



Werkblad

Naam:



STAD & NATUUR ALMERE werkt aan een groene en gezonde stad



Opdracht 1

Lees het verhaal hieronder.

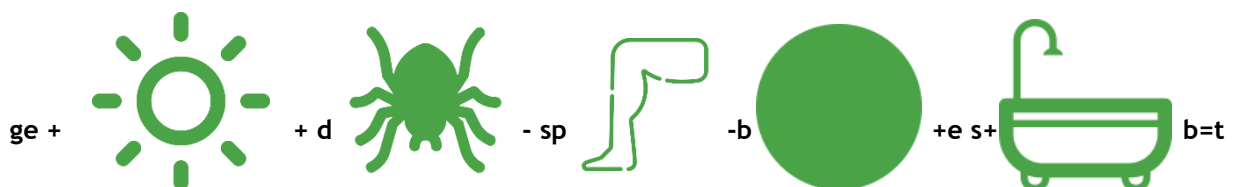
'Iedereen wil gezond zijn en gezond leven! We weten allemaal dat we goed moeten eten en veel moeten bewegen. Maar wist je dat ook een groene omgeving ons helpt gezond te zijn? Een groene omgeving is niet alleen mooi, het verbetert ook de gezondheid van de mensen in de buurt.

Met de aanleg van het arboretum op het Floriadeterrein zetten we stappen in wat groen kan doen voor de gezondheid en het welzijn van de inwoners van een stad.

Floriade is een wereldtuinbouwtentoonstelling, een tentoonstelling waar de Nederlandse tuinbouw een podium krijgt om aan de wereld te laten zien wat zij kunnen. Hier ontdek je groene oplossingen van innovators en slimmeriken over een groene en gezonde wijk van de toekomst. Op naar een groene toekomst!

Opdracht 2

Kun jij de rebus oplossen? Schrijf het antwoord hieronder op.



Antwoord:

Opdracht 3

Waar denk jij aan bij gezond leven? En wat doe jij zelf om gezond te zijn?
Denk aan eten, sporten, bewegen, de natuur ontdekken en rust zoeken.

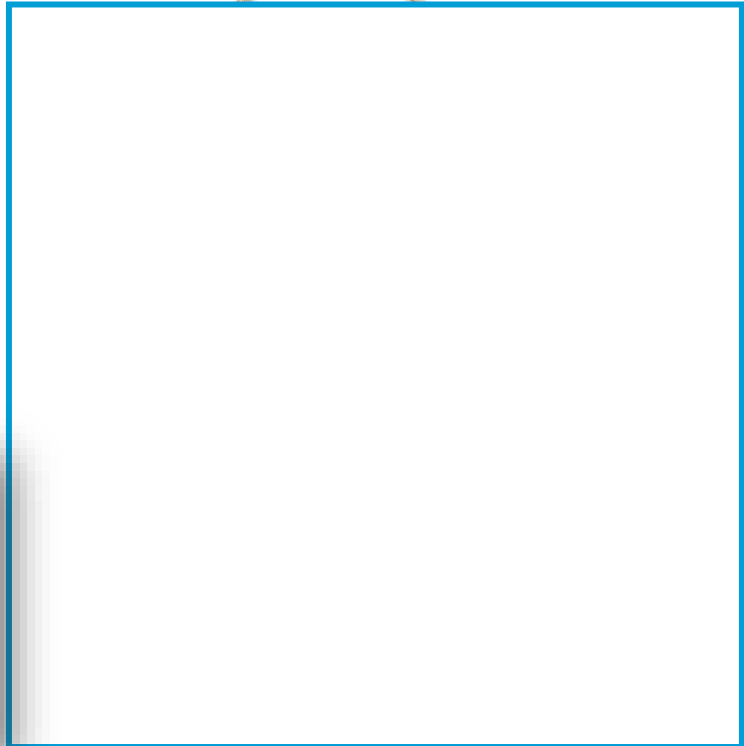
Dit ga je leren!

Je gaat deze les een aantal dingen leren. Kijk maar snel hieronder. Maar wat zou jij graag willen weten of leren over een gezond leven? Schrijf jouw vragen op!



Aan het einde van deze les:

- Weet ik welke aspecten bijdragen aan een gezond leven.
- Weet ik dat natuur bijdraagt aan mijn gezondheid.
- Weet ik dat buiten leren bijdraagt aan mijn concentratievermogen.
- Weet ik hoe ik een ontwerp kan maken en uitvoeren.



Opdracht 4

Gezond leven is niet alleen gezond eten, ook bewegen en een groene omgeving zijn enorm belangrijk! Het is tijd voor de grote 'Wat vinden wij gezond quiz!'. Kijk naar de plaatjes en zet een kruisje bij de gezonde keuze.

1) Wat vinden jullie gezonder? Fruit of snoep?



2) Wat vinden jullie gezonder? Sporten of gamen?

☐☐

3) Wat vinden jullie gezonder? Groene omgeving of grijze stad?

☐☐

4) Wat vinden jullie gezonder? Binnen spelen of buiten spelen?

☐☐

5) Wat vinden jullie gezonder? Stilzitten tijdens het leren of af en toe bewegen tijdens het leren?

☐☐

6) Wat vinden jullie gezonder? Binnen leren of buiten leren?

☐☐

Opdracht 5

Wat doe jij in je dagelijks leven om gezond te zijn? Wat kan je hier over vertellen? Schrijf het antwoord hieronder.

Opdracht 6

Lees de tekst hieronder en arceer de woorden uit het kader.



Arceer de woorden:

- Groene steden
- Duurzaam voedsel
- Schone energie
- CO₂
- Fijnstof
- Agroforestry
- Gewas
- Veesoort
- Kringloop



Floriade Expo 2022

Voel je goed in de gezonde stad

Groene steden. Duurzaam voedsel. Schone energie. Een gezonde plek om te leven. Steeds meer mensen vinden deze dingen belangrijk. Maar hoe krijg je ze voor elkaar? Op de wereldtuinbouwtentoonstelling Floriade vind je geweldige groene ideeën!

Gezondheid in de stad

We willen ons zo lang mogelijk goed voelen. Schoon water en een schone lucht en bodem helpen daarbij. Maar een gezond lijf en hoofd ook! Floriade Expo 2022 geeft inspiratie: hoe kunnen we de stad groener en gezonder maken?



1 Een schone lucht

De kunstenaars van Mothership gaven Floriade een bijzonder cadeau. Een drijvend bos! Het bestaat uit twintig gerecyclede boeien uit de Noordzee. Die zijn gevuld met Hollandse iepen. De bomen zorgen voor extra vergroening. Ook halen ze CO₂ en fijnstof uit de lucht. Je kunt het dobberende bos in 2022 zelf komen bekijken!



2 Een gezonde bodem

Hoe kunnen we beter voor de aarde zorgen? Bij agroforestry zet je bomen en struiken op dezelfde grond als landbouw of veeteelt. Je gebruikt de grond dus niet voor maar één gewas. Dat put de bodem uit. Agroforestry niet, en daarom is het beter voor de bodem. Maar ook voor planten, dieren en boeren! Want de boeren worden minder afhankelijk van één gewas, of één soort vee. Is dit de landbouw van de toekomst?

4 Een gezond hoofd

Hoe je denkt bepaalt hoe je je voelt, en hoe je presteert. Het is dus belangrijk om niet alleen je lichaam goed te verzorgen, maar ook je hoofd. Dat doe je door je brein te laten werken, en door genoeg te ontspannen. Op Floriade kun je aan yoga of meditatie doen bij het paviljoen van India. Daarmee leer je je hoofd en lichaam beheersen, zodat je je minder druk maakt. Wel zo gezond voor je hoofd!

3 Een fit lijf

Zelfs de speeltuinen op Floriade vertellen een verhaal. Je kunt er spelen op bijzondere speeltoestellen, waar je extra goed op kunt bewegen. Wel zo gezond voor je lichaam én je geest! De speeltoestellen zijn niet alleen bijzonder, ze zijn ook geïnspireerd op gezond voedsel. Herken jij op welk fruit of groenten ze lijken?



Floriade is maar eens in de tien jaar. Dus trommel gauw je klas, ouders of vrienden op en mis het niet! Meer info vind je op floriade.com.



Over Floriade Expo 2022

Op het Floriade-park beleef je een groen dagje uit, met je ouders of klas. Wat gebeurt er in onze tuinbouw? En in die van andere landen? Reis in één dag langs ruim veertig landen en honderden Nederlandse deelnemers. Hoe willen zij de steden leuker, groener en gezonder maken? Je ziet het van 14 april t/m 9 oktober 2022.

Opdracht 7

Je leert beter wanneer je vaak naar buiten gaat, je kan je beter concentreren én het is goed voor je gezondheid! Welke lessen wil jij naar buiten verplaatsen met jouw juf of meester?

Opdracht 8

Tijd om buiten een taalles uit te proberen!
Neem krijt en de woordenschatlijst van het artikel uit de Kidsweek mee naar buiten. Schrijf de woorden verdeeld over het schoolplein op. Eén iemand noemt de beschrijving van het woord op, de rest rent zo snel mogelijk naar het juiste woord.

Tijd om buiten een natuurles uit te proberen!
Hoeveel natuur kunnen jullie op het schoolplein vinden? Neem de zoekkaart mee, een krijtje en ga buiten op zoek naar planten en onkruid op het schoolplein. Wat vinden jullie allemaal?.



Opdracht 9

Zou jij wel vaker buiten les willen krijgen? Kruis aan.

☐☐

Opdracht 10

Is spelen op een natuurlijke speelplaats leuker? En, kom je meer tot rust in de natuur?

Opdracht 11

Het is tijd om zelf aan de slag te gaan met een natuurlijk schoolplein. Hoe ziet jouw droom-natuurlijke-schoolplein eruit? Onderzoek en ontwerp. Waar moet jouw natuurlijke schoolplein aan voldoen, staan er bomen en planten, waar kan je spelen en hoe? Maak met behulp van het ontwerpblad een plattegrond van jouw groene schoolplein. Bedenk van te voren of je dit alleen of in groepjes doet.

Denk bij het ontwerp na over een aantal onderdelen:

- Je moet er leuk kunnen spelen!
- Het moet groen en gezond zijn.
- Denk na over een buitenlokaal, dit kan bijvoorbeeld al met een tribune of een hut!
- Ontwerp maken met een ontwerp blad.

Wanneer is je groene schoolplein geslaagd?:

- Het wordt een natuurlijk, groen en gezond schoolplein!
- Je kan er spelen.
- Je kan er iets leren.

Randvoorwaarden:

- Ontwerp alleen of in een team een groen schoolplein voor jouw school.
- Gebruik ook natuurlijke of herbruikbare materialen.

NAAM _____

ONTWERP

DEZE SPEELTOESTELLEN KOMEN ER

HET BUITEN LOKAAL

© 2014 HET BUITEN LOKAAL

Opdracht 12

Hebben jullie meer inspiratie nodig? Ga dan lekker naar buiten en onderzoek jullie huidige schoolplein. Bekijk de speeltoestellen en de ruimte eens goed, wat mis je en zou je graag toevoegen?

Opdracht 13 Ontwerpen maar!

Gaan jullie maquettes maken van de bouwtekening? Ga dan nu aan de slag. Let bij de bouw goed op je bouwtekening en denk eens aan oude, gebruikte materialen om mee aan de slag te gaan. Bij een groen schoolplein kan je materialen uit de natuur ook goed gebruiken.

Randvoorwaarden:

- Ontwerp alleen of in een team een groen schoolplein voor jouw school.
- Gebruik ook natuurlijke of herbruikbare materialen.

Wanneer is je groene schoolplein geslaagd?:

- Het wordt een natuurlijk, groen en gezond schoolplein!
- Je kan er spelen.
- Je kan er iets leren.

Dit heb je geleerd



- Ik weet welke aspecten bijdragen aan een gezond leven.
- Ik weet dat natuur bijdraagt aan mijn gezondheid.
- Ik weet dat buiten leren bijdraagt aan mijn concentratievermogen
- Ik weet hoe ik een ontwerp kan maken en uitvoeren.



- Welke vragen die jullie hadden zijn beantwoord?
- Zijn er ook nog vragen onbeantwoord gebleven?
- Kun je misschien het antwoord op je vragen op Floriade vinden?

Tot slot

Komen jullie volgend jaar een kijkje nemen op Floriade? Vanaf 14 april 2022 kunnen jullie op het terrein spelen in een groot aantal bijzondere speeltoestellen. Nog meer dan jullie vandaag al hebben kunnen zien! Op Floriade vind je daarnaast een paar geweldige groene ideeën hoe je steden groener, leuker en leefbaarder maakt.

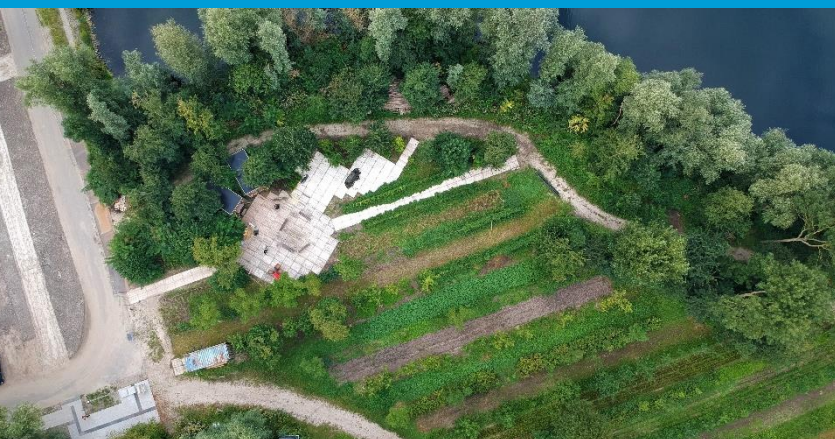
Dit is er allemaal nog meer te zien en te beleven op Floriade!



Een gezonde lucht: De kunstenaars van Mothership gaven Floriade een bijzonder cadeau. Een drijvend bos! De bomen zorgen voor extra vergroening. Ook halen ze CO2 en fijnstof uit de lucht. Je kunt het bos bekijken vanuit de kabelbaan, vanuit de boot, of vanaf het terras aan het water.



Een gezond hoofd: Hoe je denkt bepaalt ook hoe je je voelt. Het is belangrijk om ook je hoofd te verzorgen door onder andere genoeg te ontspannen. Op Floriade kun je aan yoga of meditatie doen. Daarmee leer je tot rust te komen, zo dat je je minder druk maakt.



Een gezonde bodem: Bij agroforestry zet je bomen op dezelfde grond als landbouw of veeteelt. Je gebruikt een stuk grond dus niet voor maar één gewas. Dat put de bodem uit. Agroforestry is beter voor de bodem, planten, dieren én boeren.



Theatervoorstelling: Speciaal voor kinderen is er op Floriade een dagelijkse voorstelling in een theater gemaakt van natuurlijk materiaal. Deze wordt gegeven door BonteHond!



Een gezond lijf: Op Floriade beleef je ontzettend toffe en innovatieve speeltoestellen. Zie jij op welk soort fruit deze speeltuin gebaseerd is?



Floriade Kids Expeditie: Op Floriade kun je middels de expeditie het park gaan ontdekken. Bezoek de highlights en speur door het park naar clues.