

gedurende 120 minuten

profielvak Z&W – CSPE KB

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	31	
C	19	
D	29	

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
- 4 psychosociaal welzijn

De medewerkers hebben hierover afspraken gemaakt.

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

afspraken	wel positieve invloed op:				geen positieve invloed op 1, 2, 3, 4
	1 voeding	2 beweging	3 hygiëne	4 psycho- sociaal welzijn	
We geven kinderen vanaf een half jaar opvolgmelk en lauwe thee te drinken.					
We geven peuters een compliment als ze helpen met opruimen.					
We hoesten of niezen aan de binnenkant van de elleboog.					
Als een kind erg teruggetrokken is, bespreken we dit met het team en de ouders.					
We geven kinderen vanaf een half jaar, in overleg met de ouders, fijngeprakt fruit.					
We leren peuters 'sorry' te zeggen, als er iets vervelends is gebeurd.					

afspraken	wel positieve invloed op:				geen positieve invloed op 1, 2, 3, 4
	1 voeding	2 beweging	3 hygiëne	4 psycho- sociaal welzijn	
In ons beleidsplan staat hoe medewerkers moeten handelen bij ongelukken.					
We gooien luiers na het verschonen direct in een afgesloten afvallemmer met voetpedaal.					
We halen dreumesen regelmatig uit de box, zodat ze kunnen kruipen.					
We hebben vaste medewerkers op alle groepen, zodat kinderen een band opbouwen met de medewerkers.					
We stimuleren omrollen bij baby's door speelgoed steeds iets verder weg te leggen.					

handen wassen

De medewerkers van de kinderopvang wassen hun handen op verschillende momenten.



Bij welke handelingen moeten medewerkers **vooraf** hun handen wassen?
Noteer vier verschillende handelingen.

- 1
- 2
- 3
- 4

Bij welke handelingen moeten medewerkers **achteraf** hun handen wassen?
Noteer vier verschillende handelingen.

- 1
- 2
- 3
- 4

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

Je gaat opdrachten maken over gezonde voedingsmiddelen, over koemelkallergie en over etiketten van koekjes.

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 (50 - 100 gram)
aardappelen, pasta, rijst, peulvruchten	1 - 2 opscheplepels
brood	2 - 3 sneetjes
kaas	1 plakje
melk en melkproducten	2 - 3 bekertjes (200 - 300 ml)
vlees, vleeswaren, kip, vis, ei, vleesvervangers	60 gram
bak-, braad- en frituurproducten, olie	1 eetlepel
smeermargarine	5 gram per sneetje brood
drinken	750 - 1000 ml (inclusief melk en melkproducten)

- 5p 2 Beoordeel de voedingsmiddelen en producten. Beantwoord ook de vragen over de koekjes.

Voordat je begint

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

Uitvoering

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

Als je klaar bent

Maak een afdruk met de knop Print alles.

Samen met vrijwilligers verzorg je een buffet met diverse ovenschotels. Je gaat daarvoor twee recepten omrekenen naar 26 personen. Je bepaalt ook hoeveel verpakkingen in totaal nodig zijn per product.

recept 1: voor 6 personen	recept 2: voor 4 personen
ovenschotel met wortelen	ovenschotel met snijbonen
<ul style="list-style-type: none"> - 1500 gram aardappelen - 750 gram wortelen - 150 gram boter - 750 gram rundergehakt - 90 gram tomatenpuree - 1½ rode paprika - 225 ml halfvolle melk 	<ul style="list-style-type: none"> - 800 gram aardappelen - 300 gram snijbonen - 75 gram boter - 450 gram rundergehakt - 3 uien - 250 gram champignons - 100 ml halfvolle melk

3p 3 Vul de tabel in.

product	recept 1: voor 26 personen	recept 2: voor 26 personen	inhoud per verpakking	benodigd aantal verpakkingen
aardappelen	gram	gram	zak, 3 kg	
wortelen	gram	X	zak, 1 kg	
boter	gram	gram	pakje, 250 gram	
rundergehakt	gram	gram	bak, 900 gram	
tomatenpuree	gram	X	blikje, 150 gram	
paprika	stuks	X	zak, 4 stuks	
halfvolle melk	ml	ml	pak, 1 liter	
snijbonen	X	gram	zak, 400 gram	
uien	X	stuks	zak, 10 stuks	
champignons	X	gram	bakje, 250 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.

- 9p **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.