



Akkoordkoord: gezond eten

Doelstelling

- De leerlingen formuleren en beargumenteren hun mening over gezond eten. Ze durven hun mening te veranderen.

Materiaal

- Een koord
- Wasknijpers
- Kaartjes om op te noteren

Vorbereiding

Hang de uitspraken (zie verderop) zichtbaar in de klas. Hang bij elke stelling een koord.

Achtergrondinformatie

Toegang tot voldoende en gezond voedsel is vastgelegd als mensenrecht door de Verenigde Naties. Gezond eten betekent niet alleen geen honger hebben, maar ook voldoende vitamines, mineralen en eiwitten binnenkrijgen. Goed eten is een voorwaarde om te kunnen functioneren, groeien en leren. In sommige landen heerst grote honger. In België en andere welvarende landen krijgen de meeste kinderen dagelijks gezond voedsel binnen, maar ook hier geldt dat niet voor iedereen.

1. PRIKKEL

Werk je met het Westhoek Vredeshoeklied?

Maak de leerlingen attent op de eerste zin van de tweede strofe.

*Elke middag staat op tafel,
lekker en gezond eten voor jou klaar.*



Introduceer het thema met enkele vragen en informatie:

- **Wat heb je gisteren gegeten? Denk je dat dat een gezonde maaltijd was?**
- **Staat er elke dag een maaltijd voor jou klaar?**
- **Wie kookt er meestal thuis?**
- **Vind je gezond eten belangrijk?**

Elke dag kunnen eten is voor veel kinderen normaal. Wist je dat iedereen recht heeft op gezond eten? Dat is vastgelegd in het Verdrag van de Rechten van de Mens en dat van de Rechten van het Kind. 'Recht op gezond eten' betekent niet alleen dat je geen honger hebt, maar ook dat er gezonde vitamines, mineralen en eiwitten in je voedsel zitten.

2. JE MENING FORMULEREN EN BEARGUMENTEREN

Wijs de leerlingen op de stellingen.



1. Kinderen hebben recht op gezond eten en moeten verplicht worden om gezond te eten.
2. Ouders zouden verplicht moeten zijn om te tellen of hun kinderen voldoende voedingsstoffen binnenkrijgen.
3. In snackautomaten zou minimum 50 % van de snacks gezond moeten zijn.



TIP! Je kan een stelling vervangen door een andere (provocerende) stelling die beter past bij de klasgroep.

De leerlingen schrijven voor elke uitspraak/stelling op een kaartje hun naam en een argument waarom ze akkoord gaan, niet akkoord gaan of twijfelen.

Ze geven hun kaartje een plaats op het koord met een wasknijper. Spreek samen af welke kant van de koord overeenkomt met 'helemaal akkoord' en welke kant van de koord overeenkomt met 'helemaal niet akkoord'.

Bespreek voor elke uitspraak/stelling de plaats van de kaartjes klassikaal en laat de leerlingen hun mening beargumenteren.

3. JE MENING BEHOUDEN OF VERANDEREN

Wanneer er meerdere argumenten geweest zijn, mogen de leerlingen hun kaartje van plaats veranderen als ze dat willen. Daarbij kan een nieuw argument hun mening bepalen. Dat argument schrijven ze op de achterkant van het kaartje.



TIP! Zijn de meeste leerlingen het eens met elkaar? Vraag dan eens om welke reden iemand het omgekeerde zou denken of geef zelf argumenten voor een andere mening.

4. REFLECTEREN

Reflecteer over het eindresultaat en het denkproces van de leerlingen.

- **Wie heeft zijn mening (niet) gewijzigd? Waarom?**
- **Is het moeilijk om van mening te veranderen? Waarom?**
- **Wat heb je nodig om je mening te vormen?**

Het is belangrijk om je eerste mening los te (durven) laten. Je visie op de wereld kan veranderen op basis van nieuwe informatie. Daardoor kan ook je mening veranderen doorheen de tijd.



TIP! Werk eventueel met post-its. Dan kan je het koord ook tekenen, of de post-its aan de muur of op het bord hangen.