

WATER
LICHHAAM
MILIEU UNIEK
ESSENTIEEL
ZIJN
ORGANISME
ONMISBAAR
VOEDING
BEHOEFTE
ELEMENT
LEVEN
EVENWICHT



Beste ouders,

Over enkele weken beginnen we in de klas aan een nieuw project rond water.

Alle onderzoeken die wereldwijd gebeuren rond dit thema, komen tot dezelfde conclusie: **kinderen drinken onvoldoende water**. Dit kan verschillende oorzaken hebben: er niet aan denken, uit tijdsgebrek, geen water ter beschikking hebben tijdens de dag, geen proper sanitair, enz. Water is echter onmisbaar voor de werking van ons lichaam. Onvoldoende hydratatie kan bijvoorbeeld de cognitieve vaardigheden beïnvloeden, zoals het concentratievermogen. De doelstelling van dit project is om kinderen al van kleins af aan kennis te laten maken met de smaak van water en erop te wijzen hoe belangrijk het is om voldoende te drinken.

We zullen het thema water bekijken vanuit drie verschillende oogpunten:

01 WATER, EEN ESSENTIEEL BESTANDEEL VAN HET MENSELIJK LICHAAM.

In het eerste luik hebben we aandacht voor de verschillende functies van water voor het lichaam. Ook hydratatie en de manier waarop water het lichaam binnenkomt en verlaat, komen aan bod.

02 WATER, EEN ONMISBAAR ONDERDEEL VAN ONZE VOEDING.

Kinderen begrijpen al snel dat dranken water bevatten, maar ze weten niet altijd dat ook vast voedsel water bevat. In dit tweede luik van het project ontdekken de kinderen ook wat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water is. Bovendien leren ze dat water de beste keuze is als ze dorst hebben.

03 WATER, UNIEK EN DIVERS TEGELIJK.

In het derde en laatste luik zetten we de verschillende bronnen en soorten water in de kijker. Water is immers helemaal niet saai: je kan kiezen tussen plat of bruisend, kraantjes-, bron- of mineraalwater. Keuze genoeg!

Om deze informatie op een speelse manier over te brengen, omvat elk luik een reeks oefeningen. We rekenen op jullie medewerking om deze oefeningen thuis nog eens te herhalen. Jullie rol als ouders is essentieel om de kinderen te motiveren!

Bij voorbaat dank voor jullie medewerking.
Met vriendelijke groeten,

Het lerarenkorps