

Er du på mærkerne?

- på opdagelse i supermarkedet



Lærervejledning

Udarbejdet af Camilla Damsgaard, Lektor, UCN Læreruddannelsen

Indhold

INTRODUKTION TIL LÆREREN	3
FORORD.....	3
DIDAKTISK TILGANG	3
NYTTIGE TIPS OM UDESKOLE	5
OM UNDERVISNINGSMATERIALET	6
FORMÅL.....	6
TEMA: PÅ MÆRKERNE	7
FASE 1 : FØDEVAREMÆRKER	8
FASE 2 : HVOR ER MÆRKERNE?	9
TEMA: DIT EGET VALG!	11
FASE 3 : HVAD SKAL JEG VÆLGE?.....	12
FASE 4 : VORES WOKRET	14
NYTTIG VIDEN TIL LÆREREN.....	15
FØDEVAREMÆRKER	15
DET BREDE KVALITETSBEGRÆB	17
LITTERATUR	18
BILAG	19

INTRODUKTION TIL LÆREREN

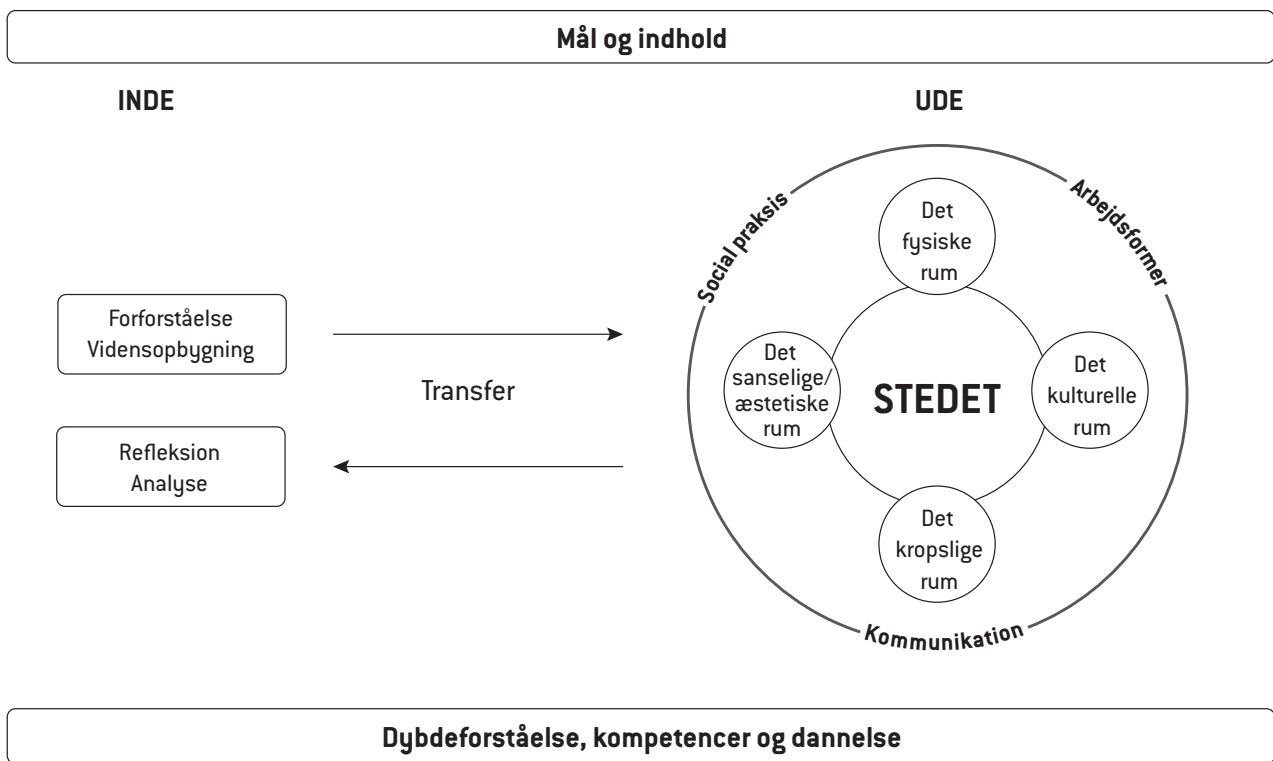
Er du på mærkerne? – På opdagelse i supermarkedet

FORORD

Dette undervisningsmateriale er et hæfte i en serie, der er udviklet i forbindelse med forskningsprojektet, Projekt Udeskole, ved Professionshøjskolen UCN, Læreruddannelsen i Aalborg. Hæfterne er udarbejdet på baggrund af en række undervisningsforløb, der er afprøvet på udvalgte skoler i Nordjylland. Skolerne udmærker sig ved at have en særlig udeskoleprofil eller optagethed af den didaktiske praksis omkring udeskole. Undervisere fra læreruddannelsen har fungeret som sparringspartnere og har i samarbejde med lærerne på skolerne tilrettelagt, gennemført og evalueret forløbene. Det gode samarbejde mellem praksisfeltet og læreruddannelsen har resulteret i, at projektgruppen i Projekt Udeskole har udarbejdet en serie af undervisningsmaterialer til udvalgte fag i grundskolen.

DIDAKTISK TILGANG

Den didaktiske tilgang i Projekt Udeskole er baseret på nedenstående model.



Kort fortalt er modellen et didaktisk redskab, der kan hjælpe dig med at tilrettelægge udeskoleforløb, der sigter mod at skabe autentiske og stedbaserede læringsoplevelser i undervisningen. Tilgangen er inspireret af erfaringspædagogikken, hvor konkrete oplevelser og erfaringer i samspil med refleksion over egen læring, spiller en væsentlig rolle i elevernes tilegnelse af færdigheder og viden.

Modellen er relationel, hvilket betyder, at du kan starte forskellige steder i modellen afhængig af dine indledende overvejelser over udeskoleforløbet. Kategorierne hænger sammen og påvirker hinanden indbyrdes. Eksempelvis kan du tage udgangspunkt i *stedet*, hvor du gør dig overvejelser over, hvordan stedet bidrager til elevernes læring og tilegnelse af undervisningens indhold. Men du kan fx også starte med *indhold* og *mål*, og

derefter gøre dig overvejelser over, hvilket *sted* der vil skabe gunstige betingelser for målopfyldelse og tilegnelse af indhold. Desuden vil disse overvejelser kunne sammenholdes med, hvilken *arbejdsform*, *social praksis* og *kommunikation* der bedst egner sig til såvel *sted* som *mål* og *indhold*. På den måde hænger kategorierne sammen, og du må starte i modellen, hvor det giver mening i forhold til din undervisning.

En anden væsentlig pointe i forhold til modellen er dens inddeling i kategorierne *inde* og *ude*. Karakteristisk for udeskole er netop bevægelsen mellem inde-ude-inde. Inde arbejder eleverne ofte teoretisk med undervisningens indhold, og de bliver forberedt på udebesøget, så de ved, hvad de skal undersøge eller arbejde med. Ved udebesøget arbejder eleverne ofte undersøgende og med praktiske og konkrete aktiviteter, der lægger op til kropslig læring. Når eleverne igen er tilbage i klasselokalet, kan de konkrete oplevelser, erfaringer eller undersøgelser være genstand for videre bearbejdning, refleksion og til sidst evaluering af forløbet. Det kan så igen lede til nye spørgsmål og interessante problemstillinger, der kan undersøges i et nyt udeskoleforløb. På den måde skabes en god struktur og sammenhæng mellem undervisningen i klasselokalet og ude.

Nedenfor udfoldes kategorierne i modellen: Øverst i modellen er kategorierne *indhold* og *mål* placeret. Her må du gøre dig overvejelser over, hvilke mål der er for undervisningen og elevernes læring, og hvad undervisningens indhold skal være.

Modellens venstre side repræsenterer undervisningen *inde*. Det er her eleverne forberedes til selve udedelen. Undervisningen inde er kendetegnet ved at sætte fokus på en mere abstrakt og generaliserbar viden, som netop omsættes i det konkrete og nære, når eleverne kommer ud. Der arbejdes således med at udvikle eleverne *forforståelse* og med *vidensopbygning*.

Fra modellens venstre side fører en pil benævnt *transfer* over til højre side, undervisning ude. Transfer er stilladsering af sammenhængen mellem hvad eleverne lærer inde og ude.

Modellens højre side præsenterer de overvejelser, du må gøre i forhold til uderummet eller stedet, som kategorien er betegnet. Herunder skal følgende spørgsmål tages stilling til:

Det fysiske rum – hvad indbyder rummet til af læring? Er der bestemte artefakter, som eleverne skal anvende? Hvad skal jeg selv medbringe?

Det sanselige/æstetiske rum – hvordan indgår sanserne i læreprocessen? Hvilke indtryk ønsker jeg, eleverne skal opnå? Hvilke udtryk kan eleverne arbejde med at skabe?

Det kropslige rum – hvordan indgår kroppen i læreprocessen? Hvilke former for bevægelsesaktiviteter understøtter elevernes læring?

Det kulturelle rum – Er der særlige kulturelle koder, eleverne skal kende til? Fx et bestemt kodeks for opførelse?

Omkranset stedet findes kategorierne *arbejdsformer*, *kommunikation* og *social praksis*. Her må du udvælge, hvilke erkendelses- og arbejdsformer stedet lægger op til, elevernes forudsætninger, de opstillede mål og indholdet. Skal eleverne som social praksis samarbejde i grupper eller par om problemstillingerne, og hvordan fordeles arbejdsopgaverne? I kommunikationen må du være opmærksom på hvilke nye fagbegreber, der er vigtige at uddybe og italesætte sammen med eleverne. Lav gerne en liste med begreberne, og overvej, hvordan de bedst italesættes i undervisningen.

Fra modellens højre side fører transferpilen tilbage til venstre side, undervisning inde. Når eleverne efter udebesøget kommer tilbage i klasselokalet, er der fokus på *refleksion* og *analyse*. Her efterbehandles oplevelserne og erfaringer fra uderummet, hvilket kan lede til nye spørgsmål, en anden forforståelse og ny vidensopbygning, som igen kan anspore til et besøg ude. På den måde kan modellen netop forstås cirkulært.

Nederst i modellen er *kompetencer*, *dybdelæring* og *dannelse*. Her må overvejes både et kortsigtet og mere langsigtet udbytte af undervisningen i henhold til ministeriets bestemmelser og fagets genstandsfelt.

Læs mere om modellen og det teoretiske og praktiske grundlag for udeskole i bogen 'Udeskole i teori og praksis' (Bærenholdt & Hald, 2020).

NYTTIGE TIPS OM UDESKOLE

Når du skal tilrettelægge udeskoleforløb, er der en række generelle opmærksomhedspunkter, der er værd at gøre sig bevidst. Herunder får du fem gode råd af såvel praktisk som didaktisk karakter, der kan klæde dig godt på til dine udeskoleforløb.

- 1. Praktiske forhold.** Sørg for at informere forældre og elever om udeskolebesøget. Det er vigtigt, at eleverne har påklædning på efter vejret, samt at de medbringer en drikkedunk og evt. en solid madpakke, der kan indtages ude. En rulle plastikposer kan medbringes til at samle affald fra madpakker i.
- 2. Grej, udstyr og materialer.** Lav en klar fordeling af, hvem der har ansvaret for pakning af grej, udstyr og materialer til turen. Lav også en fordeling af, hvem der transporterer grej, udstyr og materialer både ud og på hjemturen.
- 3. Klare instruktioner.** Sørg for, at alle elever er godt introducerede til arbejdsopgaverne eller undersøgelserne, inden I går ud. Lad eleverne stille afklarende spørgsmål inden.
- 4. Klar struktur.** Præsenter en klar struktur for udebesøget. Informer eleverne om turens program, inden I går ud. Aftal mødetidspunkter, tidspunkter for pauser og tidspunkter for opsamlinger og hjemturen.
- 5. Samlingspunkt.** Udvalg et samlingspunkt ude, hvor fælles beskeder kan gives. Saml eleverne i en cirkel og stå selv med solen i øjnene og vinden i ryggen. Så kan eleverne se og høre dig.
- 6. Samlingssignal.** Sørg for at have et signal, eleverne kender, når du vil samle dem. Det kan være et håndtegn til steder, hvor man ikke må larme, eller en fløjte til større udearealer.
- 7. Gåmakker.** Til mindre klasser er det en fordel, hvis de har en fast gåmakker, som de går med både ud og hjem.
- 8. Hold fokus.** Opsamlinger sker smidigt undervejs, når eleverne mister fokus. Hvad har I gjort og lært indtil nu? Hvad skal I herefter?
- 9. Lærerrollen.** Overvej, hvordan eleverne kan være aktivt deltagende, således at eleverne gennem samarbejde i grupper udnytter stedet som læringsarena og/eller kundskabskilde. Lærerrollen bliver da at stilladsere og støtte eleverne undervejs.
- 10. Fotos.** Fasthold det faglige indhold med fotos, men overhold GDPR. Elektroniske devices kan beskyttes fra madvarer, skidt eller fugt, ved fx at vikle husholdningsfilm omkring, idet det ikke påvirker touch screen-funktionen.

OM UNDERVISNINGSMATERIALET

Undervisningsmaterialet er opbygget med en hensigt om at gøre indholdet let tilgængeligt for dig som lærer. Materialet består af en lærervejledning og et elevmateriale, der begge udfolder undervisningsmaterialets to temaer:

På mærkerne.

Dit eget valg!

I *lærervejledningen* finder du til hvert tema en skematisk oversigt med forslag til, hvilke Fælles Mål undervisningen kan tage udgangspunkt i. I skemaet er ligeledes opstillet eksempler på mål for undervisningen med tilknyttede tegn på læring, du kan være opmærksom på hos eleverne. Målene og tegnene er vejledende og kan justeres efter elevernes forudsætninger og rammerne for undervisningen.

Efterfølgende finder du en oversigt, der præsenterer de enkelte undervisningsganges struktur med forslag til, hvordan du kan tilrettelægge undervisningen.

Desuden er der inkluderet en materialeliste og nyttige tips og tricks.

Elevmaterialet er opdelt i temaer, der hver indeholder flere *faser*. Til hvert tema er der en introducerende tekst og en præsentation af mål. Derefter følger faserne med tilhørende opgaver.

FORMÅL

Gennem de seneste år er der kommet øget fokus på udeskole, hvor forskning viser, at udeskoleaktiviteter kan være med til at fremme trivsel, nye måder at lære på og medvirke til en øget grad af bevægelse i undervisningen (Bølling, 2019; Schneller, 2017; Otte, 2018). I udeskole lærer eleverne om virkelighedsnære problemstillinger i en relaterbar kontekst.

Formålet med dette undervisningsmateriale er at inspirere til, hvordan du, som lærer, kan tilrettelægge en undervisning, der inkluderer autentiske uderum i madkundskabsundervisningen.

Gennem et besøg i et supermarked, er det hensigten, at eleverne skal tilegne sig viden om de forskellige typer af fødevarer, de møder i butikkerne, når de handler. I formålet for faget madkundskab lægges der vægt på, at eleverne skal udvikle deres fødevarerbevidsthed, og gennem undervisningen er det målet, at de skal opnå kundskaber og færdigheder, der gør dem i stand til at træffe kritiske og reflekterede madvalg (Undervisningsministeriet, 2019).

Klassetrin: Læremidlet henvender sig til obligatorisk madkundskab på 4.-6. klassetrin.

Tid på året: Forløbet er ikke sæsonafhængigt og kan gennemføres hele året.

Varighed: Forløbet er rammesat til at vare fire undervisningsgange af to til fire lektioner. En vigtig forudsætning for det estimerede tidsforbrug er, at der ligger et supermarked eller en købmand i gåafstand fra skolen. Ved de to udebesøg anbefales tre til fire lektioner. Såfremt indkøbsmulighederne ikke ligger tæt på skolen, må tidsplan og aktiviteter justeres herefter.

Elevforudsætninger: Det anbefales, at eleverne har stiftet bekendtskab med enkelte tilberedningsmetoder og teknikker, herunder at stege, koge og snitte. Desuden lægger forløbet op til, at eleverne tidligere har arbejdet med sensoriske kategorier som smag og tekstur. Afhængig af elevernes forudsætninger og antal lektioner, der er til rådighed, kan du vurdere, om alle aktiviteter skal inkluderes. Det er muligt at udvælge dele af materialet og stadig skabe sammenhæng og progression i undervisningen.

PÅ MÆRKERNE

Undervisningsmaterialet er bygget op omkring Fælles Mål for madkundskab. Herunder præsenteres, hvilke Fælles Mål temaet tager udgangspunkt i.

FÆLLES MÅL			
KOMPETENCE-OMRÅDE OG -MÅL	FÆRDIGHEDS- OG VIDENSOMRÅDE	MÅL FOR UNDERVISNINGEN	TEGN PÅ LÆRING
FØDEVAREBEVIDSTHED Eleven kan træffe begrundede madvalg i forhold til kvalitet, smag og bæredygtighed.	BÆREDYGTIGHED OG MILJØ MADVAREDEKLARATIONER OG FØDEVAREMÆRKNINGER	Eleven kan forklare betydningen af de mest almindelige fødevaremærker. Eleven kan give eksempler på, hvad der kan påvirke en forbrugers valg af fødevarer.	Eleven nævner forskellige typer af fødevaremærker. Eleven beskriver, hvad der karakteriserer de enkelte fødevaremærker. Eleven forholder sig til og diskuterer fødevaremærkernes funktion. Eleven fortæller om egne indkøbsvaner. Eleven beskriver forskelle på egne og andres indkøbsvaner. Eleven forklarer, hvad der påvirker egne og andres valg af fødevarer.
MADLAVNING Eleven kan anvende madlavningsteknikker og omsætte idéer i madlavningen.	GRUNDMETODER OG MADTEKNIK	Eleven kan fremstille et morgenmadsprodukt og vurdere, om det lever op til kravene til fuldkornsmærket.	Eleven undersøger ingredienserne til retten for mærker. Eleven undersøger kravene til fuldkornsmærket. Eleven kan begrunde om morgenmadsprodukter kan leve op til fuldkornsmærket.

FASE 1 : FØDEVAREMÆRKER

INTRODUKTION TIL FØDEVAREMÆRKER

Varighed: 2-3 lektioner

UNDERVISNINGENS OPBYGNING

INDE

1. Præsenter temaet 'På mærkerne' for eleverne.
2. Fortæl eleverne om undervisningsforløbet, hvor der lægges vægt på, at forløbet er et udeskoleforløb. Hvis eleverne ikke tidligere har arbejdet med udeskole, forklares, hvad udeskole er. Læg vægt på sammenhængen mellem inde-ude-inde.
3. Introducer og drøft målene for temaet 'På mærkerne'.
4. Gennemgå introduktionsteksten til temaet, hvor der er fokus på fødevareremærker. Det kan gøres som fælles gennemgang på klassen eller i grupper. Anvend fx Cooperative Learning-strukturen rollelæsning.
5. Gennemgå teksten til Fase 1 med eleverne. Drøft spørgsmålet i 'Dilemmahjørnet' om fordele og ulemper ved fødevareremærker i plenum.
6. Introducer opgave 1 'Kender du mærkerne?' Spørgsmålene drøftes på klassen med udgangspunkt i elevernes forhåndsviden.
7. Introducer opgave 2 'Smag på mærkerne'. Opgaven lægger op til, at eleverne skal samarbejde to og to om at undersøge udvalgte fødevarer sat frem på et fælles bord (fødevarerne er ingredienserne til det praktiske arbejde). Eleverne skal finde fødevareremærker på varerne, og derefter skal de fremstille enten müsli eller knækbrød. De skal vurdere om deres produkt vil kunne få fuldkornsmærket. Her kan de anvende hjemmesiden www.fuldkorn.dk
8. Eleverne præsenterer deres produkter for hinanden og smager.
9. Opsamling og foreløbig evaluering på klassen. Hvad har eleverne lært i dag?

MATERIALER

Indkøb mel og kornprodukter med forskellige fødevareremærker på.

Ingredienser til opskrifterne på müsli og knækbrød.

Evt. computer eller tablet samt telefon til at løse opgaverne og tage billeder.

ELEVOPGAVER

Opgave 1: Kender du mærkerne?

Opgave 2: Smag på mærkerne.



NYTTIGE TIPS

Læs mere om økologi på fødevarerstyrelsens hjemmeside: <https://altomkost.dk/fakta/oekologi/>

Læs mere om fuldkorn på fuldkornlogoets hjemmeside: <https://www.fuldkorn.dk/>

Læs mere om nøglehulsmærket på hjemmesiden: <https://altomkost.dk/noeglehullet/>

Hvis dine elever skal lære mere om mærkning af fødevarer og varedeklarerationer, kan du finde gode oplysninger i elevsprog på hjemmesiden: <https://madkundskabsforum.dk/om-foedevarer/maerkning-af-foedevarer>

FASE 2 : HVOR ER MÆRKERNE?

INTRODUKTION TIL FØDEVAREMÆRKER

Varighed: 3-4 lektioner

FORBEREDELSE INDEN UDESKOLEBESØG

- Kontakt det lokale supermarked eller den lokale købmand og aftal et besøg, så butikschefen er opmærksom på, at klassen kommer den pågældende dag.
- Aftal, om I må tage billeder af fødevarerne i butikken.
- Aftal evt. et tidspunkt under besøget, hvor butikschefen kan fortælle om butikken, og hvor eleverne kan stille spørgsmål til temaet om fødevareremærker eller andre fagligt relevante spørgsmål.

UNDERVISNINGENS OPBYGNING

INDE

1. Gennemgå teksten til fase 2. Fortæl eleverne om jeres forestående besøg i supermarkedet eller hos den lokale købmand.
2. Tal med klassen om deres erfaringer med at handle. Hvilke kulturelle regler om opførsel, har de selv lagt mærke til? Drøft fælles spilleregler for besøget på gå-/cykelturen til butikken.
3. Gennemgå opgave 1 'På mærkejagt!'. Enten i fællesskab eller gruppevis, hvorefter eleverne kan stille spørgsmål, hvis de er i tvivl om noget inden turen. Sæt fokus på begreberne: Fødevarergrupper, fødevareremærker, reklamer, mersalg og nudging. Aftal med eleverne, hvor lang tid de har til at løse opgaverne i butikken.

UDE

4. Eleverne arbejder med opgave 1 'På mærkejagt!' i grupper.

INDE

5. Når klassen er kommet tilbage fra supermarkedet eller købmanden, præsenteres opgave 2 'Få styr på mærkerne!'. Tildel hver gruppe et fødevareremærke. Opgaven går ud på at undersøge det tildelte fødevareremærke. Eleverne skal benytte sig af hjælpespørgsmålene i opgave 2, og billederne de har taget i butikken til at lave en digital planche, der præsenterer gruppens fødevareremærke.
6. Opsamling og evaluering. Hvis der er tid, kan eleverne præsentere deres digitale planche for resten af klassen. Ellers kan du printe plancherne til næste undervisningsgang og hænge dem op i klassen som inspiration.
7. Inspirationsspørgsmål til evaluering af temaet:
 - Hvad ved I nu om fødevareremærker?
 - Hvad kan du bruge din viden om fødevareremærker til?
 - Hvilke metoder kan en butik anvende til at skabe mersalg?
 - Hvad betyder nudging?
 - Hvad vil det sige at være en bevidst forbruger?

MATERIALER

Påklædning efter vejret.

Computer eller tablet til at løse opgaverne.

Udprintet version af skemaet i opgave 1, som skal anvendes under besøget i butikken.

ELEVAKTIVITETER

Opgave 1: På mærkejagt!

Opgave 2: Få styr på mærkerne!



NYTTIGE TIPS

Man kan med fordel udarbejde spørgsmål til butiksbestyreren i samarbejde med eleverne. Her er det en god ide at lave et fælles idékatalog med spørgsmål. Spørgsmålene kan fx vedrøre fødevaremærker og fødevaregrupper, butikkens måde at reklamere på, butikkens indretning, nudging og mersalg, hvor meget der sælges mv.

TEMA

DIT EGET VALG!

Herunder præsenteres, hvilke Fælles Mål temaet tager udgangspunkt i.

FÆLLES MÅL			
KOMPETENCE-OMRÅDE OG -MÅL	FÆRDIGHEDS- OG VIDENSOMRÅDE	MÅL FOR UNDERVISNINGEN	TEGN PÅ LÆRING
<p>FØDEVAREBEVIDSTHED</p> <p>Eleven kan træffe begrundede madvalg i forhold til kvalitet, smag og bæredygtighed.</p>	<p>BÆREDYGTIGHED OG MILJØ</p> <p>KVALITETSFORSTÅELSE OG MADFORBRUG</p>	<p>Eleven kan vurdere fødevarer ud fra et bredt kvalitetsbegreb.</p> <p>Eleven kan vælge fødevarer til en wokret og begrunde sine valg.</p>	<p>Eleven giver eksempler på vurderingskriterier for fødevarer.</p> <p>Eleven fortæller om, hvad der kan have betydning for vores madvalg.</p> <p>Eleven forklarer, hvordan fødevaremærker kan hjælpe os med at vælge.</p> <p>Eleven vælger i samarbejde med sin gruppe passende fødevarer til wokretten.</p> <p>Eleven begrundet valg af fødevarer ud fra et bredt kvalitetsbegreb.</p> <p>Eleven diskuterer egne fødevarevalg med klassen.</p>
<p>MADLAVNING</p> <p>Eleven kan anvende madlavningsteknikker og omsætte idéer i madlavningen.</p>	<p>MADLAVNINGENS MÅL OG STRUKTUR</p> <p>GRUNDMETODER OG MADTEKNIK</p>	<p>Eleven kan udvikle og fremstille en wokret.</p>	<p>Eleven vælger i samarbejde med sin gruppe passende fødevarer til wokretten.</p> <p>Eleven omsætter i samarbejde med sin gruppe grundopskriften til deres egen opskrift.</p> <p>Eleven anvender snitteteknikker og korrekt stegemetode i fremstillingen af wokretten.</p>

FASE 3 : HVAD SKAL JEG VÆLGE?

INTRODUKTION TIL FØDEVAREMÆRKER

Varighed: 3-4 lektioner

FORBEREDELSE INDEN UDESKOLEBESØG

- Kontakt det lokale supermarked eller den lokale købmand og aftal jeres besøg, så butikschefen er opmærksom på, at klassen kommer den pågældende dag.
- Aftal med butikken og derefter eleverne, hvordan det er mest hensigtsmæssigt at betale for de varer, grupperne køber. Måske har skolen et købekort til butikken eller en konto?
- Aftal med eleverne, hvor meget tid de har på egen hånd til at handle.

UNDERVISNINGENS OPBYGNING

INDE

1. Gennemgå og drøft målene for temaet 'Dit eget valg!' med eleverne.
2. Læs introduktionsteksten til fase 2 'Hvad skal jeg vælge?'. Gennemgå teksten grundigt og sæt fokus på fødevarekvalitet og den bevidste forbruger.
3. Gennemgå opgave 1 'Hvad skal jeg vælge?'. Lad eleverne arbejde med spørgsmålene til opgaven i deres grupper. Faciliter gruppearbejdet ved at stille spørgsmål til elevernes begrundelser for valg af fødevarer til deres wokret.
4. Lav opgave 2 'Begrund dit valg!'. Støt eleverne i at udforme en indkøbsliste. Brug gerne en skabelon, der er opdelt i fødevarergrupper. Lad eleverne tjekke, om der er basisfødevarer i faglokalet, som de ikke behøver at handle.
5. Mind eleverne om de fælles spilleregler, I udformede sammen ved sidste udeskolebesøg.

UDE

6. Tag eleverne med i butikken for at handle.
7. Eleverne køber deres varer i grupper.

INDE

8. Når I kommer tilbage på skolen, skal fødevarerne pakkes ud. Tal med eleverne om holdbarhed og den korrekte opbevaring.
9. Afslut undervisningen med opgave 2B, hvor eleverne skal reflektere over deres erfaringer fra indkøbsturen. Lad dem notere deres svar.
10. Opsamling og foreløbig evaluering.

MATERIALER

Computer eller tablet til at løse opgaverne.
Skabelon til indkøbsseddel.

ELEVOPGAVER

Opgave 1: Hvad skal jeg vælge?
Opgave 2: Begrund dit valg!



NYTTIGE TIPS

Hvis eleverne ikke er vant til selv at lave indkøbssedler, kan det være gavnligt at introducere dem til en skabelon (se kopiark bagerst i lærervejledningen). Tal med eleverne om, hvordan et supermarked er indrettet efter fødevaregrupper, og hvorfor man sparer tid, hvis indkøbssedlen er inddelt på samme måde. Så undgår de at gå frem og tilbage mellem hylder og kølemontre.

Undervisningen kan perspektiveres til elementer fra kompetenceområdet 'Mad og sundhed' og færdigheds- og vidensområdet 'Hygiejne'. Sæt fx fokus på mikroorganismer og korrekt håndtering og opbevaring af fødevarer efter køb.

FASE 4 : VORES WOKRET

FREMSTILLING AF EGEN WOKRET UD FRA INDKØBTE VARER

Varighed: 2-3 lektioner

UNDERVISNINGENS OPBYGNING

INDE

1. Start undervisningen med en kort opsamling på sidste gangs besøg i supermarkedet.
2. Gennemgå opgave 1 'Fremstil jeres wokret' og opgave 2 'Vores wok – vores valg' med eleverne. Forklar, at de nu skal fremstille deres egen wokret, som skal præsenteres for hele klassen. Forklar, at de skal lave en skitse til en reklame og skrive notater til spørgsmålene i opgave 2, så de er klar til fremlæggelse. Aftal et tidspunkt, hvor alle skal være færdige.
3. Støt eleverne i deres opgaveløsning, mens de arbejder med opgaverne.
4. Præsentation: Faciliter elevernes præsentationer af deres retter. Stil uddybende spørgsmål undervejs.
5. Fælles spisning: Eleverne smager på hinandens wokretter (brug evt. vurderingsskemaer, som eleverne selv har fremstillet).
6. Opsamling og evaluering på temaet 'Dit eget valg!' ud fra spørgsmålene:
 - Hvad har du lært om fødevaremærker?
 - Hvilke nye ord har du lært i forløbet?
 - Hvad har du lært af dit besøg i supermarkedet?
 - Hvordan kan du bruge din nye viden i din hverdag?
 - Hvad vil du gerne vide mere om?

MATERIALER

HUSK at tage eventuelle frostvarer op af fryseren dagen før undervisningen.

Basisfødevarer og elevernes indkøbte fødevarer.

Blyanter/farver og papir.

Computer eller tablet til at løse opgaverne og telefon til at tage billeder.

ELEVOPGAVER

Opgave 1: Fremstil jeres wokret.

Opgave 2: Vores wok – vores valg.



NYTTIGE TIPS

Med henblik på at skabe progression i madkundskabsundervisningen kan man senere på skoleåret igen besøge supermarkedet, hvor fokus kan være emner såsom varedeklARATIONER, fødevarer i sæson eller madspild.





NYTTIG VIDEN TIL LÆREREN

FØDEVAREMÆRKER

Fødevaremærker er udarbejdet med en hensigt om at oplyse forbrugeren om et produkts særlige egenskaber eller kvalitet. Der findes efterhånden en lang række mærker, der fx oplyser om dyrevelfærd, produktionsmetoder samt sundheds- og ernæringsværdi.

Herunder finder du et udpluk af de forskellige fødevaremærker, der findes på de varer, du møder i supermarkedet. Hensigten er at give et overblik over de budskaber, der ligger bag mærkerne og samtidig informere om mærkernes afsendere.

FØDEVAREMÆRKE	OM MÆRKET
Ø-mærket 	Ø-mærket findes på økologiske produkter og viser, at produktet er underlagt kontrol af de danske myndigheder. Mærket kan sættes på dansk producerede eller pakkede fødevarer, hvis de danske myndigheders regler for økologi er overholdt. Reglerne vedrører, hvilke tilsætningsstoffer der er godkendt til økologisk fødevarerproduktion og begrænset eller ingen anvendelse af sprøjtemidler ved dyrkning.
Det europæiske økologimærke 	Mærket kan findes på produkter, der overholder EU's regler for økologisk produktion. Det kan både være et rødt Ø-mærke og det europæiske mærke på fødevarer. Det er de nationale myndigheders ansvar at kontrollere, at kravene til det europæiske økologimærke overholdes. Det gøres i Danmark af Fødevarestyrelsen.
Fuldkorismærket 	Fuldkorismærket viser, at produktet har et højt indhold af fuldkorn. Samtidig er der særlige krav til indholdet af fedt, salt, sukker og kostfibre. Mærket blev udviklet i 2007 af myndighederne i samarbejde med erhvervslivet med en målsætning om at øge danskernes indtag af fuldkorn.
MSC-mærket 	Marine Stewardship Council (MSC) mærket findes på fisk og fiskeprodukter. Det er en uafhængig organisation, der står bag. Den arbejder for bæredygtigt fiskeri og for at bevare biodiversiteten i havet og dermed sikre de vilde fiskebestande gode vilkår. Producenter kan anvende MSC-mærket, hvis de benytter sig af bæredygtige- og miljøvenlige fangstmetoder.
ASC-mærket 	ASC (Aquaculture Stewardship Council) er en selvstændig mærkningsordning. Mærket indikerer, at opdrættede fisk og skaldyr er opdrættet efter ansvarlige og bæredygtige principper, der sikrer et miljøvenligt og socialt ansvarligt produkt.
Nøglehullet 	Det er Miljø- og Fødevareministeriet, der står bag nøglehulsmærket. Hensigten med mærket er at vejlede forbrugeren til at vælge de sundeste varer, inden for udvalgte fødevarer kategorier. Mærket findes således på fødevarer, der opfylder særlige krav i forhold til indholdet af sukker, fedt, fuldkorn og salt. Det repræsenterer de sunde alternativer af den enkelte fødevarer. Mærket er frivilligt og underlagt kontrol af Fødevarestyrelsen.

<p>Fairtrade</p> 	<p>Fairtrademærket er et internationalt mærke, der kan findes på fødevarer, der er produceret under ordentlige arbejdsforhold. Således indikerer mærket, at producenten har fået en fair pris for sine varer, og at medarbejderne er blevet behandlet godt.</p>
<p>Dyrenes beskyttelse</p> 	<p>Mærket kan findes på fødevarer, der efterlever en høj grad af dyrevelfærd i produktionen. Se linket for kriterierne til de enkelte produkter: https://www.dyrenesbeskyttelse.dk/anbefalet-af-dyrenes-beskyttelse</p>
<p>Dyrevelfærdsmærket</p> 	<p>Dyrevelfærdsmærket er statskontrolleret og udviklet af staten i samarbejde med interessenter. Målet med mærket er at skabe opmærksomhed om bedre dyrevelfærd. Det skal bevidstgøre forbrugeren om produktionsmetoder og deres andel i udviklingen af dyrevelfærd.</p>
<p>Halalmærket</p> 	<p>Halalmærket kan se forskelligt ud afhængig af produkt. Det er et frivilligt mærke, der indikerer, at fødevareren er produceret efter bestemte religiøse forskrifter, så produktet kan spises af muslimer. Eksempelvis vil dyr være slagtet efter en bestemt metode og med en religiøs handling.</p>

DET BREDE KVALITETSBEGREB

Modellen for det brede kvalitetsbegreb kan anvendes, når du skal analysere dine bevæggrunde for valg af fødevarer til undervisningen i madkundskab. Den giver således en indsigt i alle de overvejelser, vi gør os om mad, når vi skal træffe fødevarervalg på et kvalificeret grundlag.

Modellens kategorier hænger sammen og kan være svære at afgrænse, men i modellen er de adskilte for at forenkle og skabe overblik (Carlsen & Pedersen, 2014).

I samtaler med eleverne om fødevarer, vil det også være elementer fra kvalitetsmodellen, vi anvender til at vurdere og analysere fødevarer ud fra, men det kræver en didaktisering af modellen. Det kan gøres på flere måder. Et eksempel herpå er inkluderet i Fase 3.

DET BREDE KVALITETSBEGREB - KVALITETSMODELLEN

ÆSTETISKE EGENSKABER
De umiddelbart sansede oplevelser af form, udseende, lugt, smag, konsistens mv. og fortolkningen af dem i forhold til f.eks. fysiologiske faktorer, viden, erfaring og sociokulturelle værdier.

BRUGBARHED I MADLAVNINGEN, MADFUNKTIONELLE EGENSKABER
Fødevarens opbygning og kemiske sammensætning. Dens fysisk-kemiske opførsel i forhold til de grundlæggende metoder i madlavningen.

NÆRINGSINDHOLD
Indhold af energi, fedt, kulhydrater, fibre, proteiner, vitaminer og mineraler vurderet i forhold til de anbefalede tilførsler for næringsstoffer. Næringsindholdet omfatter også de sekundære stoffer, som især findes i frugt, korn og grønt, og deres sygdomsbeskyttende virkning.

BIOLOGISK STATUS
Indhold af mikroorganismer (fordærvede, sygdomsfremkaldende, nyttige).

HOLDBARHED
Fødevarens holdbarhed begrænses af mikroorganismers vækst og af kemisk-enzymatiske processer, f.eks. harskning. Holdbarhed kan forlænges ved hjælp af forskellige konserveringsmetoder (f.eks. pasteurisering) og ved anvendelse af en emballage, der beskytter mod lys, ilt og fugtighed.

TILSÆTNINGSSTOFFER
Er kun tilladt i industrifremstillede varer, og deres anvendelse skal fremgå af varedeklarationen.

NATURLIGE GIFTSTOFFER
Giftstoffer, der kan findes i vegetabiliske fødevarer, f.eks. solanin i kartofler og lektiner i bønner.

KEMISK FORURENING
Er uønskede reststoffer fra:
1. Landbrugets produktionsform (nitrat, sprøjtemiddelrester, medicinrester).
2. Miljøbåren forurening i form af affald og spildevand fra landbrug, industri, transport og husholdning (bly, cadmium, kviksølv, PCB, PAH, dioxiner).
3. Emballering, lagring, tilberedning og servering (rester fra plast, tin, PAH, stegemutagener, nitrosaminer, akrylamid, Maillard-reaktionsprodukter, mykotoksiner, histamin mv.)

RESSOURCE- OG MILJØASPEKT
Omkostninger for naturen ved produktion, transport og anvendelse i hele fødevarerækeden.

ETISKE ASPEKTER
Knyttet til alle led i fødevarerækeden: dyrevelfærd, arbejdsforhold for de mennesker, der er beskæftiget i fødevarerproduktionen, miljøforhold, sundhed og global fødevarerfordeling. De etiske aspekter angår overvejelser over, hvordan verden bør være, for at alle kan trives hver for sig, med hinanden og naturen.

KULTURELLE ASPEKTER, HISTORISK-SOCIALE ASPEKTER
Værdier, der tillægges varen, brugbarheden i forhold til anledning, tid, sted, socialt miljø (køn, klasse, alder).

OPLYSNINGER
Varedeklarationer på færdigpakkede varer og mærkninger, f.eks. miljømærkninger.

PRIS
Er sådan set ikke et kvalitetsparameter, men den er betydningsfuld for valget af fødevarer.

(Carlsen & Pedersen, 2014, s. 100)

LITTERATUR

- Bærenholdt, J., & Hald, M. (2020). *Udeskole i teori og praksis*. Frederikshavn: Dafolo.
- Bølling, M. (2019). Kan udeskole fremme elevers trivsel? En effektevaluering af en 1-årig intervention. *Tidskrift for professionsstudier*, Årg. 15 Nr. 28, s. 108-113
- Børne- og Undervisningsministeriet (2019). *Madkundskab Faghæfte 2019*. Lokaliseret d. 29.05.2020 på <https://emu.dk/sites/default/files/2019-08/GSK%20-%20Fagh%C3%A6fte%20-%20Madkundskab.pdf>
- Carlsen, H. B. & Pedersen, A. T. (2014). *Madkundskab*. København: Akademisk Forlag
- Damsgaard, C. & Hansen, S. T. (2019). *Kend dit korn! Undervisningsmateriale Madkamp 2019/2020*. Madkulturen. Lokaliseret 29.05.2020 på https://madkamp.nu/download/undervisningsmateriale/kend_dit_korn/MADKAMP_KEND_DIT_KORN_UV_MATERIALE_2.pdf
- Dyrenes Beskyttelse (u.å.). *Anbefalet af dyrenes beskyttelse*. Lokaliseret d. 29.05.2020 på <https://www.dyrenesbeskyttelse.dk/anbefalet-af-dyrenes-beskyttelse>
- Fuldkornspartnerskabet (2019). Lokaliseret d. 29.05.2020 på <https://fuldkorn.dk/>
- Hald, M. & Bærenholt, J. (2020) (red.). *Udeskole i teori og praksis*. Frederikshavn: Dafolo
- Madkundskabsforum (u.å.). *Mærkning af fødevarer*. Lokaliseret d. 29.05.2020 på <https://madkundskabsforum.dk/om-foedevarer/maerkning-af-foedevarer>
- Miljø- og Fødevarerministeriet (u.å.). *Økologi*. Lokaliseret d. 29.05.2020 på <https://altomkost.dk/fakta/oekologi/>
- Miljø- og Fødevarerministeriet (u.å.). *Om nøglehullet*. Lokaliseret d. 29.05.2020 på <https://altomkost.dk/noeglehullet/>
- Otte, C. R. (2018). *Perspektiver på udeskole i relation til læsning, matematikfærdigheder og motivation for læring*. Københavns Universitet. Lokaliseret d. 29.05.2020 på https://nexs.ku.dk/english/research-files/phd/phd-2018/Camilla-Roed-Otte_phd-uden-artikler.pdf
- Schneller, M. B. (2017). *Effects of education outside the classroom on objectively measured physical activity: results from the TEACHOUT study*. SDU: Department of Sport Sciences and Clinical Biomechanics Faculty of Health Sciences
- Varefakta (u.å.). *Bag om mærkerne*. Lokaliseret d. 29.05.2020 på <https://varefakta.dk/wp-content/uploads/2018/10/240206.pdf>

BILAG

SKABELON TIL INDKØBSSEDDEL

NAVN/GRUPPE: _____ DATO: _____

FRUGT & GRØNT	KOLONIALVARER
BRØDPRODUKTER	MÆLK, MEJERIPRODUKTER & ÆG
KØD, FISK & PÅLÆG	FROSTVARER
DIVERSE	

