

Buiten leren doe je zo!

E-book en werkboek in 1



Anna Vehof - Den Held & Barbara Mansvelt
NatuurEducatie.online 2025

Over de cursus

Als leraar en ouder weet je dat het gezond is voor kinderen om buiten te zijn. Maar ja, je moet best wat regelen om een buitenles met je klas te doen, zeker als je midden in de stad lesgeeft. En zelfs al staat je school of huis in een groenere omgeving, wat kun je doen?

In deze cursus geven we je tips en materiaal om een aantal leerzame buitenlessen te organiseren. Door na te denken over je doelen en de vragen te maken, doe je ideeën op en

Succes en veel plezier!

Leerdoelen

Na het doen van deze cursus:

- Weet je waarom het een goed plan is om met je kinderen Buiten te leren;
- Heb je een idee over wat je de kinderen wil meegeven en/of laten leren;
- Heb je ideeën voor één of meer natuurlessen die je wil gaan geven; van simpelweg naar buiten met zoekkaarten of gerichte lessen over bijvoorbeeld Bodemdiertjes of plantjes in de omgeving.

Inhoud

In deze cursus:

- Deel 1: Eerst over jou
- Deel 2: Jij en Nu
- Deel 3: Maak je eigen lessen
- Deel 4: Links en downloads

Doelgroepen

Voor leerkrachten primair onderwijs, medewerkers van kinderopvang (peuters en BSO) en voor jonge ouders die hun kind meer buiten willen laten spelen.

Prijs Gratis | **Studielast** 2 uur



Studiewijzer

Hoe werkt het?

Blok een half uur, niemand mag je storen!

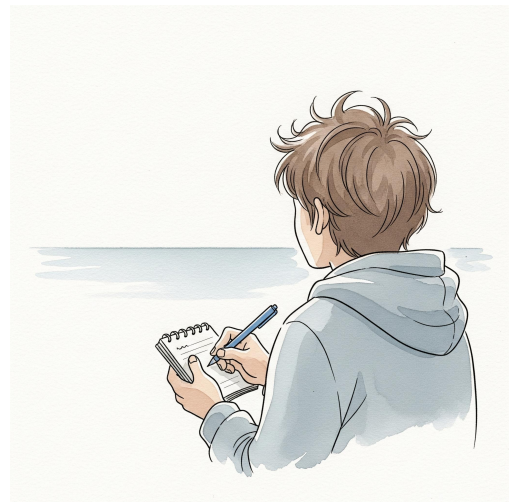
Print deze PDF of neem een mooi schriftje en een lekker schrijvende pen en schrijf de gevraagde herinneringen en gedachtes op.

Eerst over jou; vroeger en nu

Deze cursus gaat eerst over jou. Wanneer beleefde je als kind de meest spannende en indrukwekkende momenten? Waar werd je blij van? Langzaam verschuiven we naar het nu... Waar wordt je nu blij van? Wat vind je belangrijk in je werk? Lukt het, dat wat je graag wil bereiken? Zorg dat je een half uurtje voor jezelf hebt met een mooi notitieboekje voor je neus. Neem de tijd om de antwoorden op de vragen op te schrijven en graaf diep in je herinneringen en gedachten. Als je je (oude) zelf weer een beetje leert kennen, weet je beter waar je heen wil.

Ontwerp je eigen natuurles

Nadat je hebt nagedacht over waar je vroeger en nu blij van wordt, kun je je eigen natuurles gaan ontwikkelen. Wij hebben een stappenplan voor je uitgewerkt en inspirerende activiteiten en plaatjes om je ideeën te geven.



Doelen

Na het doorlopen van de cursus:

- weet je waarom het een goed plan is om met je kinderen Buiten te leren;
- heb je een idee over wat je de kinderen wil geven en laten leren;
- heb je ideeën voor 1 of meer natuurlessen die je wil gaan geven; van simpelweg naar buiten met zoekkaarten of gerichte lessen over bijv. bodemdierpjes of planten in de omgeving.

En het belangrijkste... Slimme, sterke en blijde kinderen!

Deel 1: Jij als kind

Heb je een mooi schriftje liggen? Of een notitieboekje waarin je al je ideeën voor je werk opschrijft? Top! Onderaan deze bladzijde kun je ook notities maken.

Pak ook een lekkere kop thee of een pittige koffie en blok een half uur voor jezelf.



Me time-time!

Ga eerst op de grond zitten of liggen, wat je het meest comfortabel vindt. Denk nu na over de volgende vragen:

- Wanneer beleefde je als kind de meest spannende en indrukwekkende momenten?
- Waar werd je blij van? Wat ging je doen als je jezelf moest vermaken?
- Wanneer voelde je je sterk en stoer?
- Waar was je toen je deze momenten beleefde?



Auteur Anna den Held: "Ik ben in Amsterdam opgegroeid en zat graag in de kastanjeboom in onze tuin. Of langs de gracht te vissen op voortjes. Ik droomde van een hondje en wilde graag dat wilde dieren niet bang voor me waren. Waar was jij het liefst als kind?"
Bron: afbeeldingmaker van Copilot

Waar werd je vroeger écht blij van?

Waar was je toen je je grootste avonturen beleefde?

Er is een grote kans dat je meest indrukwekkende belevenissen zich BUITEN afspeelde! Klopt dat?

Deel 2: Over grote jij

Pak weer een lekkere kop thee of een schuimige capo en blok een half uur voor jezelf.

Je bent groot geworden en je bent druk met je werk, je kinderen, je relatie, je huisdieren; kortom: het leven. Denk nu na over de vragen:

Denk nu aan jezelf zoals je nu bent. Wat doe je als je vrij bent? Waar wordt je blij van?



Ben je veel in de buitenlucht? Wat doe je dan? Zou je méér naar buiten willen? Waarom wil je meer naar buiten met de kinderen?

Je eerste eigen ideeën

Heb je nu een beter idee van je innerlijke drijfveren, de passies die je hebt, nu je volwassen bent? En misschien borrelen er ideeën op voor wat je met de kinderen zou willen doen. Ga je er gewoon op uit en op ontdekkingstocht: pure natuurbeleving. Of wil je juist met zoekkaarten en opdrachten het bos in of struinen langs de rivier. Schrijf je eerste ideeën op:

Jouw educatieve doelen

Je bent leraar en moet voor je gevoel aan allerlei eisen voldoen. Onze ervaring leert dat het natuurbeleving en op een speelse manier leren over, maar vooral genieten van de natuur, enorm leerzaam is! Dus maak je niet te veel zorgen over “of ze wel genoeg leren” met een beetje in de natuur rondstruinen. Door activiteiten te doen in de natuur met onze lespakketten werk je aan de relevante doelen voor PO:



- ☐ **Onderzoeken:** Leerlingen leren vragen te stellen, onderzoek uit te voeren, waarnemingen te interpreteren en een relatie te leggen tussen onderzoek en kennis.
- ☐ **Praktisch handelen:** Leerlingen leren aangeboden instrumenten, gereedschappen en materialen verantwoord en veilig te gebruiken en leren nauwkeurig te meten en observeren.
- ☐ **Systemen:** Leerlingen leren over een verscheidenheid aan systemen en de mogelijke interacties tussen (delen van) systemen.
- ☐ **Instandhouding van een organisme:** Leerlingen leren over ontwikkeling en voortbestaan van organismen en leren belangrijke factoren als groei, interactie en erfelijkheid te onderscheiden.
- ☐ **Leefomgeving en biodiversiteit:** Leerlingen leren over de biodiversiteit in landschappen om hen heen en over de match tussen de vorm en functie van organismen en hun omgeving en voedselrelaties.
- ☐ Wat ons betreft ontbreken twee belangrijke leerdoelen in het landelijke programma: **life skills en gezondheid.** Het maken van vuur en hier veilig mee omgaan, het bakken van brood op vuur, het samenwerken om een goede hut neer te zetten, veel beweging tijdens buiten zijn, Dit zijn voordelen en vaardigheden die steeds minder een rol spelen in kinderlevens. Basisscholen kunnen kinderen helpen deze vaardigheden te ontwikkelen door met ze te koken, spelen en genieten van de natuur! Daarnaast bewegen kinderen veel meer buiten en wordt hun immuunsysteem opgebouwd.

Welke van de bovenstaande doelen vind jij belangrijk voor je kinderen? Vink ze aan.
Schrijf je op waar je de komende tijd met je leerlingen aan wil werken. Welke algemene doelen wil je behalen?

Deel 3: Maak je eigen lessen

Stappenplan

In de vorige stap heb je nagedacht over de algemene doelen die je met je leerlingen wil behalen, bijvoorbeeld: meer naar buiten, meer dier- of plantensoorten leren kennen, meer leren over het leven van de oermens, enz.

Nu gaan we specifieke lessen ontwerpen. Zet een kruisje bij je gewenste optie:

1. Kies je lesvorm

- ☐ Buitenles op het schoolplein: één buitenactiviteit voor bio, rekenen of taal
- ☐ Excursie naar een natuurlijke plek in de omgeving
- ☐ Theorieles op digibord, daarna naar buiten

2. Bepaal je onderwerp

- ☐ een diergroep onderzoeken, zoals vogels (zoek nesten), bodemdiertjes, vlinders, waterdiertjes, enz..
- ☐ ontdekkingstocht naar diersporen, plantensoorten, paddenstoelen
- ☐ OERTijd: maak speren, pijl en boog, kook op vuur en verzin verhalen. Ons OERkinderen cursus is bijna klaar.

3. Omschrijf je plan en / of doel(en) specifieker. *Heb je nog geen ideeën, lees dan op de volgende pagina en kom daarna hier terug om je ideeën op te schrijven.*

Hopelijk heb je leuke ideeën voor natuurlessen gekregen. Wees maar trots op jezelf; je biedt de kinderen onvergetelijke ervaringen!

Meer tips en inspiratie

Waar ga je heen?

Op excursie

In een natuurlijke omgeving zoals een bos of langs een rivier kunnen kinderen het beste de natuur beleven. Er is veel te ontdekken en dus veel te leren. In een bos kun je de vraag stellen: Hoe komen dieren hier aan water? Of: Waar zouden ze overwinteren?

Voorafgaand aan die vragen kun je zelf op internet dingen uitzoeken. Onder het wandelen kun je dan vertellen over de eekhoorn die af en toe wakker wordt om zijn wintervoorraad op te zoeken en dan weer verder slaapt. Of over hoe de egel tot in november zijn buikje rond eet, een plekje zoekt waar het nooit vriest en dan echt de hele winter slaapt!

Bekijk onze [doe-en-beleef-kaart](#) voor leuke locaties!

Haal de natuur in huis!

Nou ja, niet letterlijk natuurlijk, maar ook op locatie zijn hele leuke leerzame buitenactiviteiten te bedenken. Er zijn vele mogelijkheden om over de natuur te leren, zonder de natuur in te trekken. Voorbeelden zijn:



- Vang bodemdierpjes in je achtertuin en zet een platte bak buiten. Gooi wat aarde en bladeren in de bak en laat de kinderen naar de diertjes zoeken. Extra leuk als je zoekpotjes of loepjes hebt voor de kinderen. En vergeet niet om zoekkaarten te printen en lamineren.
- Maak een wormenhotel met zand, aarde en natuurlijk: regenwormen!
- Verzamel (het liefst mét de kinderen) allerlei natuurlijk materiaal zoals klei, stenen, stokken, bladeren, dennenappels en laat de kinderen iets bouwen of knutselen.
- Meer inspiratie op onze [inspiratie-pagina](#)

Kies een thema

Misschien is er een bepaald thema waar jullie nu aan werken? Bijvoorbeeld:

- Overwinteren in het bos
- Vogels in de winter
- Wat doet een regenworm?
- De gezonde sloot

Afsluiting

We kunnen hier, in deze e-learning, geen uitgewerkte lessen bieden. De natuur is veel te rijk aan onderwerpen. Maar neem gerust een kijkje op de inspiratiepagina en ons [\(gratis\) lesmateriaal op de website www.natuureducatie.online](#)

Voorbeeld: Ga stOER

De natuur gaat over plantjes en beestjes, maar ook over mensen. Vroeger stond de mens dichter bij de natuur:

- Maak een lessenserie: Oerkinderen (een lespakket en e-boek is in de maak)
- wat is een praatstok (en natuurlijk een praatstok zelf maken)
- Meer uitleg en tips voor activiteiten op onze [inspiratie-pagina](#)

Materialen

De spullen die je nodig hebt voor je activiteit zijn natuurlijk erg verschillend. Voor een natuur-onderzoek-activiteit hebben we een standaard uitrusting:

- witte bakjes om de vangsten mee te bekijken
- loepjes of loeppotjes tip: de HEMA heeft mooie potjes)
- visnetjes
- zoekkaarten (zie link naar inspiratie-pagina)

Tip: hang een lijst op de deur, zodat ouders je kunnen helpen om materiaal te verzamelen (zie downloads op NatuurEducatie.online).

In [ons blog](#) lees je meer over open-ended-play en andere blogs over onze visie.