

gedurende 120 minuten

profielvak Z&W – CSPE BB

onderdeel A

Naam kandidaat _____ Kandidaatnummer _____

Bij dit onderdeel horen een bijlage en een digitaal bestand.

Dit onderdeel bestaat uit 4 opdrachten.

Voor dit onderdeel zijn maximaal 22 punten te behalen.

Voor elk opdrachtnummer staat hoeveel punten met een goede uitvoering behaald kunnen worden.

Overzicht examen

onderdeel	punten	opdrachten
A	22	<ul style="list-style-type: none">– opdrachten over gezonde leefstijl maken– opdrachten over voedingsmiddelen maken– een recept omrekenen– een drankje en een gerecht bereiden
B	29	
C	20	
D	28	

Kindcentrum Regenboog



Kindcentrum Regenboog biedt opvang en onderwijs aan kinderen van 0 tot 13 jaar. Het kindcentrum is een plek waar kinderen de hele dag kunnen leren, spelen en zich ontwikkelen.

De kinderopvang is voor kinderen van 0 tot 4 jaar en is verdeeld in baby- en peutergroepen. De kinderen van de basisschool (groep 1 tot en met 8) kunnen voor en na school ook naar de buitenschoolse opvang.

In het kindcentrum werken pedagogisch medewerkers, leerkrachten, onderwijsassistenten, vrijwilligers en stagiaires.

Je loopt stage bij Kindcentrum Regenboog

In de kinderopvang (0 tot 4 jaar) wordt gelet op een gezonde leefstijl, bijvoorbeeld:

- 1 verantwoorde voeding
- 2 voldoende beweging
- 3 goede hygiëne

De medewerkers hebben hierover afspraken gemaakt.

- 5p 1 Hebben de afspraken **wel** of **geen** positieve invloed op voeding, beweging of hygiëne?
- Zet in elke rij één kruisje.
 - Beantwoord ook de vraag over handen wassen op pagina 4.

afspraken	wel positieve invloed op:			geen positieve invloed op 1, 2, 3
	1 voeding	2 beweging	3 hygiëne	
Kinderen vanaf 1 jaar krijgen seizoensfruit in kleine stukjes.				
Flesjes en spenen koken we uit in water.				
De oudste peuters krijgen na de lunch een kleurplaat om in te kleuren.				
Bij baby's stimuleren we omrollen door speelgoed steeds iets verder weg te leggen.				
We hoesten of niezen aan de binnenkant van de elleboog.				
Traktaties mogen niet te veel suiker en zout bevatten.				
Elke dag lezen we een verhaaltje voor in de peutergroep.				
Af en toe krijgen peuters een extra beker limonade en een koekje.				
De kinderen spelen elke dag buiten.				

afspraken	wel positieve invloed op:			geen positieve invloed op 1, 2, 3
	1 voeding	2 beweging	3 hygiëne	
De kinderen wassen hun handjes met vloeibare zeep in plaats van met een stukje zeep.				
Afvalemmers legen we ten minste één keer per dag.				

handen wassen

In de kinderopvang leren de peuters om op verschillende momenten hun handen te wassen.



Op welke momenten is het vooral belangrijk dat de peuters hun handen wassen? Noteer drie verschillende momenten.

1

2

3

Voor deze opdracht heb je het bestand *vr_voedingsmiddelen_bb* nodig.

Je gaat opdrachten maken over gezonde voedingsmiddelen en over koemelkallergie.

Aanbevolen hoeveelheden voedingsmiddelen per dag voor kinderen van 1 tot en met 3 jaar	
bij twee hoeveelheden: ▶ de kleinste hoeveelheid is voor 1-jarigen ▶ de grootste hoeveelheid is voor 3-jarigen	
voedingsmiddelen	hoeveelheden
fruit	1½ stuks
groente	1 - 2 opscheplepels
aardappelen, pasta, rijst, peulvruchten	1 - 2 opscheplepels
brood	2 - 3 sneetjes
kaas	1 plakje
melk en melkproducten	2 - 3 bekertjes
vlees, vleeswaren, kip, vis, ei, vleesvervangers	60 gram
bak-, braad- en frituurproducten, olie	1 eetlepel
smeermargarine	5 gram per sneetje brood
drinken	5 - 6 bekertjes (inclusief melk en melkproducten)

4p 2 Beoordeel de voedingsmiddelen en producten.

Voordat je begint

Open het bestand en sla het op als: *vr_voedingsmiddelen_bb* [jouw naam].

Uitvoering

- Lees en maak de opdracht over de meest gezonde voedingsmiddelen. Je hebt hierbij bovenstaande tabel nodig.
- Klik daarna op de knop *Volgende*.
- Lees en maak de opdracht over koemelkallergie.

Als je klaar bent

Maak een afdruk met de knop *Print alles*.

Volgende week is er een buffet voor medewerkers van Kindcentrum Regenboog. Je rekent hiervoor een recept om van 2 naar 15 personen. Ook bereken je hoeveel verpakkingen van elk product nodig zijn.

3p 3 Vul de tabel in.

product	voor 2 personen	voor 15 personen	inhoud per verpakking	benodigd aantal verpakkingen
bladerdeeg	3 plakjes	plakjes	pakje, 10 plakjes	
bladspinazie	150 gram	gram	zak, 300 gram	
kipfilet	120 gram	gram	bakje, 350 gram	
zoete ui	½	ui	netje, 5 stuks	
champignons	75 gram	gram	bakje, 250 gram	
gele paprika	1½	paprika	zak, 4 stuks	
crème fraîche	60 ml	ml	bekertje, 125 ml	
ei	1	eieren	doos, 10 stuks	
geraspte kaas	40 gram	gram	zakje, 250 gram	
basilicum	5 gram	gram	zakje, 15 gram	

Voor deze opdracht heb je de bijlage nodig. De examinator vertelt welke variant je gaat uitvoeren.



Binnenkort is er een gezamenlijke lunch voor de kinderen van Kindcentrum Regenboog. Vrijwilligers hebben daarvoor recepten verzameld. Jij gaat twee recepten uitproberen.

- 10p **4** Bereid een smoothie en een salade volgens de recepten in de bijlage. Serveer ze samen op een dienblad. Leg er bestek en een servet bij.

Als je klaar bent met dit onderdeel lever je alle documenten in.