

Les 1 Van boerderij tot supermarkt

Bijna alles wat je eet en drinkt, komt uit de natuur.

- Boeren houden dieren en planten op hun boerderij. Veel eten en drinken komt daar vandaan. Maar niet alles.
- Snoep en cola worden in de fabriek gemaakt.
- Koffie, thee en rijst komen uit andere landen.
- Vroeger moesten mensen voor hun eigen eten zorgen. Nu kopen we het gewoon in de winkel.

Les 2 Je bent gemaakt van eten

Iedereen moet eten en drinken om te groeien. Om energie te krijgen. En om gezond te blijven.

- Alle mensen hebben zuurstof, eten en drinken nodig.
- Je lichaam maakt bouwstoffen van je eten. Daar groei je van.
- Je lichaam haalt brandstoffen uit je eten. Daar krijg je energie van.
- Je lichaam heeft verschillende etenswaren nodig om gezond te blijven.

Les 3 Vleeseters en planteneters

Het voedsel van dieren verschilt. Hun lichaam en gedrag is aangepast aan hun voedsel.

- De bek van dieren past bij wat ze eten.
- Vleeseters hebben scherpe tanden. Planteneters hebben platte kiezen. Alleseters hebben allebei.
- Vleeseters hebben hun ogen van voren. Ze zien daardoor beter bij het jagen. Planteneters hebben hun ogen opzij. Zo zien ze de vijand altijd aankomen.
- Planteneters en vleeseters hebben nog veel andere manieren om te overleven.

STAP 2 Begrippen

zuivel

Zuivel is melk. En alles wat je van melk kunt maken, zoals: boter, kaas en yoghurt.



fruit

Fruit is de eetbare vrucht van een plant. Je herkent fruit meestal aan de pitjes erin (appel) of erop (aardbei).



groente

Groente is het eetbare deel van een plant. De wortels, stengels, bladeren en knollen kun je vaak eten. Denk aan: spinazie, bloemkool en knolselderij.



zuurstof

Zuurstof is een stof in de lucht. Je krijgt het binnen als je inademt. Alle dieren en mensen hebben zuurstof nodig.

bouwstoffen

Je lichaam haalt bouwstoffen uit eten. Je hebt bouwstoffen nodig om te groeien.

vegetariër

Een vegetariër eet geen vlees en geen vis.

energie

Het lichaam haalt energie uit eten en drinken. Je hebt energie nodig om te bewegen en te denken.

brandstoffen

Het lichaam haalt brandstoffen uit eten. Je hebt brandstoffen nodig om energie te maken.

alleseters

Een alleseter eet planten en dieren. Mensen en beren zijn bijvoorbeeld alleseters.



prooi

Een prooi is een dier waarop een vleeseter jaagt.

Ga naar **STAP 2** in je werkboek.

