



LESIDEEËN

WK VOLLEYBAL VROUWEN 2022

VAN 23 SEPTEMBER T/M 15 OKTOBER WORDT EEN VAN DE
GROOTSTE SPORTEVENEMENTEN OOI IN NEDERLAND GEHOUDEN:
HET WK VOLLEYBAL VOOR VROUWEN!

MEER INFO VIA: WKVOLLEYBAL.NL

Beste docenten,

Voor jullie ligt een inspiratiedocument met lesideeën omtrent het FIVB WK Volleybal Vrouwen 2022.

Gemeente _____ is hostgemeente voor het vrouwenvolleybalteam
dat het WK in Nederland gaat spelen. Dit land verblijft gedurende een
periode in september in onze gemeente, hoe gaaf is dat! Alle landen verblijven overigens in een
Gelderse gemeente:



Omdat het leuk zou zijn dat ook de scholen betrokken worden bij dit grootse volleybalevenement wat onze gemeente aandoet, zijn er enkele lesideeën bedacht welke naar eigen invulling in de lessen op school ingepast kunnen worden. Uiteraard hoeven niet al deze lessen in WK-stijl gegeven te worden, maar het zou leuk zijn als er eens een idee uit dit inspiratiedocument gebruikt gaat worden.

Per bouw zijn er lesideeën op de volgende vakgebieden beschreven:

Rekenen

Taal

Creatief

Wereldoriëntatie

Bewegen

Muziek

Gezonde voeding/ lunch- of fruitmoment

Veel succes en plezier gewenst!

Inhoudsopgave

Onderbouw	4
Middenbouw	6
Bovenbouw	9
Bijlage 1. Cijfers over het WK.....	12
Bijlage 2. Voorbeeldvlaggen.....	13
Bijlage 3. WK Kleurplaat	16
Bijlage 4. Speedybites	17



Onderbouw

Rekenen

Tellen met het geld van het host-land

Munteenheden van de landen

Voorbeeld:

- Geld van het land maken en tellen (of rekenen) van/met muntjes of briefjes

Tellen met WK Volleybal getallen

Cijfers WK Volleybal ([bijlage 1](#))

Voorbeeld:

- Hoeveel spelers staan er in het veld (zet een afbeelding op het digibord)

- Buitenles: de kinderen zelf in een volleybalveld zetten en vragen naar de aantallen.

Uitbreiden met optellen (kinderen in het veld) en aftrekken (kinderen uit het veld)

Taal

Letters van het host-land

Welke letters zitten er in het host-land en kunnen we daar nog meer woorden mee verzinnen?

Voorbeeld:

KENIA – nog meer woorden met de K, etc.

Creatief

Vlaggenlijn voor host-land of Nederland maken

Voorbeeld vlaggenlijn ([bijlage 2](#))

Voorbeeld:

Kleur de vlaggetjes in met de kleuren van het host-land en/of Nederland. Alternatieven: (propjes) plakken of verven. En hang de vlaggetjes in het lokaal.

Kleurplaat kleuren

Kleurplaat WK ([bijlage 3](#))

Bespreek de kleurplaat. Wat zie je allemaal? Volleybal, fruit, Spike (meeuw = mascotte), 2 lege vlaggen die de kinderen kunnen inkleuren aan de hand van de vlag van het host-land en Nederland.

Raam of vloerversiering maken

Beschilder samen het raam in thema van het host-land, Nederland of (het WK) Volleybal. Of kleur het schoolplein met stoepkrijt.

Creatieve werkjes

Maak een [andersoortig werkje](#) wat past bij het host-land, Nederland of (het WK) volleybal.

Wereldoriëntatie

Hoe leeft een kind van 5-6 jaar in het host-land?

Zoek een filmpje of foto's op van kinderen in het host-land. Bespreek wat ze zien.

Themahoek/-tafel host-land

Richt een [themahoek](#) met foto's, poster, attributen van het host-land in waar de kinderen naar kunnen kijken of mee kunnen spelen.

Bewegen

Themahoek/-tafel Volleybal

Richt een themahoek met foto's, poster, attributen over volleybal in waar de kinderen naar kunnen kijken en mee kunnen spelen.

Ballonvolleybal (Enegizer in de klas)

Alle kinderen (blijven) zitten en houden een ballon met elkaar hoog. Lukt één? Dan twee, en drie, etc!

Gymles volleybalspeeltuin

De Volleybalbond heeft diverse gymlessen genaamd [Volleybalspeeltuin](#) ontwikkeld. Zoek wat leuke volleybaloefeningen uit en doe dit in het gymlokaal of op het schoolplein.

Bewegen op muziek

Heeft het host-land volksmuziek? Of komt er een bekend liedje uit het host-land? Speel deze af en [beweeg op muziek](#).

Muziek

Muziek(instrument) uit het host-land

Welke (pop)muziek, muziekinstrumenten en dans zijn typisch voor het host-land? Luister deze muziek, beweeg op deze muziek en maak eventueel muziek met het betreffende muziekinstrument.

Kijk voor inspiratie op [deze site](#) en pas dit aan naar het host-land.

Gezonde voeding – lunch-/fruitmoment

Wat wordt er in het host-land gegeten?

Proef samen met de kinderen van een typische fruit-/groentesoort uit het land. Waar smaakt het naar, waar lijkt het op? Is dit gezond?

Middenbouw

Rekenen

Rekenen met het geld van het host-land

[Munteenheden](#) van de landen

Voorbeeld:

- Maak simpele rekensommen met het geld van het host-land. Is de wisselkoers eenvoudig? Kan daar dan ook al mee gerekend worden?

Rekenen met WK Volleybal getallen

Cijfers WK Volleybal ([bijlage 1](#))

Voorbeeld:

- Er zijn 24 teams die verdeeld worden over 4 poules. Hoeveel teams zitten er in één poule?
- Een team bestaat uit 12 speelsters, elke speelster heeft 3 paar volleybalschoenen én 2 paar hardloopschoenen bij zich. Hoeveel paar schoenen heeft een team in totaal bij zich?
- Elk team bestaat uit 14 speelsters, hoeveel speelsters zijn er in totaal actief op het WK?

Taal

Kenmerken uit het host-land

Welke typische kenmerken kent het land? Kunnen we hier zinnen mee maken?

Voorbeeld:

- In Nederland eten Nederlanders veel aardappelen, in <Italië> eten <Italianen> veel <pizza's>
- In Nederland heten veel Nederlandse mannen Piet, in <Frankrijk> heten veel <Franse> mannen <Pierre>
- In Nederland regent het vaak, in <Spanje> schijnt vaak de zon

Schrijf een reisverhaal

Schrijf een reisverhaal over een reis naar het host-land. Combineer deze les met een les wereldoriëntatie door op te zoeken waar het land ligt, welke gebruiken er zijn, welke taal er wordt gesproken, et. Gebruik hiervoor het volgende [lesidee](#).

Creatief

Kleurplaat kleuren

Kleurplaat WK ([bijlage 3](#))

Bespreek de kleurplaat. Wat zie je allemaal? Volleybal, fruit, Spike (meeuw = mascotte), 2 lege vlaggen die de kinderen kunnen inkleuren aan de hand van de vlag van het host-land en Nederland.

Vlaggenlijn voor host-land of Nederland maken

1. Voorbeeld vlaggenlijn ([bijlage 2](#))

Kleur de vlaggetjes in met de kleuren van het host-land en/of Nederland. Alternatieven: verven of andersoortige materialen (wasco) gebruiken. En hang de vlaggetjes in het lokaal.

2. Vlaggenlijn met de naam van het land maken

Dit is net een andere vlaggenlijn, voor een voorbeeld, kijk [dit filmpje](#).

Ansichtkaart van het land maken

Maak een Ansichtkaart van het host-land aan de hand van reisgidsen, reclames, etc. Bekijk hier het [lesidee](#).

Raam of vloerversiering maken

Beschilder samen het raam in thema van het host-land, Nederland of (het WK) Volleybal. Of kleur het schoolplein met stoepkrijt.

Wereldoriëntatie

Hoe leeft een kind van 6-9 jaar in het host-land?

Zoek een filmpje of foto's op van kinderen in het host-land. Bespreek wat ze zien. Zou je daar willen wonen?

Interactieve schoolplaat over landen en topografie

SchoolTV heeft een leuk, interactieve wereldkaart gemaakt waar veel van de host-landen in verwerkt zijn. Neem eens een kijkje op de [site](#) welke onderdelen er te doen zijn en waar ook de lesbrief staat. Je kunt dit klassikaal doen of de leerlingen dit zelf laten doen.

Welke dieren zijn er te vinden in het host-land?

Zijn er speciale dieren die in het host-land voor komen? En hoe gaan ze hier om met dieren? Kijk bijvoorbeeld [dit filmpje over olifanten in Thailand](#).

Bewegen

Volleyballessen

Aan de slag met volleybalvormen in je gymles met [deze leskaarten](#). Of nodig jouw lokale volleybalvereniging uit voor een clinic of meet en greet [via de verenigingszoeker](#).

Pauzespellen

Met vijf [zelf uit te voeren spellen](#) kun je makkelijk volleybal spelen op het schoolplein.

Ballonvolleybal (Energizer in de klas)

Alle kinderen (blijven) zitten en houden een ballon met elkaar hoog. Lukt één? Dan twee, en drie, etc! En als ze maar één hand mogen gebruiken?

Sporten in het host-land

Zijn er onbekende sporten of spellen die ze in het host-land veel spelen? Kom erachter en probeer ze te spelen. *In Thailand zijn dat bijvoorbeeld Takraw & Muay thai, Amerika heeft bijvoorbeeld American Football.*

Bewegen op muziek

Heeft het host-land volksmuziek? Of komt er een bekend liedje uit het host-land? Speel deze af en [beweeg op muziek](#).

Muziek**Muziek(instrument) uit het host-land**

Welke (pop)muziek, muziekinstrumenten en dans zijn typisch voor het host-land? Welke artiesten komen uit dit land? Luister deze muziek, beweeg op deze muziek en maak eventueel muziek met het betreffende muziekinstrument.

Gezonde voeding – lunch-/fruitmoment**Wat wordt er in het host-land gegeten?**

Proef samen met de kinderen van een typische fruit-/groentesoort uit het land. Tip: gebruik de Speedy Bites ([bijlage 4](#)) en gebruik daarbij fruit/groente uit het host-land.

Wat voor voeding verbouwen ze in het host-land?

Zoek op YouTube een filmpje over het verbouwen van groente en fruit in het host-land. Zoals bijvoorbeeld hier een [filmpje over Thaise thee](#).



Bovenbouw

Rekenen

Rekenen met het geld van het host-land

[Munteenheden](#) van de landen

Voorbeeld:

- Laat alle rekensommen over geld dit keer ook omzetten in de munteenheid van het host-land.

Rekenen met WK Volleybal getallen

Cijfers WK Volleybal ([bijlage 1](#))

Voorbeeld:

- In de voorronde van het WK spelen de teams in Arnhem in het Gelredome. In het Gelredome worden 3 stadions gebouwd. Eén stadion bestaat uit 120 stoeltjes naast elkaar en 6 rijen. Hoeveel publiek kan er dan in één stadion? En in alle 3 de stadions?

- In totaal worden er op het WK 87 wedstrijden gespeeld. De wedstrijden bestaan uit sets tot de 25 punten. 51 van de wedstrijden zijn geëindigd in 3-0, 15 wedstrijden zijn geëindigd in 3-1 en de rest in 3-2. Hoeveel sets zijn er in totaal gespeeld?

Taal

Vragen stellen aan een (top)sporter

Maak vragen voor een fictieve persconferentie met een speelster van een Nationale volleybalteam. Je kunt hiervoor natuurlijk ook een lokale volleybaltopper van de lokale volleybalvereniging vragen of een jeugdige topvolleyballer aanvragen om naar de klas te komen via [Topsport Gelderland](#).

Folder/reisgids maken over het host-land

Maak een folder of reisgids over het host-land met informatie over attracties, rituelen, voeding, etc. Gebruik dit [lesidee](#).

Leer de taal van het host-land

Oefen woorden in de taal van het host-land en probeer het ook eens te schrijven. [Deze website](#) helpt je.

Creatief

Maak dingen die het land kenmerken

Hoe zou het zijn om daar te wonen? Teken of maak items over het land/cultuur.



Versier je klas/schoolplein

Versier je klas of schoolplein in stijl van het hostland en/of Nederland en volleybal. Denk aan stoepkrijt, vlaggetjes, raamschilderingen, creatieve werkjes.

Markt of themahoek

Organiseer een markt of themahoek over jouw land. Richt het in rondom volleybal, jouw host-land: hun lokale eten, ambachten, etc.

Wereldoriëntatie

Hoe leeft een kind van 10-12 jaar in het host-land?

Zoek een filmpje of foto's op van kinderen in het host-land. Bespreek wat ze zien. Zou je daar willen wonen? Hoe gaan de kinderen in jouw host-land naar school. Zijn er speciale rituelen of lessen die ze toepassen? *Kijk bijvoorbeeld op [deze site over Thailand](#).*

Interactieve schoolplaat over landen en topografie

SchoolTV heeft een leuk, interactieve wereldkaart gemaakt waar veel van de host-landen in verwerkt zijn. Neem eens een kijkje op de [site](#) welke onderdelen er te doen zijn en waar ook de lesbrief staat. Je kunt dit klassikaal doen of de leerlingen dit zelf laten doen.

Leven in het land

Hoe is de economie van het land, verschillende klassen, wat zijn de grote steden, waar liggen ze, hoe is het klimaat, welke religies zijn er actief?

Geschiedenis van vrouwenvolleybal

Wat is er bekend van het vrouwenvolleybal in Nederland? [Vind het hier](#) met ook 14 filmpjes over de WK Volleybaldames.

Bewegen

In de gymles

Aan de slag met volleybalvormen in je gymles met [deze leskaarten](#). Of nodig jouw lokale volleybalvereniging uit voor een clinic of meet en greet [via de verenigingszoeker](#).

In de pauze

Met vijf [zelf uit te voeren spellen](#) kun je makkelijk volleybal spelen op het schoolplein.

Ballonvolleybal (Enegizer in de klas)

Alle kinderen (blijven) zitten en houden een ballon met elkaar hoog. Lukt één? Dan twee, en drie, etc! En als ze maar één hand mogen gebruiken?

Sporten in het host-land

Zijn er onbekende sporten of spellen die ze in het host-land veel spelen? Kom erachter en probeer ze te spelen. *In Thailand zijn dat bijvoorbeeld Takraew & Muay thai, Amerika heeft bijvoorbeeld American Football.*

Muziek

Muziek(instrument) uit het host-land

Welke (pop)muziek, muziekinstrumenten en dans zijn typisch voor het host-land? Welke artiesten komen uit dit land? Luister deze muziek, beweeg op deze muziek en maak eventueel muziek met het betreffende muziekinstrument.

Volkslied

Zoek het volkslied van het hostland op, speel deze af. Kan je dit meezingen? Of vertalen?

Volksdans

Is er een typische volksdans in het host-land? Welke dan, kun je die aanleren met je klas?

Gezonde voeding – lunch-/fruitmoment

Wat wordt er in het host-land gegeten?

Proef samen met de kinderen van een typische fruit-/groentesoort uit het land. Tip: gebruik de Speedy Bites ([bijlage 4](#)) en gebruik daarbij fruit/groente uit het host-land.

Wat voor voeding verbouwen ze in het host-land?

Zoek op YouTube een filmpje over het verbouwen van groente en fruit in het host-land. Zoals bijvoorbeeld hier een [filmpje over Thaise thee](#).



Bijlage 1. Cijfers over het WK

Aantal deelnemende landen	24 teams
Aantal poules	4
Aantal teams per poule	6
Aantal speelsters in het veld	6
Aantal speelsters in team	14
Aantal begeleiders per team	6
Aantal scheidsrechters per wedstrijd	2
Aantal ballenkinderen per wedstrijd	8
Aantal host gemeenten	31
Speellocaties	4, Ahoy Rotterdam, Gelredome Arnhem en Omnisport Apeldoorn & Polen
Kosten kaartje voorronde	17 euro
Kosten kaartje finale	52 euro
Capaciteit Ahoy	15.000
Capaciteit Omnisport	6.500
Aantal dagen toernooi	23 dagen, 23 september t/m 15 oktober
Aantal wedstrijden	74 wedstrijden

Wedstrijdverloop:

Een volleybalwedstrijd bestaat uit sets tot de 25, waarbij er altijd gespeeld wordt tot er 2 punten verschil zijn (25-23, 29-27, etc.). Een wedstrijd eindigt wanneer één team 3 sets heeft gewonnen. Dat kan zijn bij 3-0, 3-1 maar ook bij 3-2. In dat laatste geval wordt er bij een stand van 2-2 een 5^e set gespeeld, tot 15 punten en ook met 2 punten verschil (15-13, 19-17, etc.)

Per host-land leuke getallen om zelf (om en nabij) uit te zoeken:

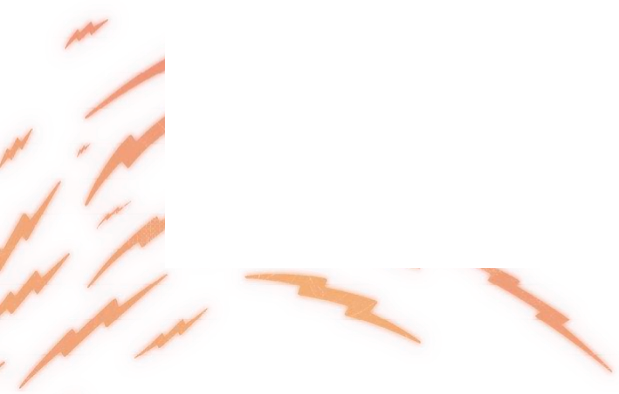
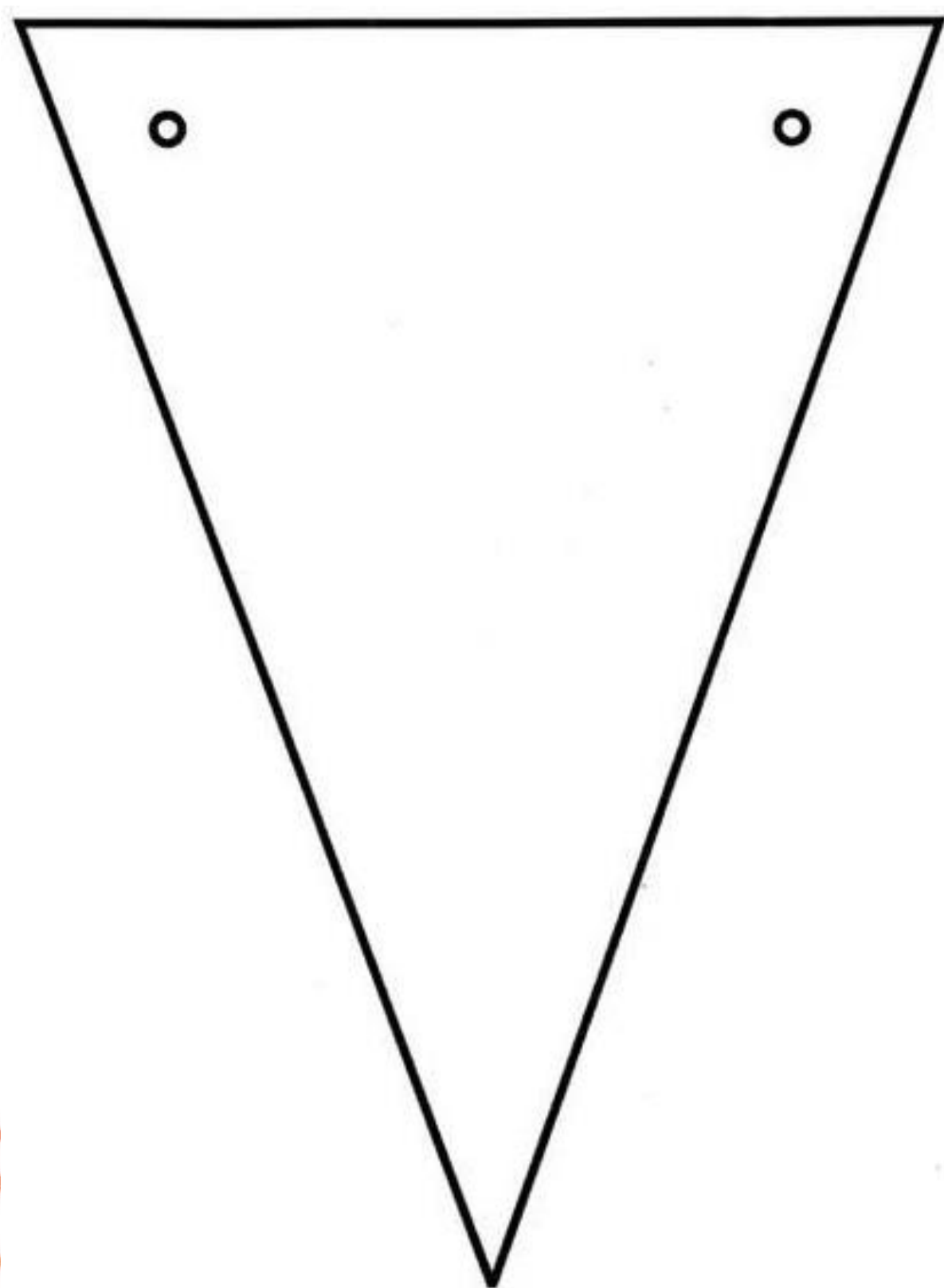
Reisafstand naar Nederland

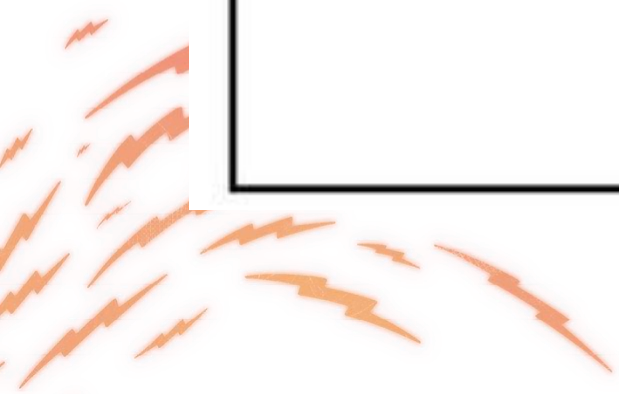
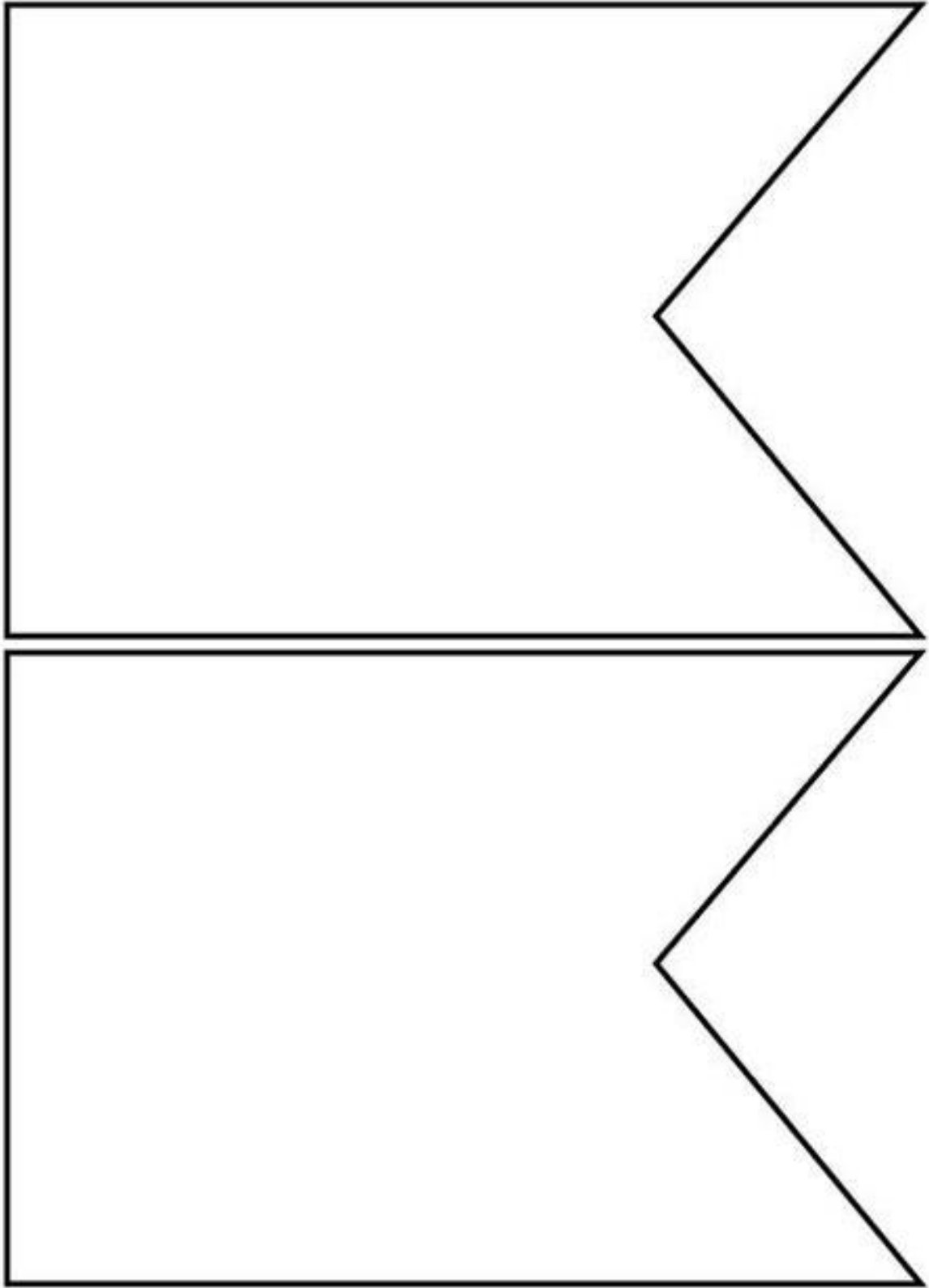
Reistijd naar Nederland

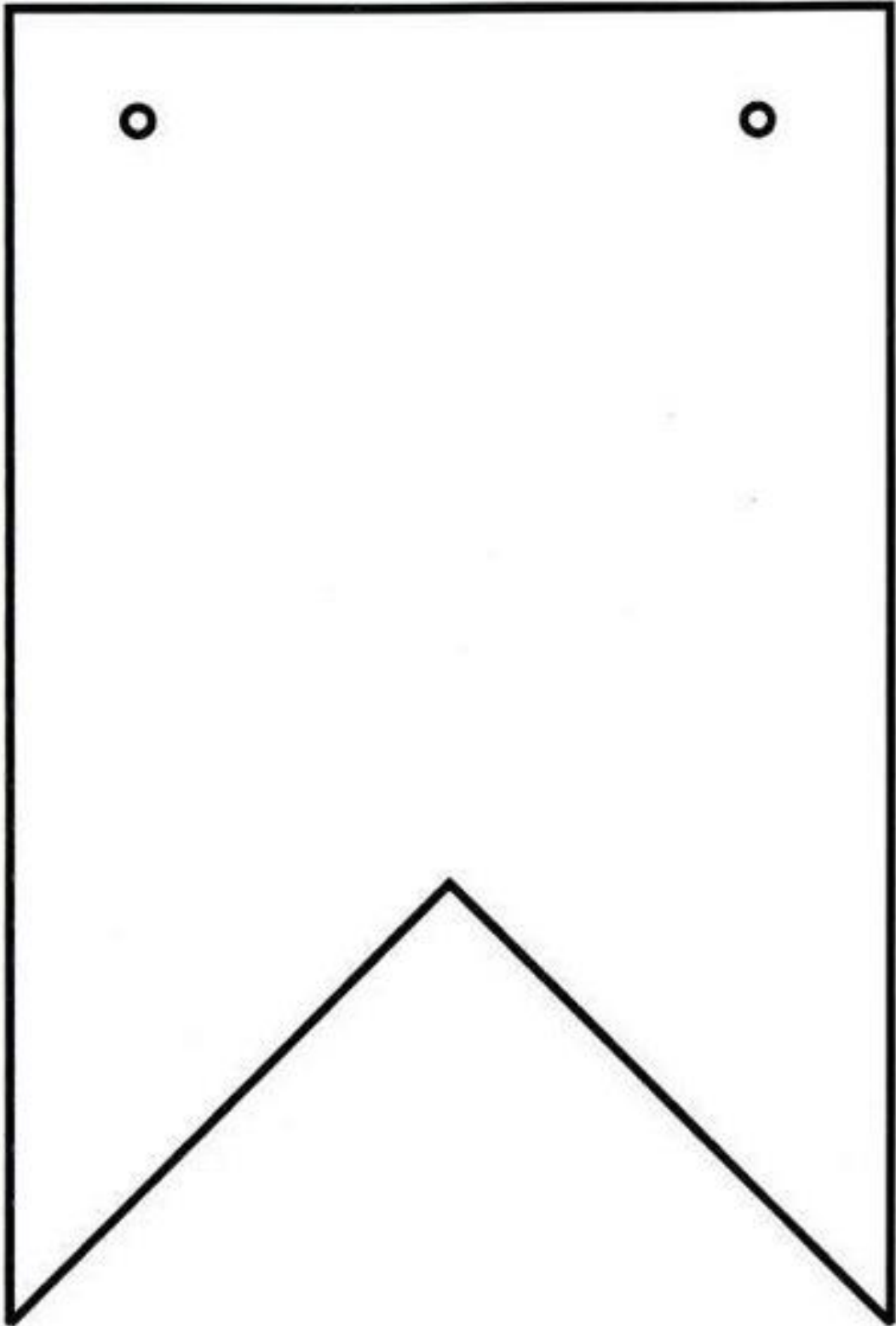
Wisselkoers

Reisafstand van verblijf (in de gemeente) naar een wedstrijd

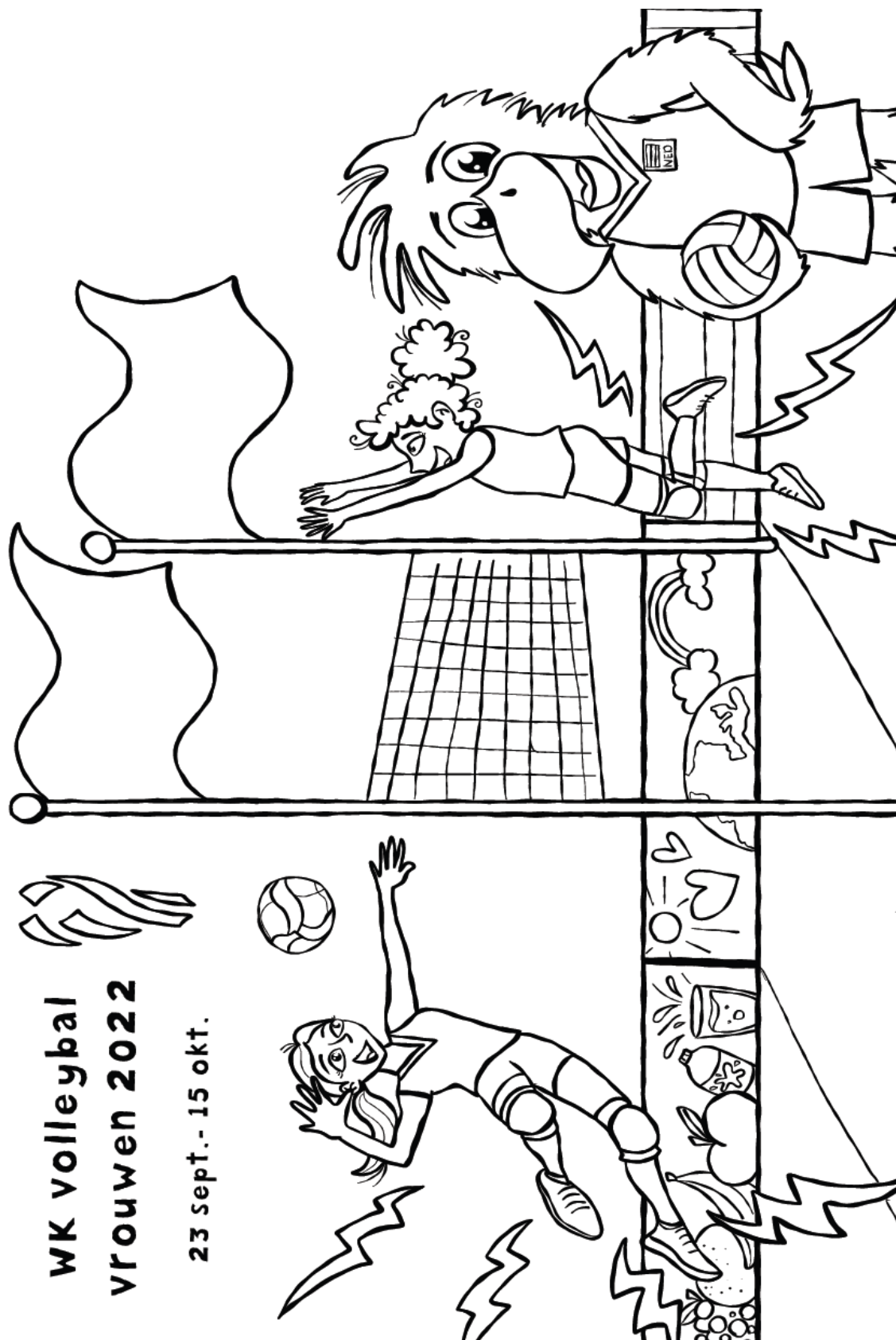
Bijlage 2. Voorbeeldvlaggen







Bijlage 3. WK Kleurplaat



Bijlage 4. Speedybites



gezonde jeugd
gezonde toekomst

Speedy Bites

Deze vorm is geschikt voor evenementen waar grote groepen kinderen op af komen. De activiteit is geschikt voor kinderen van alle leeftijden en is eventueel ook leuk voor volwassenen. De activiteit is het meest geschikt voor evenementen waarbij kinderen komen en gaan (stroomvorm). De naam zegt het al: een snel hapje oftewel 'Speedy Bites'

De opzet

Er staan grote lange tafels waar plek is voor vier tot zes kinderen. Per vier kinderen is een begeleider achter de tafels. Dit kan een buurtsportcoach, voedingsdeskundige, kinder-/jongerenwerker, vrijwilliger etc. zijn.

1. Voorbereiding: de begeleiders van de Speedy Bites maken de tafel gereed. De spullen (snijplankjes, mesjes, bekertjes, lepeltjes, aankleding, kannen fruitwater) worden klaargezet op de tafel. De ingrediënten van het gerecht worden vast klaargemaakt/ gesneden.
2. Uitvoering: Kinderen wassen eerst de handen (kan met een waterton als er geen kraan is) en nemen vervolgens plaats bij één van de snijplankjes en worden vervolgens begeleid in het maken van het gerechtje. De begeleider laat kort de producten zien en geeft van elk product een klein stukje om in hun gerechtje te verwerken.
3. Het kind mag het vervolgens in kleine stukjes snijden en in een bakje doen. Kinderen hebben zelf de keuze wat ze in het gerechtje doen. De begeleider daagt het kind uit om het ook te proeven. Nadat alle ingrediënten in het bekertje zitten, wordt er geroerd en kan er gegeten worden.
4. Daarna is het volgende kind aan de beurt. Van begin tot eind maximaal 3 minuten per kind.



De stap naar het proeven van het hapje is klein aangezien het kind het al heeft kunnen ruiken, zien en voelen. Hierdoor zullen kinderen nieuwe ervaringen krijgen bij verschillende voedingsmiddelen. Er zijn verschillende gerechtjes bijgevoerd, geschikt voor verschillende leeftijden.

Voor de Speedy Bites is het mogelijk om een train-de-trainer te volgen, een workshop waarbij uitleg wordt gegeven over de activiteit en het werken met verschillende recepten. Heb je interesse in een train-de-trainer? Laat het Larisa Brinkhoff weten via: larisa.brinkhoff@jogg.nl



Recepten

Koolrabi of venkel salade met fruit



Ingrediënten salade (voor Speedy Bites +/- 16 personen):

- 1 grote koolrabi/ venkel, of 2 kleine
- 2 appel
- 4 mandarijnen of 1 sinaasappel
- Krentjes of rozijntjes
- Zonnebloempitjes
- Verse munt of basilicum

Benodigheden:

- 4 snijplankjes (en 1 voor de begeleider)
- 4 mesjes (en 1 voor de begeleider)
- Bakjes om de verschillende ingrediënten in te doen
- Kleine bekertjes
- Lepeltjes
- Keukenpapier om de plankjes tussendoor schoon te maken

Bereiding (zowel voorbereiding voor de begeleiding als de uitvoering door het kind):

- Pak een snijplank en een mes en schil de koolrabi/ venkel. Snijd deze dan in plakken, zodat ieder kin een plak in blokjes kan snijden. Let bij de venkel erop dat je het bittere 'hart' eruit haalt.
- Was de appels, zet de appels recht op je snijplank. Snijd (dunne) plakken van de zijkant af totdat je bij het klokhuis bent. Draai je appel om en doe dit met alle 4 de kanten van de appel. Ieder kind krijgt een plak appel en snijd deze in blokjes.
- Pel de mandarijnen of schil de sinaasappel en snijd deze in plakken. Ieder kind krijg een partje mandarijn of plakje sinaasappel en snijd deze in kleine stukjes, doe deze bij de koolrabi of venkel.
- Laat het kind een schepje krentjes of rozijntjes toevoegen en/of zonnebloempitjes.
- Laat het kind een blaadjes munt of basilicum fijn snijden of scheuren en deze bij de salade doen. Daarna kan alles gemengd worden.
- Eet smakelijk!

Salade van bleekselderij, appel en walnoten

PAS OP MET KINDEREN MET EEN NOTEN ALLERGIE!



Ingrediënten (voor Speedy Bites +/- 16 personen):

- Stronk bleekselderij
- 2 appels (Elstar)
- 4 mandarijnen of 1 sinaasappel
- Walnoten
- Eventueel krentjes of rozijntjes
- Verse bieslook

Benodigheden:

- 4 snijplankjes (en 1 voor de begeleider)
- 4 mesjes (en 1 voor de begeleider)
- Bakjes om de verschillende ingrediënten in te doen
- Kleine bekertjes
- Lepeltjes
- Keukenpapier om de plankjes tussendoor schoon te maken

Bereiding (zowel voorbereiding voor de begeleiding als de uitvoering door het kind) :

- Haal de stengels van de bleekselderij los van de stronk en was deze goed onder koud stromend water, schil de bleekselderij en snijd deze in stukken van ongeveer 2 cm.
- Ieder kind krijg een stuk bleekselderij en snijd deze in kleine blokjes en doet deze in het bekertje.
- Was de appels, zet de appels recht op je snijplank. Snijd (dunne) plakken van de zijkant af totdat je bij het klokhuis bent. Draai je appel om en doe dit met alle 4 de kanten van de appel. Ieder kind krijgt een plak appel en snijd deze in blokjes. Doe de appel bij de bleekselderij.
- Pel de mandarijnen of schil de sinaasappel en snijd deze in plakken. Ieder kind krijg een partje mandarijn of plakje sinaasappel en snijd deze in kleine stukjes, doe deze bij de bleekselderij.
- Het kind mag een stukje walnoot breken en iets fijner met je handen maken. Laat het kind de walnoot over de salade strooien.
- Laat het kind eventueel een schepje krentjes of rozijntjes toevoegen.
- Laat het kind een stukje bieslook pakken, fijn snijden en deze bij de salade doen. Daarna kan alles gemengd worden.
- Eet smakelijk!



Yoghurt met fruit en havermout

LET OP: niet geschikt voor kinderen met een lactose allergie

Ingrediënten (voor +/- 16 personen):

- 3 pakken magere yoghurt
- 1 zak diepvries (rood) fruit
- 1 bak druiven
- Krentjes of rozijntjes
- Havermout
- Eventueel nog toevoegen: cocos rasp, zonnebloempitjes, banaan

Benodigdheden:

- Mengkom voor het diepvries fruit
- (Opschep)lepel
- (Doorzichtige) bekertjes
- Lepeltjes
- Bakjes om de verschillende ingrediënten in te doen

Bereiding (zowel voorbereiding voor de begeleiding als de uitvoering door het kind):

- Doe het diepvriesfruit in een de mengkom en laat dit ontdooien. Roer het af en toe om. Verdeel vervolgens het fruit over de bekertjes. Zorg ervoor dat er in ieder bekertje een laagje fruit zit.
- Snijd in de tussentijd de druiven doormidden.
- Schenk de magere yoghurt over het fruit heen en zet de bekertjes klaar.
- Verdeel de verschillende ingrediënten over de bakjes.
- Laat vervolgens het kind/jongere/volwassene zelf ingrediënten kiezen die aan de yoghurt toegevoegd kan worden. Geef hierbij aan dat juist door het toevoegen van havermout en nootjes dat er dan bijna alle voedingsstoffen van de Schijf van Vijf in het gerecht zitten. Daarna kan alles gemengd worden.
- Eet smakelijk!





Summer springroll met groente

Ingrediënten (voor 80 personen):

- 10 mango's
- 10 komkommers
- 15 kropjes little gem sla
- 600 gram geraspte wortel of rode biet
- 3 munt plantjes
- 3 bieslook plantjes
- 3 koriander plantjes
- 500 gram gebakken uitjes
- Go-Tan Chilisaus sweet original (0,64 l)
- 80 kleine rijstvellen (verkrijgbaar bij de toko)

Benodigheden:

- 5 placemats
- 3 Snijplankjes
- 2 bakken met water
- 3 Messen
- 12 kleine bakjes voor de ingrediënten
- Tafelkleden
- Watertap + zeep (voor het wassen van de handen)

Bereiding

- 1) Verzamel alle ingrediënten en benodigheden
- 2) Schil de mango met een dunschiller en snijd hem in dunne reepjes
- 3) Was de komkommer en snijd hem in dunne reepjes.
- 4) Vul de grote kom met water en ze met alle ingrediënten op tafel
- 5) Maak 5 stationnetjes en zorg dat elk kind bij ieder bakje kan
- 6) Dompel een rijstvel 5 tot 10 seconden in het water, leg het op het placemat van het kind

Laat het kind vervolgens kiezen wat ze op de sla willen leggen. Leg uit wat alle ingrediënten zijn. Laat ze ook aan de kruiden ruiken en kleine stukjes groente en fruit proeven als ze niet zeker weten of ze het lusten. Help ze met het vouwen van de springroll. Vouw de onderkant van het rijstvel naar binnen toe en rol hem helemaal op. Doe de chilisaus in een bakje. Hier kun je de springroll in dippen.

