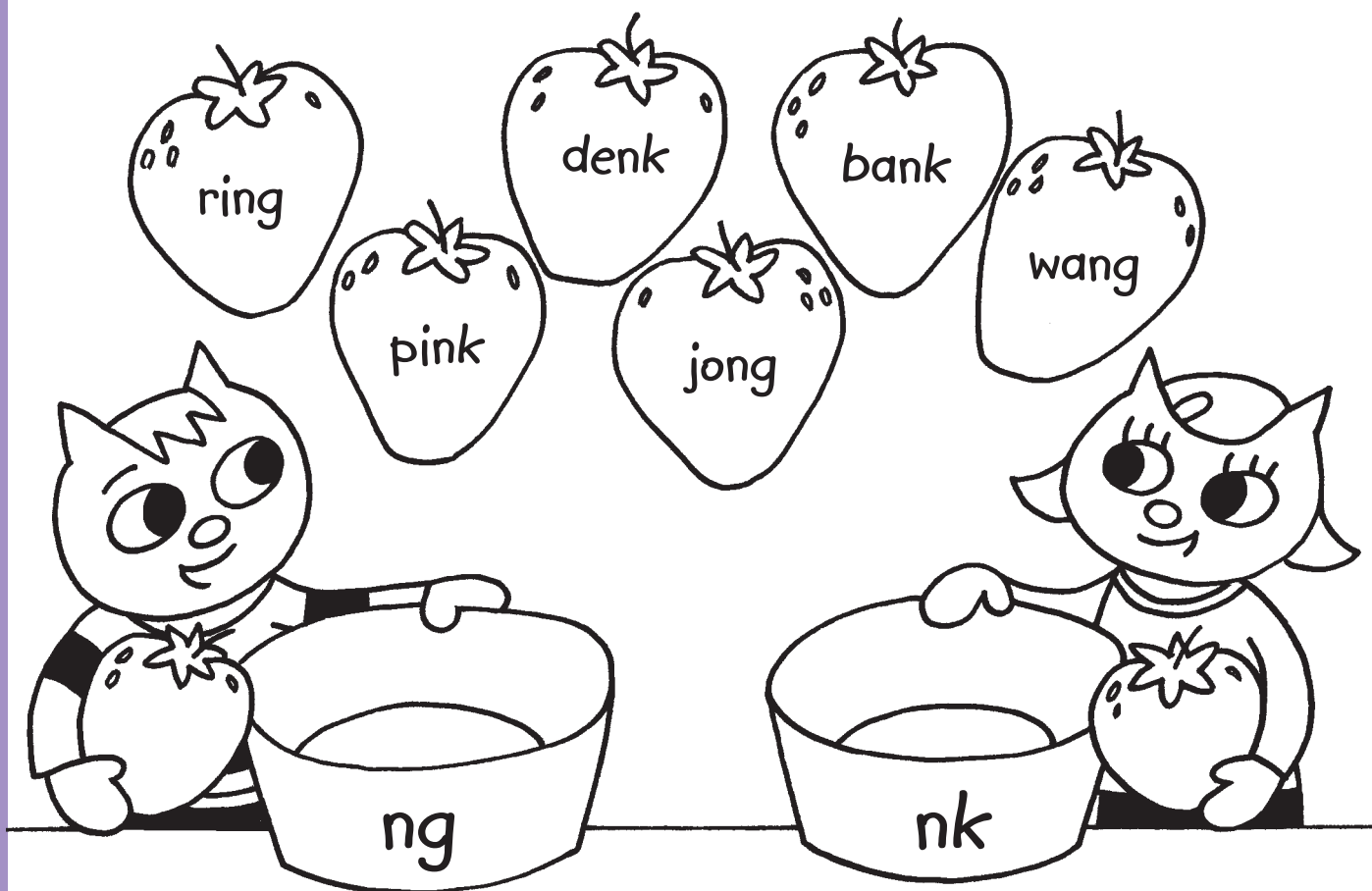
- Licensed through I.M.P.S. (Brussels) - www.smurf.com



sep en bes

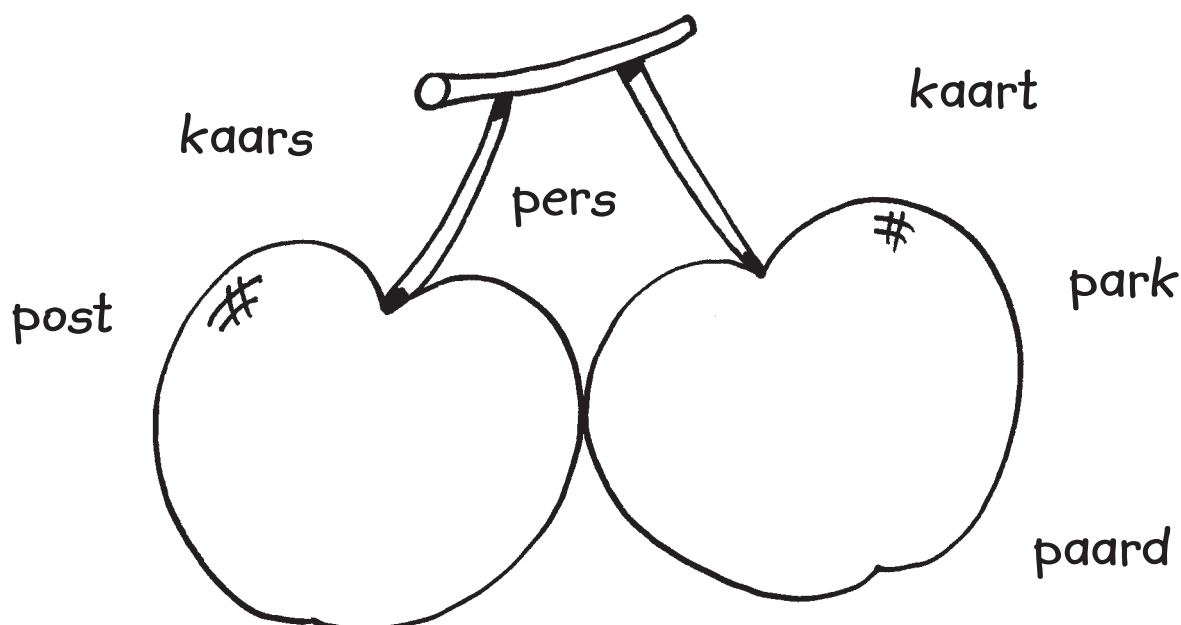
1. waar hoort het woord thuis?

 trek een lijn.



2. wat rijmt op ke rs ?

 schrijf het in de kers.



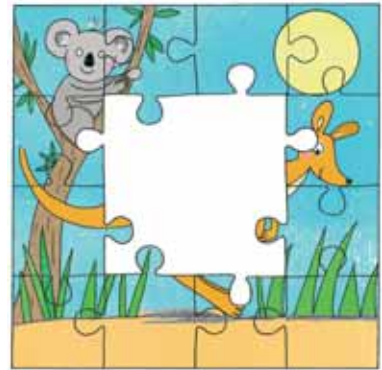


speel mee met wombat



wil je nog meer zulke vragen?
kijk dan op
www.kangoeroe.org

- 1 lees maakt de puzzel af.
welk stuk blijft over?



A



B



C

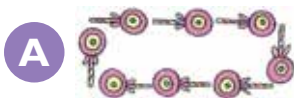


D



E

- 2 amir en brit maken figuren met lolly's.
amir neemt altijd 8 lolly's.
brit neemt er 7.
welke figuur is van brit?



A



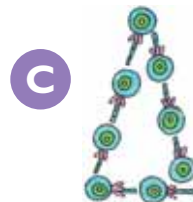
B



D



E



C

- 3 janne, de heks, laat 5 bezems vallen.
welke bezem is de onderste?



A

A

B

B

C

C

D

D

E

E



groenten in de mand

in welk seizoen kun je deze groenten plukken?

volg de weg naar de mand.
neem telkens een andere kleur.

