



## Moestuinlessen van Maaike voor GROEN CEMENT



moestuinieren met kinderen van 0-12

op het kinderdagverblijf, peuterspeelzaal

en de buitenschoolse opvang



we starten met een gedicht

Winter

Het sneeuwt

Wit

Witter nog

Wit sneeuw wit.

Stil is de stilte.

Diep is de verte.

Diepe verre verte.

Wit sneeuw wit

Enkel verweg

Een kleine zwarte stip.

(Bron: Kinderversjes/Den gulden engel)

Winterkleur

Kijk de tuin nou donker kijken.

Kale struiken, kale bomen.

Ja. De herfstwind heeft haar laatste  
oude kleuren meegenomen.

Zou zij uitzien naar de lente  
die vol nieuwe kleuren zit?

Nee. Die hoeft nog niet te komen.  
Zij wacht op het winterwit.

(Bron: Binnenste Buiten/Holland)



Nodig:

- grote betonbakken als moestuinbakken of vierkante meter bakken klaarzetten.
- vullen met tuinaarde.
- activiteiten kunnen binnen en buiten.

0-3 jaar winter

**\* aarde voelen / spelen met klei**



*benodigdheden:*

- zak zandbakzand, zak tuinaarde
- een afgebakend stukje in de zandbak voor het zwarte zand (jute zakken of vuilniszakken eronder) of grote antilekbakken die onder wasmachines gezet worden.  
alternatieve optie is het gebruiken van zandtafels of grote emmers als je de kinderen enkel wilt laten voelen met handen
- brood klei
- groot kleed op de grond met klei-ballen erop
- evt. bakjes, lepels, ijscheppen, pannen, gardes
- activiteit kan eventueel ook binnen of onder een afdak / tarp

*voorbereiding:*

rustige plek om het zand uit te spreiden / neer te zetten.  
zand en klei klaarzetten

*tijdsduur van de activiteit*

15 minuten. langer kan.

*intro*

onder je voeten is de grond. die is overal verschillend. de grond voelt overal anders en ziet er ook anders uit. er is bijvoorbeeld klei, aarde en zand. kun jij het verschil voelen? kan je ermee spelen?

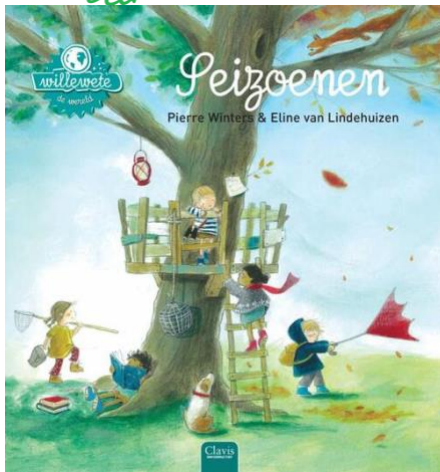
*uitvoering*

kinderen in de bakken zetten en erdoorheen laten kruipen / lopen. spelen met trechters, lepels, pannetje. water toevoegen is ook een optie.

oudere kindjes kunnen een glazen pot vullen met verschillende (in kleur) laagjes zand.

woorden geven aan wat de kinderen kunnen ervaren: donker, licht, warm, koud, zacht, dun, glad, plakkerig, zwart, geel, kriebelig, eng, fijn, gek, bodem, etc.

zijn de kinderen op hun gemak, dan is dit een leuke plek om een verhaal voor te lezen. boekentips:



*afsluiting*

we hebben gespeeld met zand, aarde, klei, grond. dat zit allemaal in de bodem, in onze aarde.



0-3 jaar winter

**\* spelen met takken.**

*benodigdheden*

- verzamel VEEL takken en zoek verschillende soorten en maten. ga uit van een shopper vol per kind.
- afbeeldingen van bomen in boeken
- liedje / versje over bomen

*voorbereiding*

maak een keus voor of een gezamenlijke takken 'bos', of per kind een afgebakend en dus eigen matje met takken.

*tijdsduur*

15 minuten. langer kan.

*intro*

liedje / gedichtje over de takken aan de bomen.

de bomen hebben veel takken laten vallen en jij mag er mee spelen.

optioneel: ga als begeleider eerst zelf tussen de takken zitten en 'ontdek' de takken: voelen, van begin tot einde aanraken, buigen, knakken, tak op tak tikken, opstapelen, bast eraf peuteren.

*uitvoering*

de kinderen gaan samen of ieder in het eigen takkenbosje zitten en gaan ontdekken en spelen.

is een kind vlug uitgespeeld, geef dan een bolletje wol in de hand. maak evt het uiteinde vast om een van de takken door het eromheen te wikkelen.

*afsluiting*

samen alle takken naar een afgesproken plek brengen. misschien kan er op het plein mee verder gespeeld worden? wil je later de activiteit 'nestje maken op de grond' gaan doen met de kinderen, houd dan een goeie hoeveelheid dunnere takken apart (of zoek tegen die tijd nieuwe (-;))



0-3 jaar winter

**\* tuinkers zaaien**

*benodigdheden*

- tuinkerszaadjes
- schoteltjes,
- wit keukenpapier
- water
- plantenspuit
- plaatje van tuinkersplantjes zodat de kinderen weten waar ze naartoe werken

*voorbereiding*

materialen klaarzetten voor alle kinderen

*tijdsduur*

15 minuten

*intro*

vertel dat uit een zaadje een plant groeit. een zaadje heeft water en licht nodig om te groeien. wij gaan plantjes laten groeien die we kunnen eten op een broodje. het heel tuinkers.

*uitvoering*

geef elk kind een schoteltje. doe vervolgens voor; kinderen kunnen meteen meedoen of het later zelf doen.

\* vouw een keukenpapiertje 2x dubbel

\* leg het in een bakje met een laagje water een haal het er weer uit. leg het meteen op je schoteltje

\* strooi nu tuinkerszaadjes op het keukenpapiertje. de zaadjes liggen zoveel mogelijk naast elkaar.

\* de schoteltjes moeten op een lichte plek staan, maar niet in de zon.





#### *afsluiting*

bespreek hoe het verder gaat met de zaadjes op de schoteltjes: niet aankomen maar wel heel goed kijken. elke dag even natspuiten met de plantenspuit. na een week kun je de plantjes eten. lekker op een broodje!

0-3 jaar winter

**\* bloembol (tulp/hyacint) in een bollenvaas laten groeien: wortels naar beneden zichtbaar en bloem boven**

#### *benodigdheden*

- bollenvazen (deze vazen hebben een smalle nek die de bol tegenhoudt; de onderkant is breder zodat de wortels in het water kunnen hangen en naar beneden kunnen groeien)
- 1 hyacint / tulpbol per vaas
- water
- afbeeldingen van hyacinten en tulpen
- gietertje



#### *voorbereiding*

zet de benodigdheden klaar

#### *tijdsduur*

10 minuten

#### *intro*

vertel dat sommige bloemen uit zaadjes groeien, en andere uit bollen. laat de bollen zien en de afbeeldingen en vertel wat jullie gaan doen.



#### *uitvoering*

vraag een kind de vaas met water te vullen tot net onder de smalle nek. laat de bol in de vaas doen. de bol raakt het water net niet aan. na enkele dagen zullen er worteltjes gaan groeien naar beneden in het water en aan de bovenkant komen stengel en uiteindelijk bloem te voorschijn.

#### *afsluiting*

zing samen het liedje 'de tulp en de narcis en de hyacint'.

elke dag even controleren of er nog voldoende water in de vaas zit.

als de hyacint is uitgekomen kan deze nageschilderd worden door de kinderen.

3-7 jaar winter

\* **ontkieming / geweekte bonen bekijken en ontleden / voorzaaien tuinbonen**

#### *benodigdheden*

- tuinbonen
- glazen pot
- platte bak
- plantenpotjes
- tuinaarde

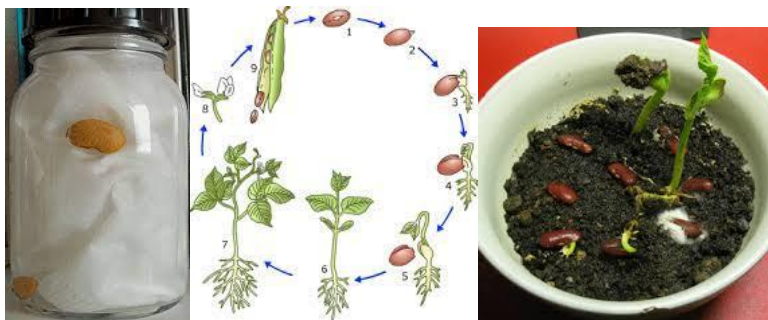
#### *voorbereiding*

**belangrijk!** week een dag voor deze activiteit per kind minimaal 1 tuinboon voor in de glazen pot (bonen in de pot stoppen en onder water zetten).

alle benodigdheden klaarzetten.

#### *tijdsduur*

30 minuten







#### *intro*

vertel de kinderen dat droge bonen nooit tot een plantje uit zullen groeien als je er niet iets mee doet. wat denk je dat de boon nodig heeft?

*\*water\*licht\*lucht\*voeding\*warmte*

in de boon zit een gaatje, het poortje. hierdoor drinkt de boon water en bewaart dat binnen. het kiemplantje zit verstopt binnenin de boon. laat de kinderen eerst het velletje, de zaadhuid, van de gewelde boon afpeuteren. vervolgens kan de boon in twee helften uiteen gebroken worden. dit zijn de zaadhelften. in een zaadhelft zie je het kiempje, het babytje, zitten.

doe je een voorgeweekte boon in de grond, dan groeit het kiempje uit tot een nieuw plantje. het maakt wortels naar beneden en een stengel omhoog. eten zit eerst nog in de zaadhelften, maar als de stengel langer wordt moet je voeding (compost) gaan toevoegen.

#### *uitvoering*

de kinderen gaan tuinbonen voorzaaien. ze doen aarde in een potje, tot net onder de rand. dan steken ze op de plekken bij het cijfer 4 op de dobbelsteen 4x het eerste vingerkootje in de aarde. vervolgens mag er in elk gaatje een tuinboon. dan een klein laagje aarde eroverheen tot aan de rand. klein beetje water geven en buiten neerzetten. doe er eventueel een natje overheen om hongerige duiven en andere zaadjeliefhebbers bij je bonen weg te houden.

#### *afsluiting*

elke dag even bij de bonen gaan kijken. zie je al iets? is de aarde nog vochtig genoeg?

*\*het filmpje buurman en buurman 'de kas' is heel illustratief bij dit verhaal. wel uitleggen dat de kunstmest die zij gebruiken niet goed is voor de natuur en dat je compost als verantwoord alternatief kunt gebruiken. ook zijn er kortere beelden te vinden van hoe een zaadje zich ontkiemt.*



3-7 jaar winter

**\* zaadballetjes maken van klei en aarde**

*benodigdheden*

- minimaal 2 verschillende soorten zaadjes. let op dat het inheemse soorten zijn, liefst zaden van bloemen die je in de buurt vaak ziet groeien. kies vb. goudbloemen en oost indische kers, zinnia..
- klei
- tuinaarde
- afbeeldingen van een eekhoorn en paardenbloempluisjes
- lege eierdozen

*voorbereiding*

Zet een bak met aarde klaar, een bak met de klei, de lege eierdozen en een bak met zaadjesmix.

*tijdsduur*

15 minuten, langer kan

*intro*

Laat zaadjes zien aan de kinderen. bespreek met ze hoe zaadjes zich verspreiden: door dieren, door de wind, door de plant zelf. geef voorbeelden van vb een eekhoorn die notjes verstopt op verschillende plekken en niet altijd alle plekken onthoudt. waar de notjes blijven liggen kan een nieuwe boom gaan groeien. en denk eens aan de pluisjes van een uitgebloeide paardenbloem. die pluisjes zijn allemaal zaadjes. Jij blaast of de wind blaast ze verder.

meestal regelt de natuur het zelf, maar omdat het niet zo goed gaat met de natuur en de insecten moeite hebben met het vinden van bloemen kunnen wij ze een beetje helpen. we gaan zaadballetjes maken en gooien die in de lente op verschillende plekken in de buurt, waardoor de zaadjes uit de balletjes kunnen ontkiemen en er bloemen gaan groeien.



#### *uitvoering*

Doe voor hoe je een zaadbal maakt: pak een stukje klei, maak eerst een baleetje en dan een pannenkoekje. dat pannenkoekje druk je in de zaadjes, dan maak je weer een balletje en dat rol je door de tuinaarde. je kneed het zodat alles goed mengt. als het klaar is leg je het in de eierdoos.

#### *afsluiting*

Spreek met elkaar af / zet op de kalender wanneer jullie een wandeling gaan maken om de zaadballen te gaan gooien.



3-7 jaar winter

**\* bloemenpers maken**

*benodigdheden*

- voor elk kind twee vierkante (multiplex-) plankjes (25 bij 40 cm is fijn)
- houtboor (maat boortje=formaat schroeven)
- per kind vier schroeven, 4 vleugelmoeren, 8 platte ringetjes
- stukjes (golf)karton
- keukenrol
- schuurpapier
- optioneel: hand/figuurzagen
- verf of wasco of kleurpotloden

*voorbereiding*

bedenk of je de kinderen zelf de plankjes wilt laten uitzagen met een hand/figuurzaag of dat je ze zelf voor zaagt of op maat koopt bij de bouwmarkt  
check ook even hoe de houtboor werkt zodat je goed aan de kinderen kunt uitleggen hoe ze moeten boren.

leg alle materialen klaar.

maak eventueel vast een plantenpers als voorbeeld.

*tijdsduur*

- zelf zagen: deel de activiteit in tweeën. eerste keer zagen. tweede keer boren en versieren. 45 minuten voor elke activiteit.
- voorgezaagde plakjes: 45 minuten.

*intro*

als je planten of bloemen zo mooi vindt dat je ze wilt bewaren, is drogen een goed idee. je kunt ze drogen tussen de bladzijden van een boek, maar in je eigen plantenpers kan ook. je kan zelfs een *herbarium* maken, een verzameling gedroogde planten.

wij gaan een plantenpers maken. laat een voorbeeld zien en leg uit hoe het werkt: je plantje of bloem leg je eerst tussen twee keukenpapiertjes, die leg je tussen twee golfkartonnetjes (alles vooraf op maat geknipt). de kartonnetjes met je plantje gaan vervolgens tussen de houten plankjes. die draai je stevig op elkaar door de vleugelmoeren goed dicht te draaien. Na ongeveer twee weken zijn je plantjes goed gedroogd en kan je ermee verder.

*uitvoering*

elk kind pakt de benodigde materialen.



stap 1: gaatjes boren. heb je maar 1 boormachine, dan is stap 1 ook de pers versieren met een tekening.

stap 2: karton en keukenpapier op de juiste maat knippen  
stap 3: randjes van je plankjes glad schuren

stap 4: ringetje op elke bout doen. de bout via de onderkant door de twee plankjes schuiven. dan de vleugelmoeren erop draaien.



stap 5: ga op zoek naar een mooi plantje voor je eerst droog-ronde.

*afsluiting*

samen opruimen.

wat kan je doen met je gedroogde planten / bloemen? samen ideeën verzamelen en een dit plannen voor over twee weken.



3-7 jaar winter

**\* tuinkers zaaien**

*benodigdheden*

- tuinkerszaadjes
- schoteltjes,
- wit keukenpapier
- water
- plantenspuit
- plaatje van tuinkersplantjes zodat de kinderen weten waar ze naartoe werken

*voorbereiding*

materialen klaarzetten voor alle kinderen

*tijdsduur*

15 minuten



*intro*

vertel dat uit een zaadje een plant groeit. een zaadje heeft water en licht nodig om te groeien. wij gaan plantjes laten groeien die we kunnen eten op een broodje. het heel tuinkers.

*uitvoering*

geef elk kind een schoteltje. doe vervolgens voor; kinderen

kunnen meteen meedoen of het later zelf doen.

\* vouw een keukenpapiertje 2x dubbel

\* leg het in een bakje met een laagje water een haal het er weer uit. leg het meteen op je schoteltje

\* strooi nu tuinkerszaadjes op het keukenpapiertje. de zaadjes liggen zoveel mogelijk naast elkaar.

\* de schoteltjes moeten op een lichte plek staan, maar niet in de zon.

*afsluiting*

bespreek hoe het verder gaat met de zaadjes op de schoteltjes: niet aankomen maar wel heel goed kijken. elke dag even natspuiten met de plantenspuit. na een week kun je de plantjes eten. lekker op een broodje!

7-12 jaar winter

**\* ontkieming / geweekte bonen bekijken en ontleden / voorzaaien tuinbonen**

*benodigdheden*

- tuinbonen
- glazen pot
- platte bak
- plantenpotjes
- tuinaarde

*voorbereiding*

**belangrijk!** week een dag voor deze activiteit per kind minimaal 1 tuinboon voor in de glazen pot (bonen in de pot stoppen en onder water zetten).

alle benodigdheden klaarzetten.



*tijdsduur*

30 minuten

*intro*

vertel de kinderen dat droge bonen nooit tot een plantje uit zullen groeien als je er niet iets mee doet. wat denk je dat de boon nodig heeft?

*\*water\*licht\*lucht\*voeding\*warmte*

in de boon zit een gaatje, het poortje. hierdoor drinkt de boon water en bewaart dat binnen. het kiemplantje zit verstopt binnenin de boon. laat de kinderen eerst het velletje, de zaadhuid, van de gewelde boon afpeuteren. vervolgens kan de boon in twee helften uiteen gebroken worden. dit zijn de zaadhelften. in een zaadhelft zie je het kiempje, het babytje, zitten.

doe je een voorgeweekte boon in de grond, dan groeit het kiempje uit tot een nieuw plantje. het maakt wortels naar beneden en een stengel omhoog. eten zit eerst nog in de zaadhelften, maar als de stengel langer wordt moet je voeding (compost) gaan toevoegen.

*uitvoering*

de kinderen gaan tuinbonen voorzaaien. ze doen aarde in een potje, tot net onder de rand. dan steken ze op de plekken bij het cijfer 4 op de dobbelsteen 4x het eerste vingerkootje in de aarde. vervolgens mag er in elk gaatje een tuinboon. dan een klein laagje aarde eroverheen tot aan de rand. klein beetje water geven en buiten neerzetten. doe er eventueel een natje overheen om hongerige duiven en andere zaadjesliefhebbers bij je bonen weg te houden.

*afsluiting*

elke dag even bij de bonen gaan kijken. zie je al iets? is de aarde nog vochtig genoeg?

*\*het filmpje buurman en buurman 'de kas' is heel illustratief bij dit verhaal. wel uitleggen dat de kunstmest die zij gebruiken niet goed is voor de natuur en dat je compost als verantwoord alternatief kunt gebruiken. ook zijn er kortere beelden te vinden van hoe een zaadje zich ontkiemt.*





7-12 jaar winter

**\* weerstation maken**

*benodigdheden*

- thermometer voor buiten. goed af te lezen voor kinderen.
- glazen pot of grote plastic drinkfles
- watervaste stift
- lange stok
- lange repen dunne lichte stof of plastic (van vb een vlieger of vuilniszak)
- kompas
- 4 bakstenen of 4 stokken met daarop/aan de letters N/Z/O/W
- liniaal
- evt. handje grind

*voorbereiding*

alle materialen klaarleggen

*tijdsduur*

*intro*

bekijk samen een weerbericht in de krant en / of op het journaal. bespreek waarover gesproken wordt. geef aan dat temperatuur, wind en neerslag altijd genoemd worden. alle drie kun je meten. besteed aandacht aan Celcius, mililiter en de windrichtingen en windkracht. wij maken vandaag een regenmeter, hangen een thermometer op en maken een windvaan

*uitvoering*

kies samen een goeie plek voor het weerstation.

**\*thermometer:**

hang de thermometer op en lees meteen de temperatuur af.

**\*regenmeter**

zet maatstreepjes op de glazen pot, van onder naar boven, bij elke millimeter een streepje. gebruik je een plastic fles, knip dan de bovenkant eraf en zet deze op de kop in de onderkant. verzwaar de fles met grind en vult de fles tot de bovenkant van het grind met water. zet hier een dikke streep (of een stukje tape). dit is je nulpunt. nu kun je de millimeters gaan tekenen op de fles.

**\*windvaan:**

met behulp van het kompas bepaal je samen waar noord, zuid, oost, west is op de plek van jouw weerstation. steek op die plekken de stokken in de grond of leg de bakstenen daar neer. In het midden zet je de stok met het lint eraan vastgeknoopt. bespreek nu hoe je kunt zien of het waait en waar de wind vandaan komt

*afsluiting*

maak samen een kalender voor de komende twee weken en schrijf daar per dag op: neerslag, wind, temperatuur. de kinderen kunnen zo dagelijks bijhouden wat voor weer het is. verdeel eventueel taken. na twee weken kunnen oudere kinderen het eventueel verwerken in grafiekjes.

- let op dat je de regenmeter steeds weer leeggooit







7-12 jaar winter

**\* bloemenpers maken**

*benodigdheden*

- voor elk kind twee vierkante (multiplex-) plankjes (25 bij 40 cm is fijn)
- houtboor (maat boortje=formaat schroeven)
- per kind vier schroeven, 4 vleugelmoeren, 8 platte ringetjes
- stukjes (golf)karton
- keukenrol
- schuurpapier
- optioneel: hand/figuurzagen
- verf of wasco of kleurpotloden

*voorbereiding*

bedenk of je de kinderen zelf de plankjes wilt laten uitzagen met een hand/figuurzaag of dat je ze zelf voor zaagt of op maat koopt bij de bouwmarkt  
check ook even hoe de houtboor werkt zodat je goed aan de kinderen kunt uitleggen hoe ze moeten boren.

leg alle materialen klaar.

maak eventueel vast een plantenpers als voorbeeld.

*tijdsduur*

- zelf zagen: deel de activiteit in tweeën. eerste keer zagen. tweede keer boren en versieren. 45 minuten voor elke activiteit.
- voorgezaagde plakjes: 45 minuten.

*intro*

als je planten of bloemen zo mooi vindt dat je ze wilt bewaren, is drogen een goed idee. je kunt ze drogen tussen de bladzijden van een boek, maar in je eigen plantenpers kan ook. je kan zelfs een *herbarium* maken, een verzameling gedroogde planten.

wij gaan een plantenpers maken. laat een voorbeeld zien en leg uit hoe het werkt: je plantje of bloem leg je eerst tussen twee keukenpapiertjes, die leg je tussen twee golfkartonnetjes (alles vooraf op maat geknipt). de kartonnetjes met je plantje gaan vervolgens tussen de houten plankjes. die draai je stevig op elkaar door de vleugelmoeren goed dicht te draaien. Na ongeveer twee weken zijn je plantjes goed gedroogd en kan je ermee verder.

*uitvoering*

elk kind pakt de benodigde materialen.

stap 1: gaatjes boren. heb je maar 1 boormachine, dan is stap 1 ook de pers versieren met een tekening.

stap 2: karton en keukenpapier op de juiste maat knippen

stap 3: randjes van je plankjes glad schuren

stap 4: ringetje op elke bout doen. de bout via de onderkant door de twee plankjes schuiven. dan de vleugelmoeren erop draaien.

stap 5: ga op zoek naar een mooi plantje voor je eerst droog-ronde.



*afsluiting*

samen opruimen.

wat kan je doen met je gedroogde planten / bloemen? samen ideeën verzamelen en een dit plannen voor over twee weken.



7-12 jaar winter

**\* rode bietensoep koken**



*benodigdheden*

- rode bieten 1kg
- zoete aardappel 250 gram
- grote ui 1
- knoflook 2 teentjes
- groentebouillonblokjes 2
- kokosmelk 200ml
- olijfolie
- gember 2cm
- soeppan
- staafmixer

hoeveelheden zijn voor ongeveer 10 kleine kommetjes soep

*voorbereiding*

alle benodigdheden klaarzetten. eventueel een stappenplan of een taakverdeling voor de kinderen maken.

*tijdsduur*

20 min. soep maken. 20 min soep laten koken. 5 min mixen. dan eten.

*intro*

vertellen over bieten

samen rode soep koken. maakt je warm van binnen.



#### *uitvoering*

- alle groente schillen en snijden in stukjes.
- ui fruiten
- blokjes biet, zoete aardappel, knoflook, bouillonblokjes toevoegen en 10 min samen roerbakken.
- zo nodig een klein beetje water erbij zodat het niet aanbakt
- na 10 minuten klein gesneden gember en ruim 1 liter water toevoegen en 20 min zachtjes laten doorkoken.

zet samen kommetjes of kopjes en lepels klaar

- vuur uitzetten, kokosmelk toevoegen, met de staafmixer de soep glad mixen.

#### *afsluiting*

smakelijk eten samen!

vergeet niet samen de afwas te doen en geef het recept mee naar huis.