

Ervaringsgericht leren in de moestuin en met kookworkshops

SBO Het Mozaïek en de Anne Flokstraschool in Zutphen aan de slag met voedseleducatie.

Speciaal (basis)onderwijsscholen Het Mozaïek en de Anne Flokstraschool in Zutphen zijn samen met voedselcoach Gea Oosterveld het hele jaar door bezig met voedseleducatie. De onderbouwleerlingen gaan aan de slag in de moestuinbakken en in de bovenbouw zijn er kookworkshops. De activiteiten vallen in goede aarde bij de leerlingen en leerkrachten. Met de 'Lekker naar Buiten!'-subsidie van Jong Leren Eten werden de materialen voor het moestuinieren en koken bekostigd. Hoe ziet het groene plan van aanpak eruit van deze scholen?

SBO Het Mozaïek kon bij toeval meedoen met een voedselproject dat startte in de wijk waar de school ligt. Daardoor konden ze met behulp van voedselcoach Gea Oosterveld beginnen met voedseleducatie. Gea: "Het was al heel lang mijn wens om iets te doen voor leerlingen van het speciaal onderwijs. Ik ben samen met de school gaan kijken hoe we voedseleducatie schoolbreed konden oppakken en dat is gelukt. Leerkrachten vertellen me vaak dat ze zo verbaasd zijn wat voor positieve uitwerking het moestuinieren heeft op de leerlingen. Voedseleducatie is nu echt een onderdeel van de school".

Op de Anne Flokstraschool is het moestuinieren verwerkt in het vak kunst en cultuur. De leerlingen steken hun handen uit de mouwen in de moestuin. De plantjes krijgen water en leerlingen plukken groenten om in de klas uit te delen, zodat iedereen allerlei groenten kan proeven. In het klaslokaal worden de groenten en kruiden verwerkt tot lekkere recepten. Zo werd er courgettesoep gemaakt en kregen de leerlingen een workshop kruidenboter maken.

Voedselcoach Gea Oosterveld: 'Leerkrachten zijn vaak verbaasd over de positieve uitwerking van het moestuinieren op de leerlingen. Het zorgt zowel voor ontspanning, maar kinderen kunnen er ook hun energie kwijt.'

Moestuinieren

Het moestuinieren vindt plaats op de patio van beide scholen. Dit stukje grond werd niet gebruikt maar was vanwege de hoeveelheid zon en beperkte doorloop van leerlingen, zeer geschikt om een moestuinplek van te maken. Als eerst zijn er moestuinbakken aangeschaft. Wat een vlotte en fijne manier is om met moestuinieren aan de slag te gaan. De leerlingen van de onderbouw werken met de moestuinbakken. Gea: "Van leerkrachten heb ik vernomen dat ze het erg fijn vinden dat ik hun als voedselcoach ondersteun met de activiteiten. De drempel lag anders wel wat hoog om alle activiteiten zelf te leiden. We merken dat het moestuinieren zorgt voor een stukje ontspanning voor de kinderen. Ze kunnen er zowel hun energie kwijt als tot rust komen".



Kookworkshops: courgettepannekoekjes en groentenwraps

Gea geeft daarnaast in de bovenbouw ondersteuning bij de wekelijkse kookworkshops. I.v.m. corona is dat nu even uitgesteld. Gea: "Bij de kookworkshops zoek ik samen met de leerkrachten recepten uit en kijken we wat er moet gebeuren. We hebben de gerechten geleidelijk naar een hoger niveau kunnen tillen. Van slagroomsoesjes naar groentenwraps en courgettepannenkoekjes. Bij groep 4/5 en 5/6 is de Week van de Smaak georganiseerd met het gratis lesmateriaal van [Smaaklessen](#). Op verzoek van de leerkrachten van groep 5/6 en 6/7 zijn we aangesloten bij het thema Nederland, waarbij streekgroentes centraal stonden. Daarnaast zijn we aangesloten bij een les rond bouwen, zodat de leerlingen leerden hoe de moestuinbakken in elkaar werden gezet."

Ouders thuis laten proeven

Niet alleen de leerlingen genieten van hun zelfgemaakte gerechten, ze mogen ook altijd iets mee naar huis nemen. Zo kunnen hun ouders ook meeproeven. Gea: "De leerlingen zijn altijd erg trots op hun kookcreaties. Doordat ze het meenemen naar huis, breng je gezonde voeding ook onder de aandacht bij de ouders". Beide scholen willen in de toekomst ouders meer betrekken bij zowel de moestuin als de bijbehorende onderwijsactiviteiten.

Tips voor andere scholen

Het Mozaïek, de Anne Flokstraschool en Gea hebben enkele tips voor scholen die eveneens willen starten met moestuinieren:

1. Zorg er allereerst voor dat leerkrachten het belang inzien van voedseducatie, zodat de bereidheid er is om dingen te organiseren. Aan de andere kant merk je dat 'gewoon doen' er ook voor zorgt dat leerkrachten die minder enthousiast zijn, vanzelf enthousiaster worden.
2. De school moet ervan overtuigd zijn dat ervaringsgericht leren echt werkt voor de leerlingen, want dat is natuurlijk waar het moestuinieren (en koken) om draait.
3. Begin kleinschalig: met een paar moestuinbakken kun je al beginnen met moestuinieren. Zorg er wel voor dat je een mooie, zonnige plek hebt voor de bakken. Maar ook één appelboom op je schoolplein kan al het vertrekpunt zijn voor lessen voedseducatie.
4. Probeer de [Lekker naar Buiten!-subsidie van Jong Leren Eten](#) hiervoor in te zetten. Daarmee kun je de benodigde materialen voor zowel het moestuinieren als koken aanschaffen. Als je die materialen eenmaal hebt, kun je makkelijk verder.
5. Doordat we dit als twee scholen gezamenlijk hebben gedaan, hadden we meer budget om materialen aan te schaffen.

