

Inspiratieboekje Bodemles

Week van de Schooltuin 2026
18 t/m 22 mei

*Bodemlesideeën voor in de Week van de Schooltuin
en de rest van het jaar.*



Gezond begint in de grond



ALLIANTIE
SCHOOL
TUINEN



Met zoveel mogelijk handen wroeten in de aarde, in de week van de schooltuin 2026!

Elk kind in de basisschooltijd toegang tot én les in een schooltuin. Daar zetten we ons als Alliantie Schooltuinen en Jong Leren Eten voor in. Zelf zaaien, verzorgen en oogsten van groente, fruit en bloemen. In de schooltuin komen kinderen samen met de natuur tot bloei. Schooltuinieren legt de basis voor een gezonde smaak, een duurzame toekomst en laat kinderen hun natuurtalent ontwikkelen.

In de Week van de Schooltuin zetten de Alliantie Schooltuinen en Jong Leren Eten samen met iedereen die enthousiast is over schooltuinieren in heel Nederland de spotlights op het belang en plezier van schooltuinieren. Iedereen kan meedoen. Van doorgewinterde schooltuin tot nieuwsgierige school zonder schooltuin die weleens wil ervaren wat schooltuinieren inhoudt en daarna vervolgstappen wil zetten.

Ieder jaar kiezen we een thema voor de Week van de Schooltuin. In 2026 is dat de bodem. Zonder een gezonde bodem geen gezonde groenten. En het zelf kweken van groenten leidt tot het maken van gezonde voedselkeuzes op latere leeftijd. “Gezond begint in de grond” is dan ook de slogan van dit jaar. In dit inspiratieboekje hebben we vijf klassieke bodemlesideeën van ervaren schooltuinbegeleiders verzameld. Kies wat je leuk vindt, pas en vul aan waar nodig en duik met de leerlingen de wondere wereld in van grond, aarde, bodemleven, ondergrondse groenten en compost. Nodig schoolbestuur, ouders, beleidsmakers en buurt uit en maak er met z’n allen een mooi schooltuinfeestje van.

Wroeten jullie mee?

Actief aan de slag in de Week van de Schooltuin? Deel je foto’s en verhalen met #weekvandeschooltuin. Samen laten we zien dat schooltuinieren in Nederland leeft en structureel onderdeel van het schoolprogramma zou moeten zijn.

Meer informatie alliantieschooltuinen.nl/actueel/week-van-de-schooltuin/



Gezond uit de grond - een pittig lesje proeven

De eetbare delen van sommige groenten groeien onder de grond. Zoals de radijs. Dit pittige knolletje stelt weinig eisen aan de bodemsoort en kan in volle grond of pot geteeld worden. Wat een verrassing als je deze in de Week van de Schooltuin zelf kan oogsten en proeven!

Nodig voor het zaaien

- Radijszaadjes
- Teeltgrond (volle grond of emmer van 20 liter gevuld met moestuinaarde/potgrond)
- Water

Nodig voor het proeven

- Radijsjes (zelf geoogst of gekocht)
- Wortel
- Eventueel nog andere bollen of knollen zoals raapjes, bieten, knolselderij
- Smaakblad (zie bijlage na recept)
- Blinddoek

Waar en wanneer

Radijsjes zaaien: Kan buiten in de volle grond of een pot van van maart tot augustus.

Proeven: Kan na het oogsten in deze periode of met gekochte radijsjes die jaarrond verkrijgbaar zijn.

Hoe

Vorbereiding

- Zaai de radijsjes in maart óf begin de les met de wroetactiviteit zaaien, voor oogst begin juli. Ook erg geschikt als startactiviteit met wethouder of schooldirecteur!)

Tip

Weten hoe je radijsje zaait?
Lees dan het [handboek schooltuinen](#)

- Snijd radijsjes en andere ondergrondse groenten in blokjes en verdeel ze over proefschaaftjes

Aan de slag

Haal eerst de voorkennis van kinderen op: Welke groentes kennen ze waarvan het eetbare deel onder de grond groeit. Weten ze ook hoe deze groentes smaken?

Kies 1 of meerdere groentes en zorg dat deze in genummerde bakjes zitten. Laat de kinderen proeven en per groente het smaakblad invullen. Als er al veel groentekennis is, kan deze activiteit ook geblinddoekt plaatsvinden. Daarbij kan de keuze gemaakt worden om helemaal geen voorinformatie te geven, of aan te geven welke groente ze gaan proeven en dat ze moeten raden welk nummer bij welke groente hoort.

Extra verdieping en meer doen

- Meer doen met proeven, ga dan aan de slag met [smaaklessen](#).
- Afval bestaat niet: Snijresten zoals het blad van de radijs kan in de gft-bak, op de composthoop of gebruikt worden in het compostpotje van les Maar gebruiken in een extra recept kan ook. Radijsjesblad verwerk je in een pittige stampot of een lekker pesto.



Pesto van Radijsjesblad

Nodig: (voor 225ml pesto)

Ingrediënten

- 50 gram radijsjesblad
- 20 gram pijnboompitjes, zonnebloempitjes of amandelen
- 20 ml olijfolie
- 25 gram geraspte parmezaanse kaas of edelgist (lactosevrij)
- Snufje zout
- Crackers of rijstwafels voor een kleine proeverij
- Eventueel radijsjes voor de garnering

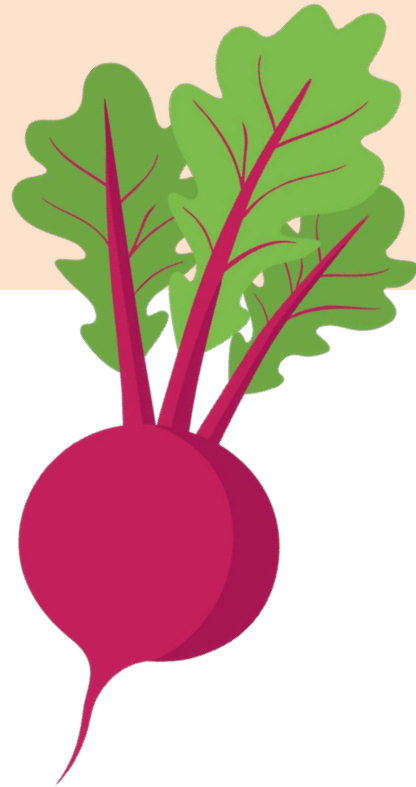
Gerei:

- Koekenpan
- Staafmixer en mengkom of keukenmachine

Hoe

Rooster de pitten of noten in een koekenpan. Was de radijsjesblaadjes en laat ze goed uitlekken. Verwijder gele blaadjes en hele harde steeltjes. Meng alle ingrediënten goed door elkaar en pureer ze tot een gladde massa.

Serveer op een crackertje of rijstwafel en laat alle leerlingen proeven. Garneer met een stukje radijs en proef het verschil tussen knolletje en blad.



Rara wat proef ik?

De structuur van mijn groente is:

- ☐ hard
- ☐ zacht

Mijn groente smaakt:

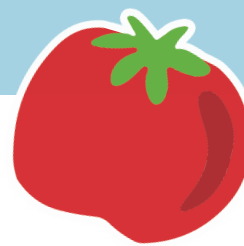
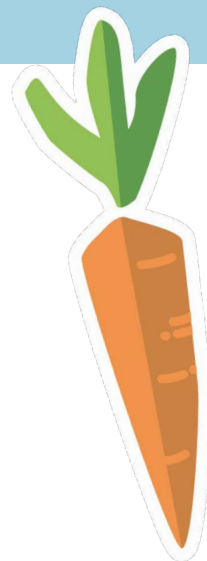
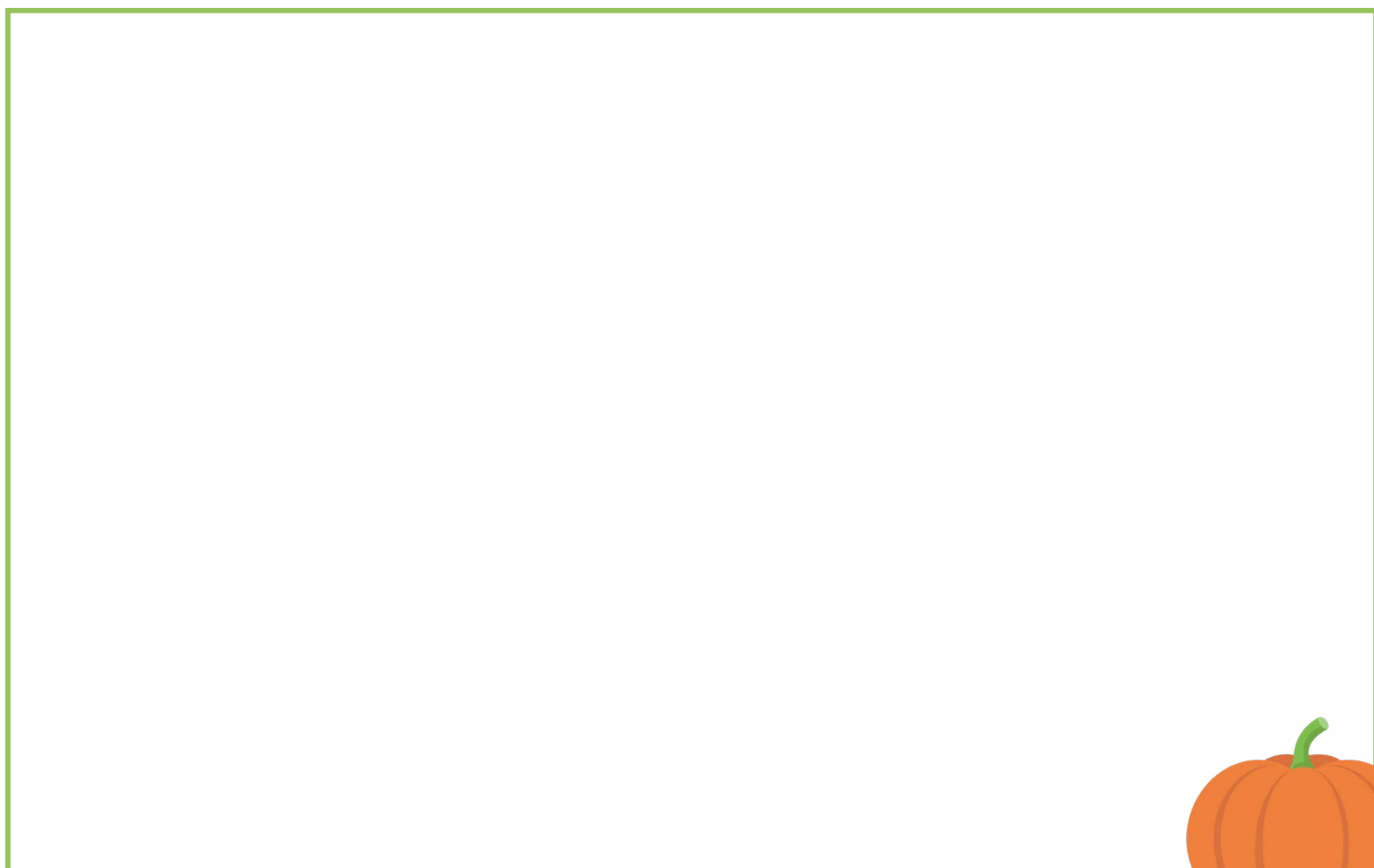
- ☐ zoet
- ☐ zout
- ☐ pittig
- ☐ bitter
- ☐ anders:.....

Ik vind deze smaak wel/niet lekker

Ik denk dat de naam van mijn groente is:

.....

Teken hier de groente:



Het team in de grond

In een gezonde schooltuinbodem zijn enorm veel helpers aanwezig om de grond gezond te houden en de groente goed te laten groeien. Een lesje bodemdieren zoeken zorgt ervoor dat de handen in de grond gaan en tijdens het wroeten verwondering over al het leven in de grond plaatsvindt. Doe als leerkracht vooral lekker mee!

Nodig (per groepje of leerling)

- Een schepje, maar een eetlepel werkt vaak ook prima!
- Witte bekertjes
- Loepotjes
- Zoekkaart bodemdieren
- Een platte witte bak

Waar en wanneer

Jaarrond, behalve als het vriest. Onderzoek verschillende locaties: De bodem van de schooltuin, onder de struiken, de zandbak, onder een schoolplein tegel.

Hoe

Verdeel de klas in groepjes en zorg dat ieder groepje de gewenste materialen heeft. Een wit bekertje of loepotje met dekseltje per kind is een aanrader omdat kinderen erg op kunnen gaan in zelf zoeken.

Spreek af dat als ze een diertje gevonden hebben ze dit naar de verzamelplek brengen. Ga eerst het diertje zorgvuldig bestuderen en help de kinderen met vragen die ingaan op de zintuiglijke beleving: Hoe ziet het er uit, hoeveel pootjes, hoe voelt het, hoe ruikt het. Hoe helpt dit beestje mee in de schooltuin? Wat voor naam denkt de leerling dat het beestje heeft (mag een zelf bedachte naam zijn)

Ga daarna op de zoekkaart kijken of de 'echte' naam gevonden kan worden.

Tips

- Maak afspraken over het oppakken van beestjes: hoe doe je dat en niet gillen of laten vallen bij schrikken.
- Maak afspraken over hoe diep de kinderen mogen graven en wroeten.
- Besteed wat tijd aan het uitleggen over hoe je een zoekkaart gebruikt.

Extra verdieping en meer doen

Film

Bekijk via de Alliantie Schooltuin gratis met je klas naar de film *Onder het maaiveld junior*. Je kunt deze [hier](#) aanvragen

Zoekkaarten

[Zoekkaart van de Bodemdierendagen](#)
[Zoekkaart van ARK Rewilding](#)

Lespakketten

[Lespakket Onder het maaiveld](#): Een lespakket dat aansluit bij de film *Onder het maaiveld*
[Lespakket Bodemdieren, kriebelig of cool](#)
[Natuurles bodemdieren](#)

Onderzoeksmaterialen

Bij het lokale NDE-centrum kun je vaak gratis of tegen een kleine betaling onderzoeksmaterialen lenen. Zoek het aanbod van jouw NDE-centrum [hier](#)



De compostfabriek in een potje

Wist je dat een bananenschil geen afval is, maar een soort superheld? Hij kan veranderen in voedsel voor nieuwe planten. Maak samen met de leerlingen een mini compostfabriek en zie hoe de omzetting van schil tot voedsel gaat.

Nodig (per groepje of leerling)

- Doorzichtig potje of plastic bekertje met deksel (bijv. jampotje)
- Lepeltje of ijsstokje
- Aarde (potgrond of tuinaarde)
- “Groen” materiaal:
 - » groente- en fruit schillen (bijv. appel, banaan)
 - » koffiedik of theezakje
- “Bruin” materiaal:
 - » droge blaadjes
 - » stukjes karton of wc-rol (in kleine stukjes)
- Plantenspuit of klein beetje water
- Eventueel: label en stift
- Afbeelding of poster van de compost kringloop (optioneel)

Waar en wanneer

Deze les kan jaarrond uitgevoerd worden. Bij hogere temperaturen gaat het composteringsproces sneller dan bij koude temperaturen.

Hoe

Wat is compost?

Start klassikaal met een gesprek over compost en composteren. Weten de leerlingen wat er gebeurt als je een bananenschil weggooit? Dat composteren het afbreken van etensresten en planten is? Dat kleine diertjes, schimmels en bacteriën deze resten verwerkt tot ‘nieuwe aarde’. Hier is ruimte in de les om de compostkringloop verder toe te lichten door middel van een visualisatie.

Compost bestaat uit droge en natte lagen, ook wel bruin (karton of blaadjes) en groene (groente- en fruitresten) lagen. Om het composteren te starten is er lucht/ zuurstof en vocht/ water nodig. Dit kan in het klein nageemaakt worden, bijvoorbeeld een compostpotje.

Aan de slag: Compostpotje maken

1. Doe een laagje aarde onderaan in het potje;
2. Voeg een klein beetje groen materiaal toe;
3. Leg daar een laagje bruin materiaal op;
4. Herhaal dit, alsof je een lasagne bouwt en sluit af met een laatste laagje aarde;
5. Maak dit laagje vochtig (niet nat);
6. Sluit het potje en maak gaatjes in de deksel;
7. Label het potje met een naam/ groepje en datum.

Laat de leerlingen gedurende enkele weken kijken wat er in het potje verandert. Welke kleur en geur ervaren zij? Dit kunnen zij opschrijven in een composteer dagboek.

Tips

- Zet een paar potjes op een warmere plek dan andere. Laat leerlingen zien welke invloed het temperatuurverschil heeft op het composteerproces.
- Je kan meerdere potjes vullen met groente en fruit en met plastic. Bespreek de verschillende resultaten vervolgens klassikaal. Zo zien leerlingen het nut van goed afval scheiden.

Extra verdieping en meer doen:

Lespakketten

Natuurles van Bodem tot bord

De Klieners, les over afval

Moestuïnlles 3: Wormen de helden van de moestuin

Lesbrief de compostfabriek



De bodem van jouw (school)tuin

Het thema van de Week van de Schooltuin is bodem. Maar wat is de bodem van jouw schooltuin eigenlijk? Of, als je nog geen schooltuin hebt, kun je in de bodem die je nu op het oog hebt groentes laten groeien? Wat is het verschil tussen aarde, zand en grond. En dan hebben jullie klei, zand, leem of veen in de bodem? Er zijn in Nederland allerlei grondsoorten. En op iedere grondsoort groeien groentes op een andere manier. Daar is heel veel theoretische informatie over te vinden in boeken en filmpjes, maar het begint met kijken, ervaren en doen. Met de grondboor of schep de aarde in en eerst eens beleven met al je zintuigen.

Nodig

- Grondboor
- Plastic goot om de lagen in uit te leggen (kan ook boven op grond, bijvoorbeeld op tegels)
- Handschepjes en emmers of bakjes (per kind of groepje)
- Eventueel een vragenblad (zie bijlage)
- Eventueel hulpouders om de groepjes te begeleiden
- Papier en potlood

Waar en wanneer

Jaarrond, behalve als het vriest

Hoe

Grondig onderzoek met al je zintuigen

Spreek met de leerlingen af waar ze mogen graven. Laat iedere leerling of groepje een emmer of bakje volscheppen met grond. Laat hen zelfstandig het vragenblad invullen of laat dit begeleiden door een hulpouder. Bespreek de antwoorden klassikaal.

De diepte in

Vertel de leerlingen dat de bodem uit lagen bestaat. Zij hebben in de bovenste laag gegraven, maar dieper in de grond kan de samenstelling, kleur en geur heel anders zijn. Kies een paar locaties om een grondboring te doen. Heb je meer grondboren dan kun je dit in groepjes doen en de resultaten met elkaar vergelijken. Heb je een schooltuin dan is het leuk om deze grondboring centraal te stellen om de andere boringen mee te vergelijken.

Bespreek de lagen die je ziet: Welke kleur heeft de laag, hoe voelt de laag (structuur, nat of droog), hoe ruikt de laag. Welke kleur heeft het gedeelte waar

planten groeien? Zie je daar nog plantenwortels groeien?

Per grondboring kan een kleuren/dieptekaart gemaakt worden. Laat de leerlingen 'kleuren' met de grond zelf, door met hun vinger een beetje grond uit te smeren op de bodemkaart.

Geen ervaring met het doen van een grondboring? Bekijk [dit filmpje](#).

Extra verdieping en inspiratie

Excursie

Klei, veen of zand. De bodem bepaalt vaak welke groentesoort er meer grootschalig gekweekt wordt. Ga eens op excursie bij de boer of maak een fietstocht om te bekijken wat er in de omgeving op de akker groeit. Educatieboeren vertellen jouw klas graag meer > Je vind ze [hier](#).

Lespakket

[Bodem onderzoek Groene Schoolplein](#)

Filmpjes

[Schooltv: Kleuren in de grond](#)

[Schooltv: Huisje boompje beestje onder de grond](#)



Een grondige hap uit jouw onderbroek

Een les met een onderbroek, dat is gegarandeerd een succes... Want als je de leerlingen vertelt dat er heel veel dieren graag een hap uit hun onderbroek nemen is dat lachen en gillen. Maar weten zij dat er heel, maar dan ook heel veel diertjes zijn die zo'n onderbroek wel zien zitten? In de bodem wonen namelijk echte opruimers die grondig werk kunnen maken van bijna alles. Alles wat zij nodig hebben is natuurlijke stof (katoen) en tijd. Hoe efficiënt deze natuurlijke schoonmakers zijn, kunnen jullie in de schooltuin of een ander stuk tuin testen!

Nodig

- 100% katoenen onderbroeken (1 per groepje of per klas)
 - » licht van kleur, ongedragen
- Schepje of tuinschep
- Tuin, schoolplein met aarde, schooltuin of grote bloempot
- Stokje, vlaggetje of label om de plek te markeren
- Water (indien de grond erg droog is)
- Werkbladen of schrift
- Handschoenen (optioneel)
- Meetlint of liniaal (optioneel)

Waar en wanneer

Het bodemleven is actiever bij hogere temperaturen. In warme weken gaat de vertering van de onderbroek sneller.

Hoe

Vorbereiding

1. Kies een plek in de schooltuin, het schoolplein (groenstrook) of een nabij park.
2. Controleer of de bodem niet te droog of keihard is.
3. Zorg dat de onderbroek ongewassen en zonder synthetische stoffen is

Deel 1: Het begraven van de onderbroek

1. Introduceren en bedenken: Wat denken de leerlingen dat er gebeurt als wij een onderbroek in de grond stoppen? Zou hij er na een tijdje er nog hetzelfde uitzien?
2. Voorspellen: Vraag de leerlingen om te schrijven/ tekenen hoe de onderbroek er na 4 tot 8 weken uit zal zien. Wie of wat zou voor deze verandering zorgen?
3. Het begraven: Graaf een gat van ongeveer 15-20 centimeter en leg de onderbroek er plat in. Bedek de onderbroek met aarde en druk deze aan. Markeer de plek van het onderbroekengraf en noteer ook de datum (en klas).

Deel 2: We wachten en wachten al zo lang!

1. Wacht een paar weken zodat het rijke bodemleven zijn werk kan doen.
2. Zie je een inhoudelijk haakje in een andere les? Benoem de onderbroek dan nog eens.



Deel 3: Niet te wilde wroeters

1. Graaf de onderbroek voorzichtig op en leg hem op een krant of in een bak.
2. Laat de leerlingen kijken en beschrijven wat zij zien;
Wat is er nog over? Waar zitten de gaten en welke beestjes zien ze?
3. Pak terug op de voorspellingen die de leerlingen eerder hebben gedaan, klopten deze? Wat zegt dit over de bodem?

Tips

- Begraaf meerdere onderbroeken op verschillende plekken (zon/schaduw of zand/klei). Vergelijk de resultaten, wat leren we over verschillende soorten grond?
- Je kunt de onderbroek voor- en achteraf meten. Hoeveel centimeter onderbroek 'eet' de 'grond' gemiddeld per week?
- Aansluitend kun je in gesprek over een gezonde bodem en de link leggen naar composteren en afval scheiden.

Extra verdieping en inspiratie:

Lespakketten

Bodemonderzoek met theezakjes
Online cursus onder het maaiveld

Filmpjes

Schooltv: Gezonde bodem

Lekker luisteren

Vroege Vogels, onderbroek begraven

