

## Activiteitenfiche aardappelsla met spekjes, ui, spinazie en gebakken ei



**Leeftijd :** zevenjarigen

**Aantal kinderen :** maximaal 5 (kan je twee keer doen als je tijd hebt)

**Locatie :** kookhoek in de klas

### **Materialen :**

- ingrediënten : 2 grote vastkokende aardappelen, bakboter, 150 gr spekreepjes, 1 ui, handvol jonge spinazie, een takje verse tijm, water, pepermolen, zout, 6 eieren
- keukenmateriaal : dunschiller, keukenmes, kookpot, vergiet, 2 snijplanken , schaar, diep bord, 2 steelpannen, houten spatel , keukenrol
- eetgerief : zes borden, 5 messen, 5 vorken, tafeltje om aan te eten

### **Lesverloop :**

- Inleiding : vandaag maken we lekkere aardappelsla met spekjes, uien, spinazie en een gebakken eitje  
eventueel samen naar het filmpje kijken : <http://www.youtube.com/watch?v=72Yp6Ltzbt0>, schort aan en handen wassen
- Kern : bespreken van de materialen en koken van de aardappelsla en bakken van het eitje
- Slot : proeven

**Spelidee :** koken

### **Afspraken :**

- We lopen niet rond met de messen
- We komen één voor één bij de leerkracht ons eitje bakken
- We zijn rustig in het kookgedeelte van de klas

- Indien de afspraken niet worden nageleefd moet je even de kookhoek verlaten
- Indien er iets ernstig gebeurt roepen jullie de leerkracht

### Mogelijke spelimpulsen :

1. Schil de aardappelen, was ze en snijd ze in blokjes van een centimeter. Doe ze in een kookpot en voeg water toe tot de aardappelblokjes net onder staan. Voeg een snuifje zout aan het water toe en kook de aardappelen een tiental minuten. Giet af en laat even uitdampen. (2 kinderen)
2. Knip het spek in fijne reepjes. Verhit een braadpan, zoek naar de juiste stand en probeer te laten voelen (boven de pan) wanneer de pan warm genoeg is. Bak het spek in twee minuutjes krokant, haal het uit de pan en laat uitlekken op keukenpapier. (1 kind)
3. Pel (leerkracht) en snipper de ui (1 kind). Knip de spinazie in kleinere stukjes (1 kind). Verhit een diepe pan en smelt er een eetlepel boter in. Bak de uien samen met de aardappelblokjes in een vijftal minuten lichtbruin. Voeg de rauwe spinazieblaadjes toe en laat nog 1 minuut verder bakken. Voeg het spek en de verse tijm toe. Meng alles goed door elkaar. Breng op smaak met peper, zout.
4. Verhit de pan, voeg boter toe en bak er telkens een spiegeleitje in (elk kind bakt 1 eitje). Leg elk bord een torentje aardappelsla. Leg het spiegelei bovenop het torentje. Smakelijk!

### Gradaties

Je kan graderen in welk materiaal je laat gebruiken of in hoeveel vrijheid je aan het vuur toelaat afhankelijk van de handigheid en de ervaring van het kind

### Reflectievragen (voor tijdens de handelingen) :

#### HANDEN WASSEN – SCHORT AANTREKKEN

- Waarom wassen we onze handen voor we koken?
- Waarom doen we een schort aan voor het koken?

#### MES

- Kan je makkelijk met dit mes snijden? Hoe komt dat?
- Mag je thuis ook met een mes werken?
- Is dat hetzelfde mes als je hier gebruikt?
- Welk mes gebruikt mama?
- Wat moet je doen als je in je vingers snijdt? Wonde dichtdrukken tot ze stopt met bloeden en dan spoelen met water

#### KOOKPLAAT EN PAN

- Denk je dat het toestel heel warm is?
- Wat gebeurt er als je er met je vingers aankomt?

- Ik zet het toestel aan, voel maar eens met je hand boven de plaat hoe warm ze wordt.
- Wat moet je doen als je je zou verbranden? onder lauw water houden (zeker 20 min), bij een ernstige brandwonden er een vochtige doek op leggen en naar de dokter/spoed gaan

### **Tips naar veiligheid :**

- Zonder begeleiding van een leerkracht mag het kind de kookplaat niet alleen aanzetten
- Zonder begeleiding van een leerkracht mag het kind de kookplaat niet alleen gebruiken
- de leerkracht giet de aardappels af
- Loop niet rond met een mes
- Wijs niet in de richting van een andere persoon met een mes
- Gebruik het mes enkel waarvoor het dient (snijden)
- Berg het mes veilig op na gebruik
- Hou je vingers van het te snijden materiaal zoveel mogelijk samen bij het snijden
- Snij zoveel mogelijk weg van je lichaam
- Doe het lange haar van kinderen in een staartje, rol mouwen op en doe iedereen een schort aan
- Hou ovenwanten in de buurt van het vuurtje
- Ruim gemorste etensresten meteen op
- Schakel het vuur onmiddellijk uit na gebruik

### **Eindtermen**

- \* motorische competenties : 1.2, 1.3, 1.4, 1.26, 1.27
- \*Nederlands : 1.1, 2.1, 2.5, 2.6, 2.9, 2.10
- \* WO (gezondheid – milieu – techniek – mens) : 1.19, 120, 1.21, 1.23, 2.16, 2.18, 3.1, 3.2
- \* Wiskunde (getallen – meten) : 1.1, 1.8, 2.3
- \* leren leren: 6
- \* sociale vaardigheid :1.2 , 1.3

### **Bronnen**

<http://www.solo.be/nl/recepten/warme-aardappelsla-met-spekjes-en-uien-spinazie-en-eeen-gebakken-eitje.htm>

# VEILIGHEIDSINSTRUCTIEKAART

Identificatie    Gebruik van kookplaat in de klas

## 1. Algemene veiligheidsvoorschriften geldend in klas



### VERBODEN

- Zonder begeleiding van een leerkracht mag het kind het toestel niet alleen aanzetten
- Zonder begeleiding van een leerkracht mag het kind het toestel niet alleen gebruiken

## 2. Instructies bij noodsituaties



### Noodgeval!

Defect aan mechanische onderdelen met brandwonde als gevolg (elektrocutie) of brandwonde door aanraking van de kookplaat of kookpot

### Actie bij noodgeval!

- **eerst water de rest komt later!**
- zorg voor de veiligheid van jezelf, de leerling en de omstaanders door het toestel stil te zetten en de stekker uit te trekken
- koel de brandwonde zo snel mogelijk af met koel of lauw water van de kraan. Als je dit niet hebt, gebruik dan flessenwater. Doe dit 15 tot 20 minuten lang of tot de leerling geen pijn meer heeft.
- Blijf zelf rustig en stel de leerling gerust
- Laat de leerling zitten
- Verwijder kleding en juwelen als ze niet aan de huid kleven
- Leg na het koelen een nat verband aan
- Prik blaren als er die zijn niet open
- Gebruik geen zalf bij de eerste hulp
- Ga met de leerling naar een arts of ziekenhuis
  - o Als hij een ernstige brandwonde heeft
  - o Als hij niet ingeënt is tegen tetanus
  - o Als hij jonger is dan vijf jaar
  - o Bij brandwonden in het gezicht, oren, gewrichten of geslachtsdelen
  - o Bij ernstige brandwonden aan handen of voeten
  - o Bij brandwonden aan de luchtwegen
  - o Bij brandwonden waarbij de huid tot de diepste laag

	<p>verbrand is</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Bij brandwonden veroorzaakt door elektriciteit</li> <li>○ Als de brandwonden groter zijn dan 5% van de totale lichaamsoppervlakte</li> <li>○ Was je handen na het verzorgen</li> </ul>
--	--

### 3. Risico's

#### RISICO'S

- Verbranding door aan de kookplaat te komen
- Verbranding door tegen de pot die op de kookplaat staat te komen
- Verbranding door spatten van het voedsel dat bereid wordt
- Brandwonden
- Kwetsuren ogen en aangezicht
- Kwetsuren aan de handen
- Elektrocutie

### 4. Maatregelen om ongevallen te voorkomen.

#### PREVENTIE



- Contact met de hitteplaten vermijden.
- Geen omstanders in de buurt van het toestel dulden indien deze in werking
- Zorg dat het toestel steeds van een goede aarding voorzien is
- Giet geen water op heet vet
- Vermijd oververhitting door langdurig gebruik
- Zorg ervoor dat kinderen niet over het snoer kunnen struikelen
- Laat het toestel keuren door de veiligheidsadviseur

# VEILIGHEIDSINSTRUCTIEKAART

Identificatie **Gebruik van een mes in de klas**

## 1. Algemene veiligheidsvoorschriften geldend in klas



- loop niet rond met een mes
- wijs niet in de richting van een andere persoon met een mes
- gebruik het mes enkel waarvoor het dient (snijden)
- berg het mes veilig op na gebruik
- hou je vingers van het te snijden materiaal zoveel mogelijk samen bij het snijden
- snij zoveel mogelijk weg van je lichaam

## 2. Instructies bij noodsituaties



**Noodgeval!**

**Actie bij noodgeval!**

snijwonde

- blij rustig en stel de leerling gerust
- zorg ervoor dat je niet in contact komt met bloed van de leerling. Was je handen en doe wegwerphandschoenen aan.
- Als de wonde nog niet vanzelf gestopt is met bloeden, stelp je eerst de bloeding door rechtstreeks op de wonde te drukken
- Spoel de wonde met zuiver stromend water van de kraan. Als er geen kraan in de buurt is gebruik dan ander drinkbaar water
- Laat het water rechtstreeks op de wonde stromen om het vuil uit de wonde weg te spoelen. Blijf spoelen tot er geen vuil meer in de wonde zit. Wrijf niet in de wonde om het vuil eruit te halen.
- Droog na het spoelen de omgeving van de wonde maar kom niet aan de wonde zelf
- Dek de wonde na het reinigen met een steriel kompres af. Als dit niet voorhanden is, gebruik dan een zuivere, droge doek. Je kan het kompres vastmaken met kleefpleisters of door middel van een verband.
- Was je handen na het verlenen van eerste hulp.

### 3. Risico's

#### RISICO'S

- Snij- en steekwonden aan de bovenste ledematen door verkeerd gebruik.
- Snij- en steekwonden doordat het mes uit de hand glijdt
- Snij- en steekwonden aan vingers en hand, die het te snijden stuk vasthouden, door uitschuiven met het mes over een stuk.

### 4. Maatregelen om ongevallen te voorkomen.

#### PREVENTIE



- op je plaats blijven zitten bij het werken met een mes
- niet wijzen of steken naar andere personen bij het gebruiken van het mes
- messen na gebruik steeds veilig opbergen
- hou je vingers zo veel mogelijk samen op het te snijden materiaal