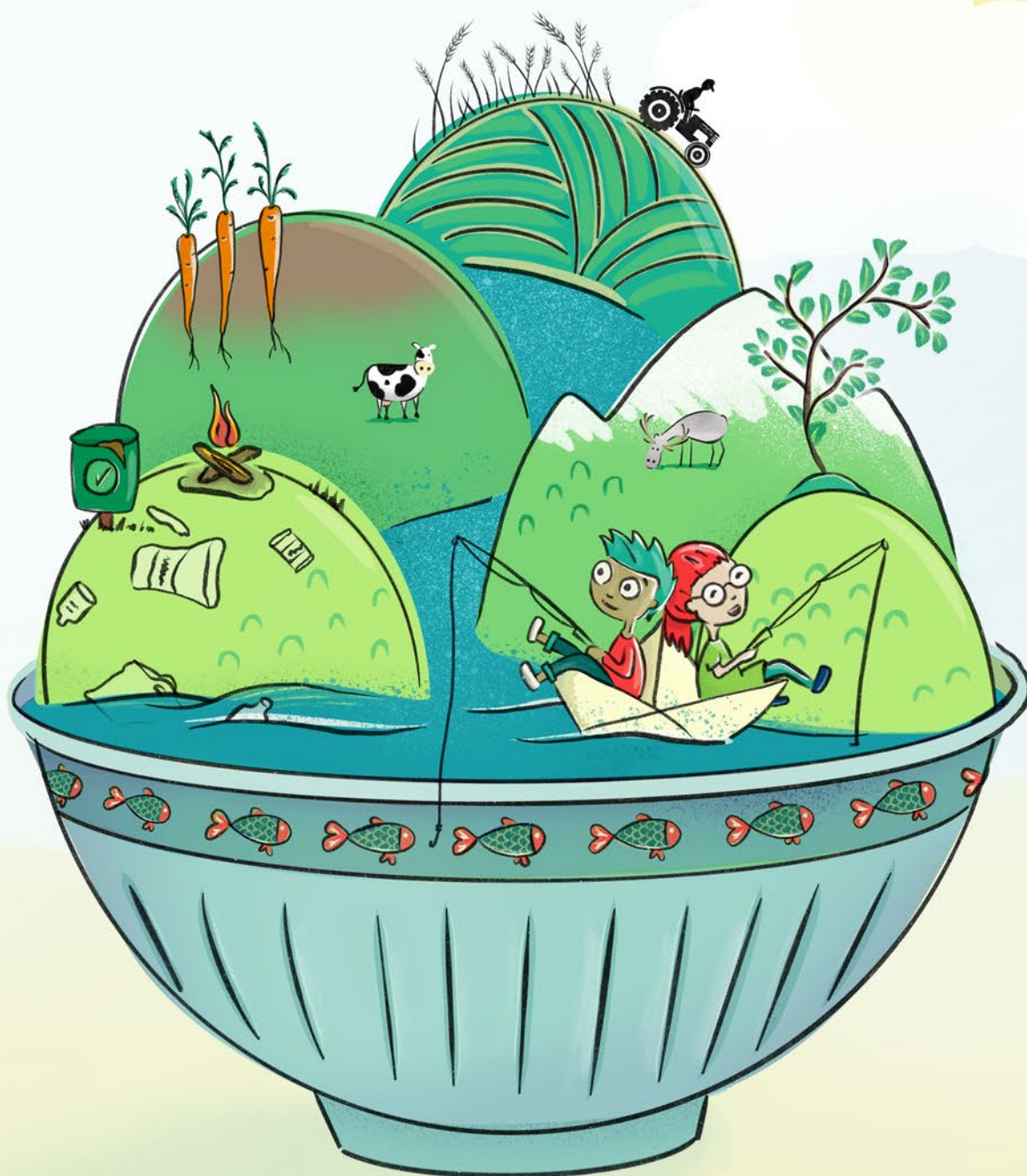


# SAMAN







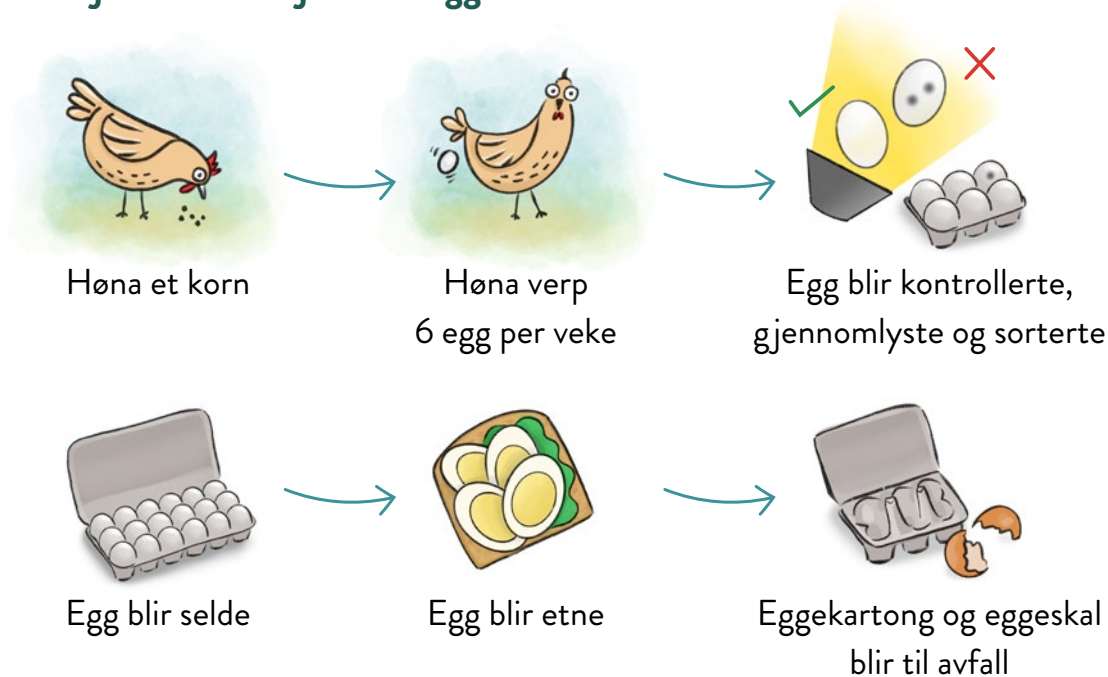
## **INNHALD**

<b>FRÅ JORD TIL BORD .....</b>	<b>2</b>
<b>SANSAR .....</b>	<b>6</b>
<b>GODE VAL .....</b>	<b>10</b>
<b>MÅLTID .....</b>	<b>14</b>
<b>BEREKRAFTIG UTVIKLING .....</b>	<b>18</b>
<b>FØR OG NO – TRADISJONAR .....</b>	<b>24</b>
<b>VI ER LIKE, MEN UNIKE .....</b>	<b>28</b>
<b>UTFORSKING .....</b>	<b>32</b>
<b>SIDER TIL SKRIVING OG TEIKNING ...</b>	<b>36</b>

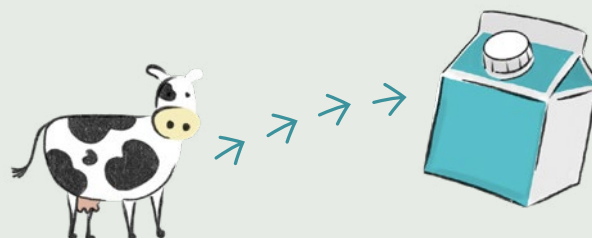
# FRÅ JORD TIL BORD

Maten vi et, kjem frå dyr eller plantar som veks i naturen. For at plantar og dyr skal vekse, treng dei sol, vatn og næring. Veit du kva som skjer med maten før han endar opp i butikken og heime på kjøkkenet?

Her kan du sjå kva som skjer med egget



Kva skjer med mjølka frå ku til kartong?



## PAKKING OG LAGRING

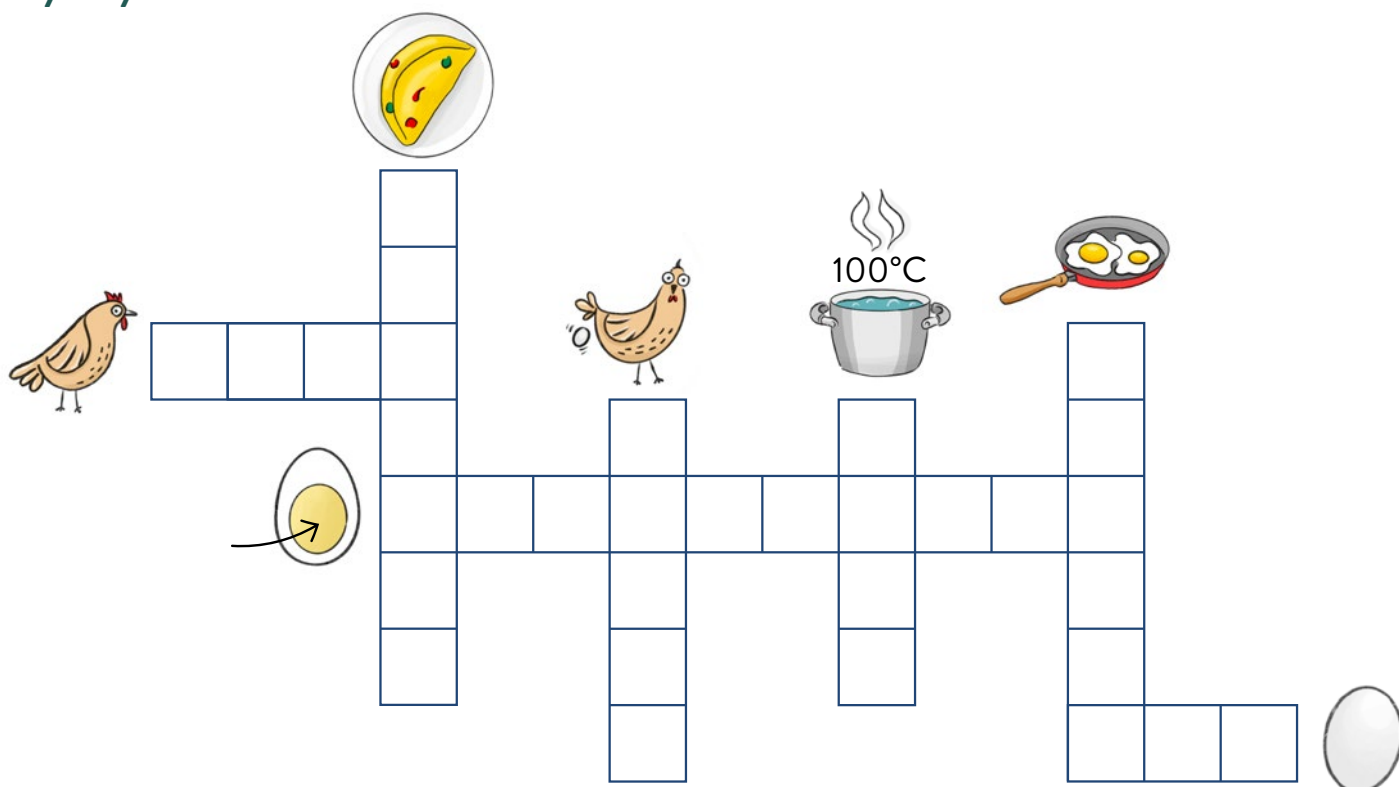
Egg blir pakka i eggekartongar og blir selde på gardar, marknadar og i butikkar. I butikken blir egga lagra kaldt, for då held dei seg lenger. Egg som blir selde i butikk, er merkte med best-før-dato.



Ein ettermiddag hentar bonden 72 egg frå hønsegarden sin. Desse pakkar ho i kartongar som rommar 6 egg.

**Kor mange eggekartongar treng ho?**

## Løys kryssordet



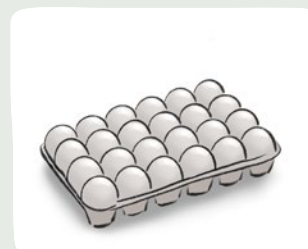
6 egg 18 kr



12 egg 24 kr



18 egg 36 kr



24 egg 51 kr



Ola har 150 kr. Han skal kjøpe så mange egg han kan for pengane.

**Kva kartonger bør Ola kjøpe for å få flest egg?**

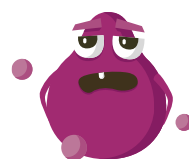
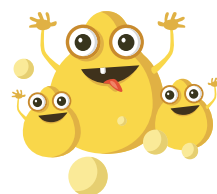
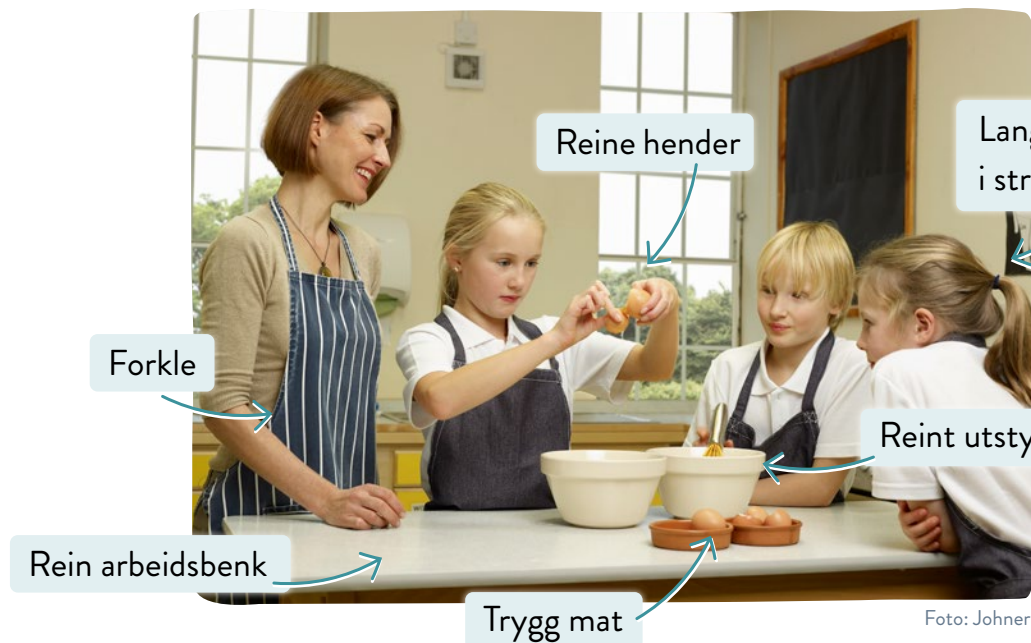
**Kor mange egg får han?**

# PÅ KJØKKENET

## Haldbarheit og hygiene

Det finst gode og dårlege bakteriar overalt. Vi vil ikkje ha dei dårlege bakteriane i maten. Derfor må vi ha god hygiene når vi lagar mat.

**Dette er god hygiene:**



°C

100

80

40

35

30

10

5

0

-10

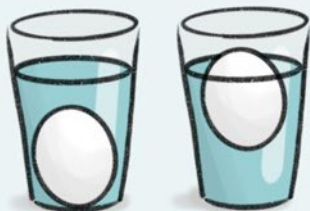
-20

-40

### Vasstesten!

Fyll eit glas med vatn og legg egget forsiktig opp i.

Om egget søkk, er det godt.



Om egget flyt, er det gammalt og kan vere dårleg.



- Kvifor trur du mat held seg lenger i kjøleskap eller i frysar?
- Mål temperaturen i kjøleskapet og frysen heime eller på skulen. Marker temperaturen på gradestokken.

### TIPS!

Sjå korleis bakteriane trivst ved ulike temperaturar.

## MATLAGING OG AVFALL



Set strek mellom det engelske og norske ordet som betyr det same, og til rett bilete.

 Norsk

 Engelsk

Litermål

Whisk

Steikepanne

Pan

Kjele

Measuring cup

Steikespade

Frying pan

Visp

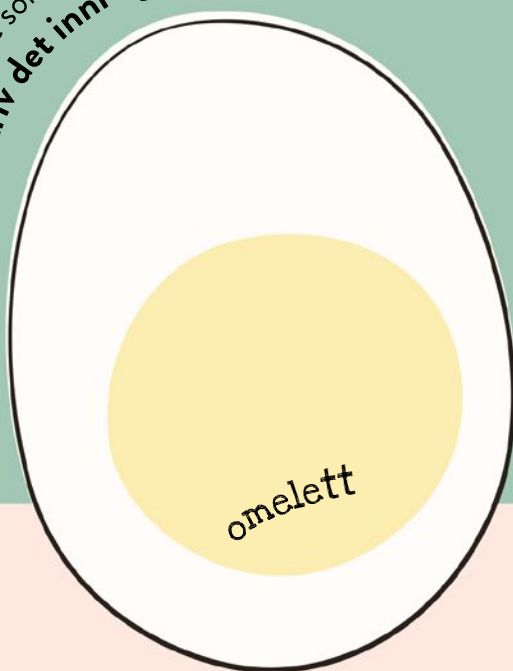
Spatula

Ause

Ladle



Veit du om mat som inneheld egg?  
**Skriv det inni egget.**



## LAG DIN EGEN OMELETT

Grønsaker gir god smak.

Bland og steik 2 egg og 2 ss mjølk.

Litt salt og pepar.



## OPPDAG!

Finn ut korleis eggeskal og eggekartongar skal sorterast som avfall.

# SANSAR

Sansane våre er syn, høyrsel, smak, lukt og berøring. Vi brukar sansane for å oppleve og forstå det som skjer rundt oss. Vi brukar sansane heile tida, utan å tenke over det.

**Skriv namnet på sansane våre og set strek til rett del av kroppen.**



Illustrasjon: Mauricio Pavez, Høgskulen på Vestlandet



**Sansane kan trenast til å bli  
endå betre.**

**Er synet viktig for balansen?  
Prøv sjølv!**

Stå på ein fot og lukk auga.

## LA OSS MÅLE

**Sjå på bileta og diskuter med  
ein annan.**

- Kva kan vege omtrent like mykje?
- Kva kan vege mest?
- Kor mange appelsinar trur du får plass i skulesekken din?
- Kva er tyngst av ei bøtte med vatn og ein sykkel?
- Kva for skulemat vil gjere matboksen din tyngst?







Kva for sansar brukar du for å finne ut ...



... om det er lite eller mykje mjølk i glaset



... om det er varm eller kald drikke i koppen



... om pakken er lett eller tung



Illustrasjon: Per Ragnar Møkleby

## AUGA KAN STIRE

Auga kan stire så langt og så vidt  
 Øyra kan høyre ein glad kvirrevitt  
 Nasen kan lukte i lufta så fritt  
 Munnen kan ete, så ver så god sitt  
 God appetitt!

*Hilde Myklebust*  
 Fritt etter eit engelsk barnerim



## Å ETE MED AUGA

**Diskuter med ein annan.**

- Kva meiner vi når vi seier at «vi et med auga»?
- Korleis ser ein freistande matpakke ut for deg?



Foto: brodogkorn.no

## TEIKN EI FANTASIFRUKT

**Bruk eit eige ark og teikn ei fantasifrukt.**

Få med kvar ho veks, kva ho smakar og kva ho heiter.

# SMAKSSANSEN

Vi kan smake **fem** smakar i munnen: **søtt, salt, surt, bittert** og **umami**.

## Kva smakar maten?

- Honning smakar søtt
- Chips smakar salt
- Sitron smakar surt
- Grapefrukt smakar bittert
- Buljong smakar umami

## UTFORDRING!

Lukk auga neste gong du et.

Kva for smakar kan du kjenne igjen?



## ORDJAKT/WORD SEARCH

Finn alle orda som skildrar korleis vi smakar og opplever mat.

Orda står bortover eller nedover.

Desse norske og engelske orda kan du finne:

Umami	Warm	Sur	Mjuk	Bitter	Salty	Soft
Kald	Cold	Sweet	Søt	Salt	Varm	Sour

S	A	M	J	U	K	M	V	Q	H	W	Ø	S	O	U	R
Ø	W	B	L	S	I	S	W	E	E	T	X	A	J	F	Æ
T	K	L	V	J	Å	U	G	N	Æ	B	C	L	U	D	A
R	B	I	T	T	E	R	Y	Å	S	A	L	T	E	L	Ø
C	T	E	M	C	G	N	V	E	O	G	H	Y	I	W	Z
O	F	K	A	L	D	S	A	Q	F	P	A	Å	D	A	K
L	D	U	O	Q	M	K	R	F	T	J	R	O	C	R	S
D	U	X	I	H	Z	P	M	T	B	Y	U	M	A	M	I

# MMM, TASTY!

## Her er engelske ord om smak. Samarbeid med ein annan.

Sjå på orda. Prøv å seie dei og lytt til lydane. Nokre ord liknar på norsk, kva trur de orda betyr?

Sweet

Spicy

Savoury

Sour

Salty



### Les verset om Betty Botter.

- Kva lyd høyrer du ofte?
- Prøv å seie verset fort.

### BETTY BOTTER

Betty bought a bit of better butter  
to make her bitter butter better

## MATSVINN

Det er ikkje bra for miljøet å kaste mat som kan etast. Korleis kan du vite om mat kan etast eller må kastast?

Sjå på spørsmåla under og diskuter med ein annan.

### TIPS!

Bruk sansane

Det står «best før 28.03.» Kor lenge sidan er det, om det er 03.04. i dag?

Er det så nøye om vi kastar mjølka? Vi har jo ny i kjøleskapet.



Om mjølka luktar godt, kan vi vel likevel drikke ho?

Det står «best før – ofte god etter». Kva betyr det?

Korleis kan vi vite om mjølka kan drikkast?

# GODE VAL

Kvar dag tek vi mange val. Nokre val er store, medan andre er små.

Har du tenkt på kva val du tek? Kanskje vel du kva du skal ha på deg eller kven du skal gå til skulen med?

Det finst symbol som kan hjelpe oss å ta gode val i butikken og heime. Veit du kva desse betyr?



Får nok søvn



Gode val for deg sjølv

Respekt for andre



Gode val som påverkar andre



Gode val for naturen og kloden vår

Kastar ikkje mat

Fyll ut tankekarta!

# PLANLEGG EIN DRAUMETUR!

Svar på spørsmåla og set ring rundt vala dine.

## 1. Kvar går turen?

skulen vatnet skogen fjellet

Vil du gå ein annan stad? Skriv kvar.

## 2. Kva ver er det?

regn sol snø

Kva er temperaturen?

Set ring rundt vala dine. Teikn eller skriv der det manglar bilete eller tekst.  
Fargelegg gjerne!

## 3. Kva for klede må du ta på deg?



hue og vottar

sko



shorts

bukse



t-skjorte



genser



## 4. Kva må du ha med?



mat



drikke



sykkel og hjelm



redningsvest



vern mot sola

## KVA SER DU RUNDT DEG PÅ DRAUMETUREN?

Teikn eller skriv det du trur du ser.

Det kan til dømes vere plantar, dyr, dyrespor, landskap eller bygningar.



Det er sunt å ete variert. Det betyr at vi ikkje alltid et det same, men at vi et forskjellige typar mat.

## SET FARGE PÅ MATEN!

Grønsaker, frukt og bær har sterke fargar, mykje smak og mange ulike næringsstoff som kroppen treng for å vekse og fungere bra.

Kva fargar hadde maten du åt den siste veka?

Set farge og smak på maten - med grønsaker, frukt og bær.

	Måndag	Tysdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Raud					
Oransje					
Gul					
Grøn					
Blå					
Indigo					
Fiolett					

ROGGIBIF

TipS: Slik hugsar du betre fargane i regnbogen.

## FORDØYING

Kroppen vår er som ein fabrikk. Det vi et, blir gjort om til byggjesteinar i kroppen, energi, tiss og bæsji.

Byggjesteinane gjer at vi kan vekse, energien gjer at vi lever. Tiss og bæsji hamnar i do.

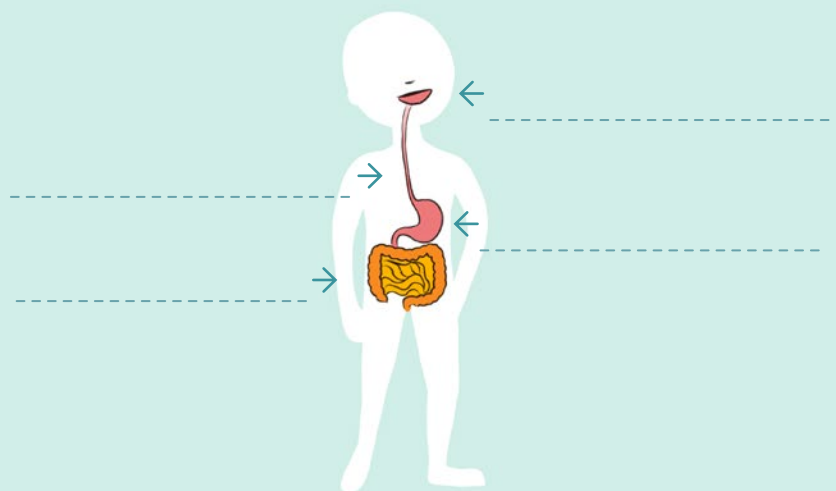
### Oppdrag

Bruk ting du har eller finn i naturen, til å lage ein modell av fordøyingsystemet.

Den vegen som maten tek gjennom kroppen, blir kalla fordøyingsystemet.

Det består av **mun**n, **matrøyr**, **magesekk** og **tarmar**.

**Skriv rett namn på delane av fordøyingsystemet.**





# ARE YOU HUNGRY?



Fill in the missing words.



gulrot

\_\_\_\_\_

kjøtt

ris

pasta

carrot

fish

meat

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



eple

brød

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

salat

\_\_\_\_\_

bread

tomato

potato

salad



**Talk with a friend.**  
**Use the words above.**

What would you like for lunch?

What would you like for supper?

What is your favourite vegetable?

My favourite is...

What is your favourite fruit?

I would like...

Have you tasted... ?

# MÅLTID

Alle menneske må ha mat og drikke. Derfor et vi kvar einaste dag. Nokre måltid et vi åleine, og andre gongar et vi saman med andre.



**Tenk eller diskuter med ein annan.**

- Kva et du når det er kvardag, helg eller fest?
- Korleis kan skulemåltidet bidra til ein god skulekvardag?
- Har du nokon gong ete eit måltid ute på tur? Korleis var det?



Foto: Johner



Foto: Shutterstock



## EIT EPLE VEKS FRAM

Eit eple veks fram frå ei blømande grein

To geiter spring rundt på lette bein

Tre fiskar glitrar så blankt i ein fjord

Fire poteter ligg djupt i si jord

Tenk å få ete seg mett kvar ein dag

Kom, lat oss ete og drikke i lag

*Hilde Myklebust*



Foto: Shutterstock



Foto: Shutterstock



## Sjå på bileta og orda i ordskeya.

- Kva for ord passar til dei ulike bileta?
- Kjem du på andre ord som passar?

Skriv dei i ordskeya.

fredeleg

nyggeleg

ved bordet

ute

åleine

kald mat

familie



Foto: Shutterstock



Foto: Rebekka Ravneberg, Helsedirektoratet



Foto: Shutterstock



Foto: Shutterstock

## DRAUMEMÅLTIDET DITT

**Kva et du, kvar et du og med kven et du?  
Teikn eller skriv om draumemåltidet ditt.**



### Korleis er skulemåltidet dykkar?

- Korleis sit de?
- Kva gjer de når de et?
- Lag avkryssingsskjema og undersøk i klassen eller på trinnet korleis elevane ønskjer at skulemåltidet skal vere.
- Kanskje de i klassen kan bli einige om å prøve ein ny måte å ete skulemåltidet på?

# LAG EIN MATSONG

Når du lærer ein song, lærer du både ein melodi og ein tekst.

Orda i songteksten er sette saman av stavingar.

Dei hjelper oss å få rytme i songen.

Vi kan finne stavinga i eit ord ved å klappe på vokalane a, e, i, o, u, y, æ, ø, å. Eitt klapp er det same som ei staving.

Døme:

Ordet «du» har ei staving.

Ordet «klokka» har to stavingar. (klo-kka)



Fader Jakob

Fader Jakob, Fader Jakob 8 stavingar

Søv du no, søv du no? 6 stavingar

Høyrer du kje klokka? 6 stavingar

Høyrer du kje klokka? 6 stavingar

Ding, dang, dong 3 stavingar

Ding, dang, dong 3 stavingar

(trad.)

Døme:

Mat på bordet, mat på bordet, 8 stavingar

det er bra, det er bra. 6 stavingar

Eple, brød og drikke. 6 stavingar

Læraren har hikke. 6 stavingar

Godt med mat. 3 stavingar

Fint med prat. 3 stavingar

Lag ein matsong ved å bruke melodien til Fader Jakob eller ein annan song.

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

# BEREKRAFTIG UTVIKLING

Berekraftig utvikling er å gjere verda til ein betre stad for alle menneske, dyr og plantar, utan å øydeleggje for dei som veks opp etter oss. Vi må tenkje på:

## ✓ Klima og miljø

Vi må ta vare på planeten slik at dyr, plantar og menneske kan leve godt i lag.

## ✓ Rettferdig fordeling

I naturen finn vi det meste av det vi treng for å leve. Det må vi dele på.

## ✓ Menneskene

Alle menneske må ha like moglegheiter til å gå på skule, til tryggleik, mat og medisinar.



Teikn handa di og skriv i ho det du gjer som er positivt for:

✓ Klima og miljø   ✓ Rettferdig fordeling   ✓ Menneska

Dette kallar vi ditt berekraftige handavtrykk.

## KVAR KJEM MATEN FRÅ?

Mat som blir seld i Noreg, kan kome frå mange ulike land.

På merkelappen eller hylla skal det stå kva for eit land matvara kjem frå.



- Kvar kjem desse matvarene frå?
- Finn du landa på kartet?



Foto: Mauricio Pavez, Høgskulen på Vestlandet



Foto: Mauricio Pavez, Høgskulen på Vestlandet



Foto: Mauricio Pavez, Høgskulen på Vestlandet



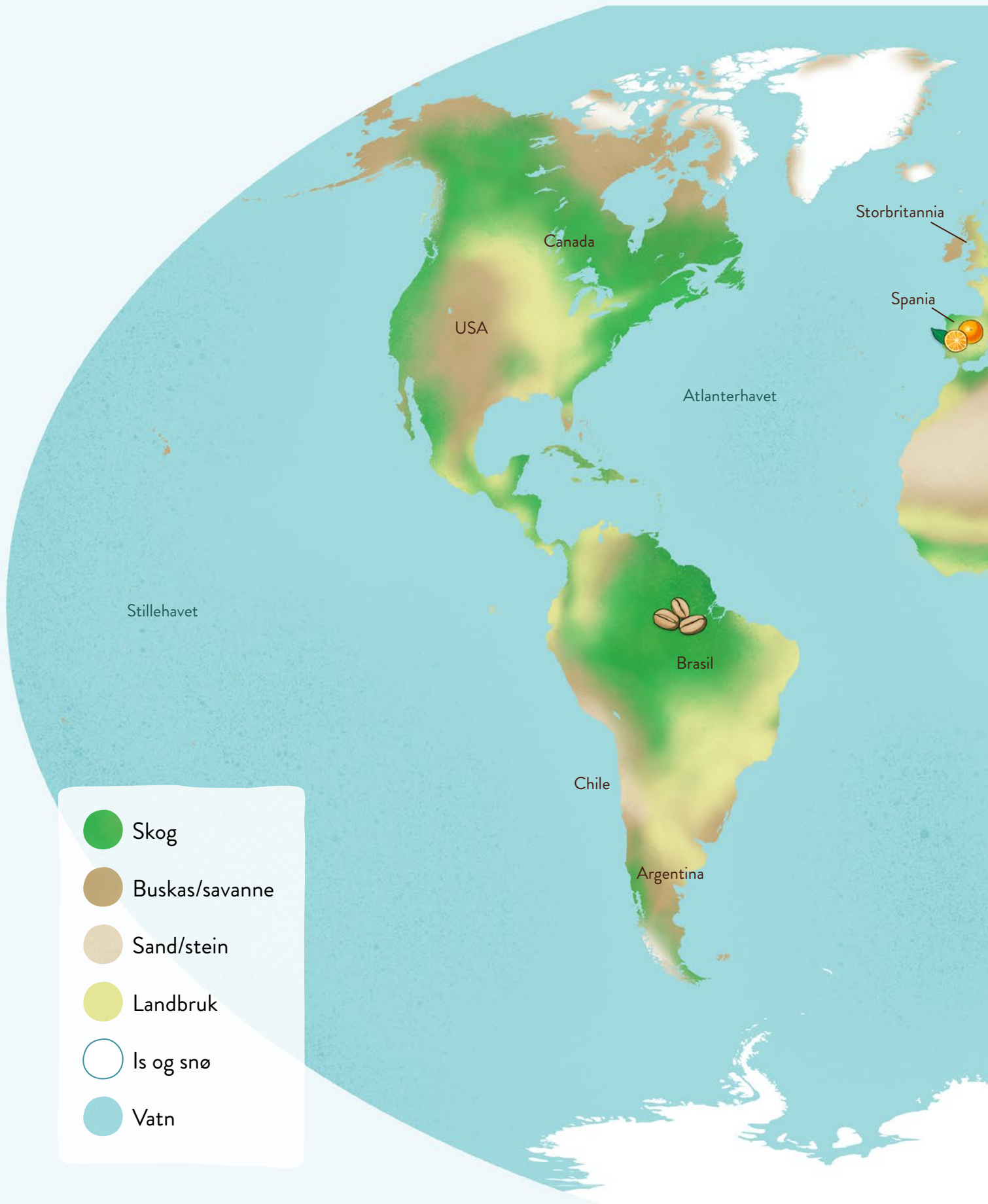
Visste du at  
vi som bur i Noreg et  
**OVER 100 MILLIONAR APPELSINAR**  
kvart år?



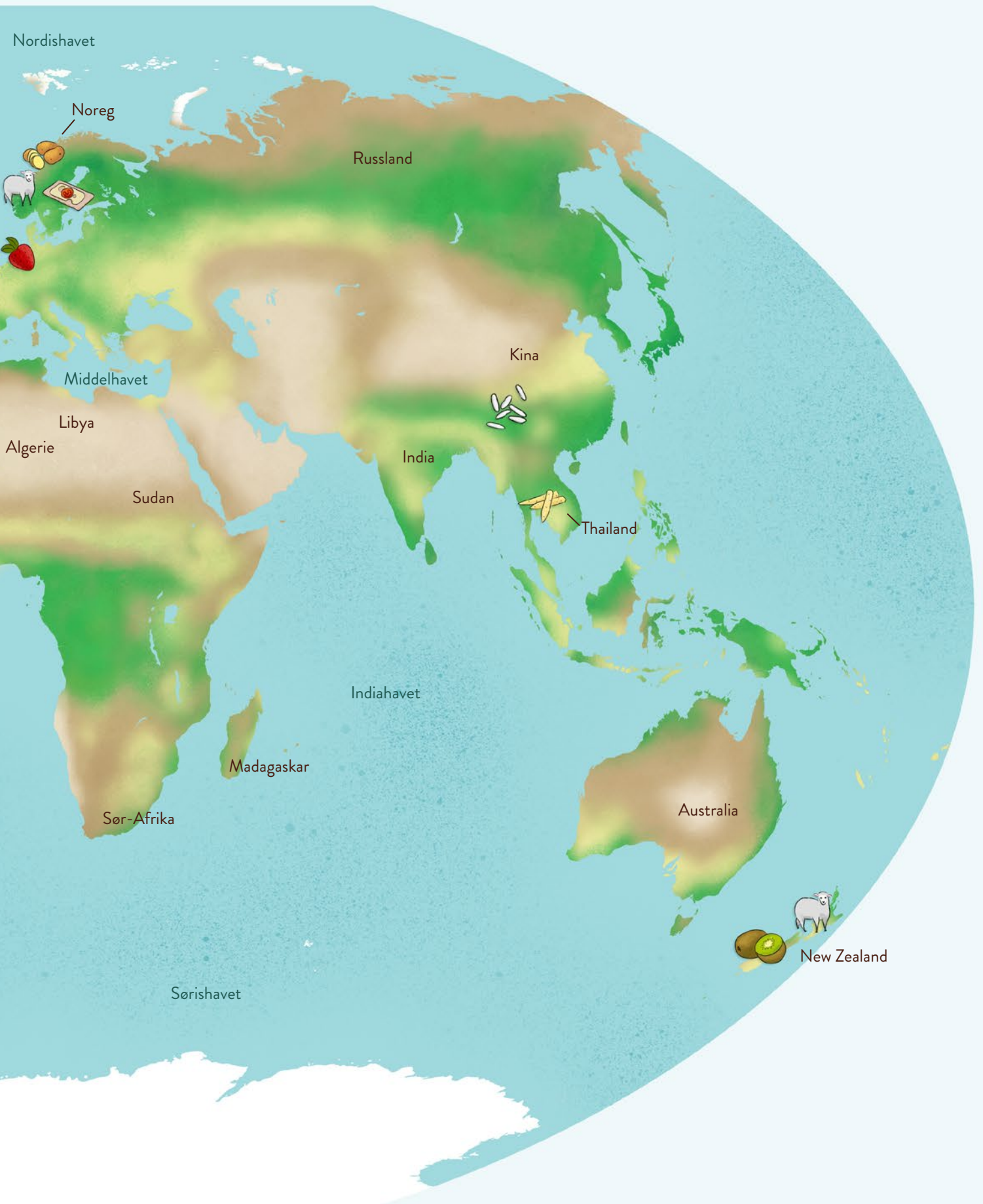
- Finn ut kvar appelsinane kjem frå. Bruk kartet.
- Korleis trur du appelsinane blir frakta til Noreg? Teikn reiseruta på kartet.
- Kanskje du kan lage ei slik rute for osten Brie også?
- Finn ut kvar andre matvarer kjem frå. Teikn rutene på kartet.



Foto: Shutterstock



- Skog
- Buskas/savanne
- Sand/stein
- Landbruk
- Is og snø
- Vatn



Nordishavet

Noreg

Russland

Kina

Middelhavet

Libya

Algerie

India

Sudan

Thailand

Indiahavet

Madagaskar

Sør-Afrika

Australia

Sørishavet

New Zealand

Noreg er eit stort land med variert natur. Det betyr at vi kan produsere ulike typar mat.

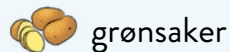
På noreskartet er det symbol som viser kvar nokre typar mat blir produserte.



kornåker



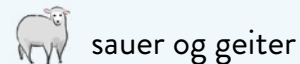
frukt



grønsaker



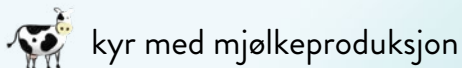
fisk



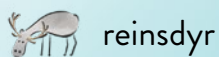
sauer og geiter



oppdrettsfisk



kyr med mjølkeproduksjon



reinsdyr



Veit du kva slag mat som blir produsert der du bur?

**Teikn det på kartet.**

I Oppdal er det mange sauer.

Det er nok sauer til at kvar innbyggjar i Oppdal kan få tre sauer.

Studer tala nedanfor.

**Kor mange innbyggjarar og sauer er det i Oppdal? Set kryss.**

Tal på innbyggjarar:

2000    5000    7000

Tal på sauer:

14000    21000    50000

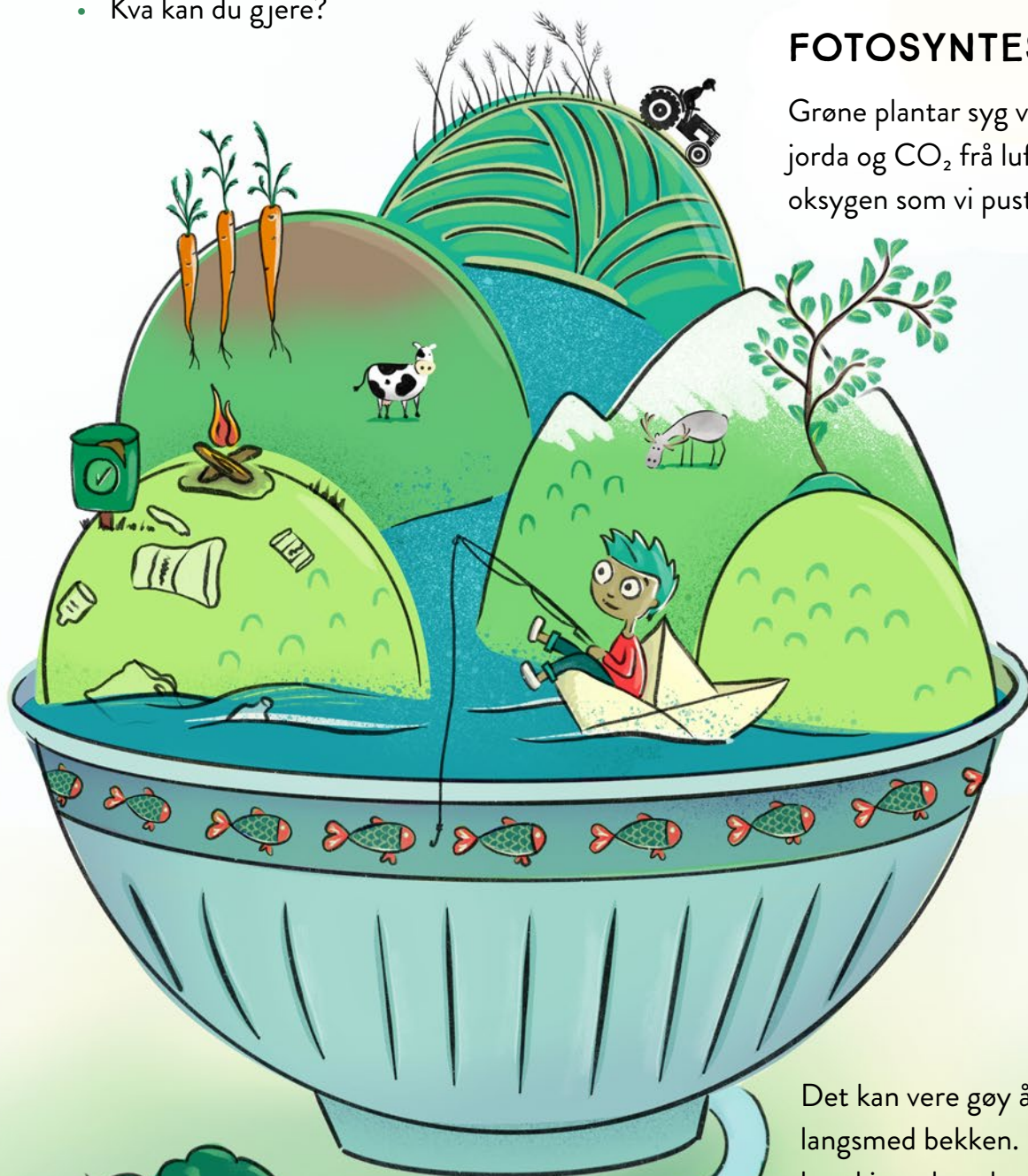


Sjå på teikninga. Plantar, dyr og menneske får vatn og mat frå naturen. Når vi er på tur, er det viktig at vi tek godt vare på naturen og at vi ikkje let det liggje att spor etter oss.

- Kvifor er det viktig, trur du?
- Kva kan du gjere?

## FOTOSYNTESE

Grøne plantar syg vatn frå jorda og CO<sub>2</sub> frå lufta for å lage oksygen som vi pustar inn.



**FØLG BEKKEN**

Det kan vere gøy å ta ein tur langsmed bekken. Då finn du kanskje ut kvar han kjem frå eller kvar han renn ut. Du kan også sjå om det er reint og fint langs bekken.

# FØR OG NO – TRADISJONAR

Ein tradisjon er noko vi gjer som blir lært vidare og teke vare på over tid. Både mat, dans, musikk og kunst kan vere tradisjonar.

## MATTRADISJON

Før fanst ikkje kjøleskap eller frysar. Dermed kunne mat som ikkje vart lagra kaldt, bli dårleg. Folk kunne bli sjuke. Derfor var det viktig å finne gode måtar å ta vare på maten på. Maten vart

ikkje dårleg viss han vart **tørka**, **røykt**, **salta** eller **sylta**. Dette gjer vi framleis, sjølv om vi no har kjøleskap og frysar. Det har vorte ein tradisjon vi kallar konservering.



Korleis trur du maten på bileta er behandla?



Foto: Johner

Laksen er: .....



Foto: Johner

Bæra er: .....



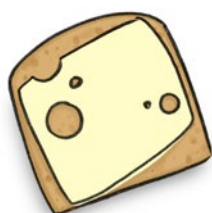
Foto: Shutterstock

Torsken er: .....



Foto: MatPrat

Reinsdyrkjøttet er: .....



## UTFORSK!

Del ei halv skive med pålegg i to. Legg ein av bitane i ein gjennomsiktig pose. Den andre biten legg du på eit fat. Observer kva som skjer med skivene. Skriv ned det du observerer etter ei veke, to veker og tre veker.

# TRADISJONELLE MATRETTAR

Her er tre ulike matrettar. Dei kjem frå ulike stadar og har forskjellige namn. Likevel er dei ganske like.

**Finn ut kva som er likt og ulikt mellom rettane.**  
**Skriv eller teikn i rutene nedst på arket.**



Foto: MatPrat

**Bidos** er samisk tradisjonsmat. I den er det gulrot, potet, løk og **reinsdyrkjøtt**.



Foto: MatPrat

**Betasuppe** er norsk tradisjonsmat. I den er det gulrot, potet, løk, **kålrot, purre og svinekjøtt**.



Foto: MatPrat

**Borsj** er russisk tradisjonsmat. I den er det gulrot, potet, løk, **raudbete og lammekjøtt**.



**LIKT**

---

---

---

---

**ULIKT**

---

---

---

---

# TRADISJONSRIKE MØNSTER I KUNST, MUSIKK OG DANS

Vi har lange tradisjonar for å pynte veggjar, klede, utstyr og gjenstandar.

## Sjå på bileta av ulike vottar.

- Kva former er mønster laga av?
- Finn to likskapar og to skilnader mellom dei ulike mønster
- Skildre eitt av mønster for ein venn. Ikkje røp fargane. Kor mange hint må til for at vennen din gjettar rett mønster?



Foto: Sverresborg Trøndelag Folkemuseum



Foto: Alta Museum



Foto: MariusKids

## Fortsett mønsteret eller teikn ditt eige mønster.

A large grid for drawing a pattern. In the top left corner, there is a small red and blue geometric pattern consisting of a 5x5 grid of squares. The pattern is as follows:


I songar er det vers og refreng som blir gjentekne i eit mønster. Det er også mønster i rytme. Då gjentek lydar seg på ein fast måte igjen og igjen.

## Prøv sjølv – lag din eigen rytme!

Nokre tel høgt og i same tempo: «1, 2, 3, 4», nokre trampar og nokre klappar. I dette dømet begynner ein med å telje 1 og trampe samstundes.

Lyd	1	2	3	4	1	2	3	4
Tramp								
Klapp								

Lag din eigen rytme med dine egne lydar eller instrument.

Lyd	1	2	3	4	1	2	3	4

I dans følgjer føtene også eit mønster. Her ser du korleis vi dansar jenka, som er ein tradisjonell rekkedans.



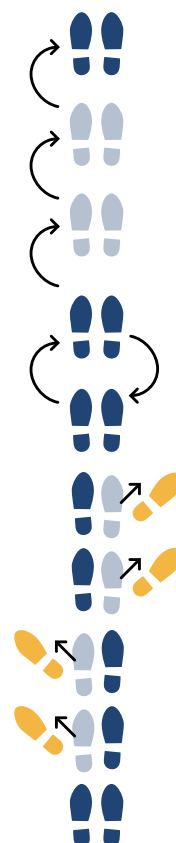
5 **Gjenta!**

4 **Hopp tre fram**

3 **Hopp eitt fram og eitt tilbake**

2 **Høgre foten ut to gongar**

1 **Venstre foten ut to gongar**



# VI ER LIKE, MEN UNIKE

## FEM TING OM DEG

Teikn eit bilete av deg sjølv i ramma i midten. I boksane rundt kan du teikne eller skrive om det du likar og om det som betyr noko for deg. Dette seier noko om kven du er.

Musikk

Mat

MEG

Leik/aktivitet

På skulen

Andre ting eg likar

**Skriv namnet ditt i midten av stjerna.**  
I spissane kan du skrive ord som seier  
noko om kven du er, til dømes «rampete»,  
«god venn», «glad i dyr», «veslesøster» og  
så vidare.



Ingen av stjernene på  
himmelen er like, og slik er  
det også med oss menneske.  
Ingen i verda er prikk like!  
Det kallar vi **mangfald**.

**Når du har fylt ut stjerna, kan du samanlikne med nokon i klassen.**

- ★ Var det nokon som hadde heilt like svar som deg?
- ★ Oppdaga du noko nytt om deg sjølv eller andre?
- ★ Likna nokon av svara på kvarandre, utan å vere heilt like?
- ★ Kan du beskrive deg sjølv på engelsk?

# DET UENDELEGE SPELET – KVEN ER DU?

## Spelereglar

- Bli einige om ein eller fleire skal lese spørsmåla.
- Bruk viskelêr eller noko anna som spelebrikker. Vel ei rute å starte i.
- Personen som hadde fødselsdag sist, startar.
- Trill terning ELLER flytt alltid tre ruter fram.
- Dersom det er vanskeleg å svare på eit spørsmål, kan du seie pass. Då er det nestemann sin tur.
- Ver ein god lyttar og respekter svara til dei andre! Kanskje lærer du noko spennande om dei andre.

## Spørsmål

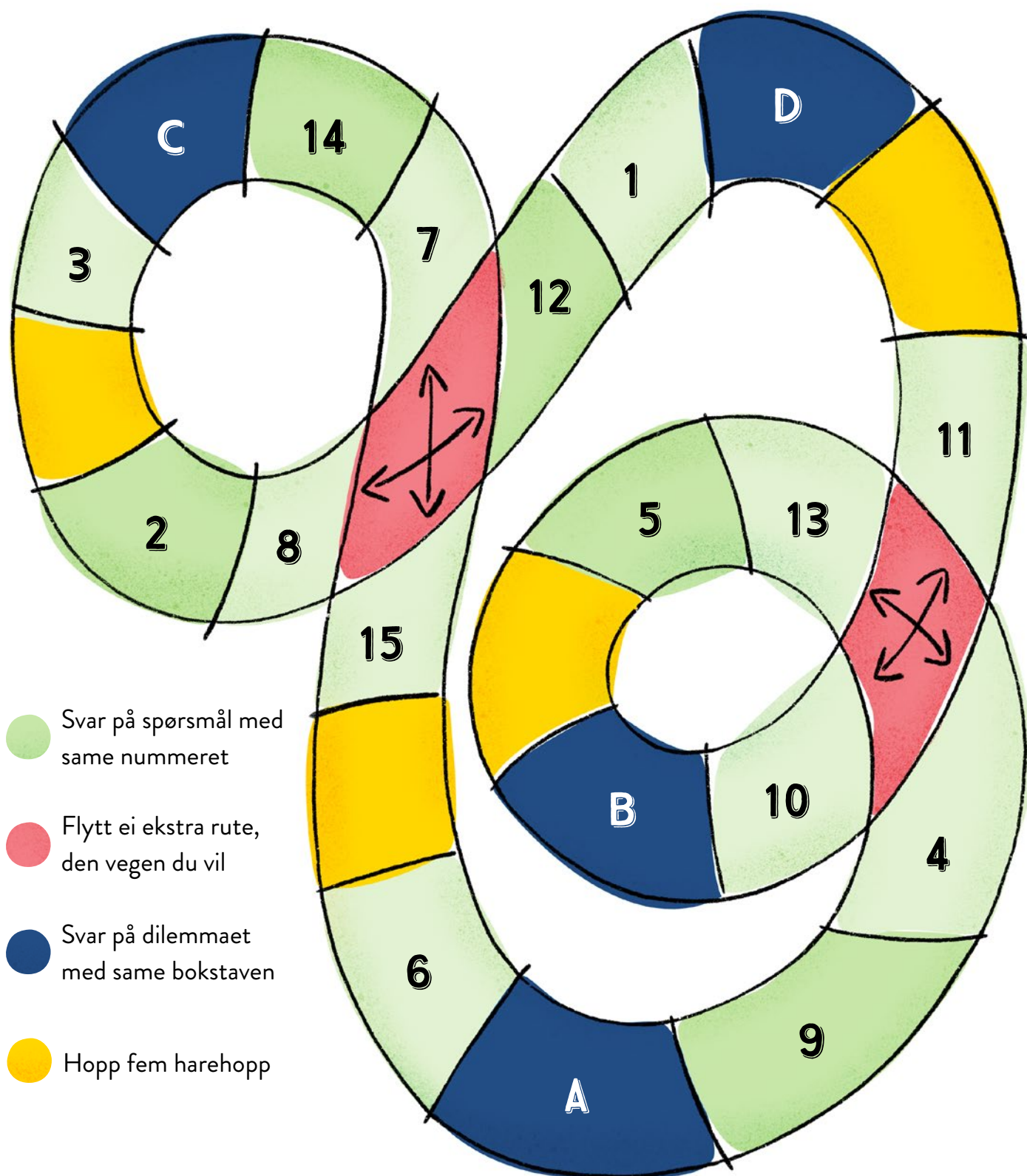
1. Oppfører du deg ulikt på ulike stadar, til dømes i friminuttet og i skuletimen?
2. Kva er ein god lyttar?
3. Har du nokon reglar du følgjer heime?
4. Kva er ein god venn?
5. Sei tre ting som gjer deg glad.
6. Kva gjer du dersom du er ueinig i noko?
7. Sei tre aktivitetar du likar.
8. Kva tyder det å stole på kvarandre?
9. Fortel tre ting om personen som er før deg i spelet.
10. Fortel om ein gong du hjelpte nokon andre.
11. Har familien din ein felles favorittmatrett?
12. Må gode venner alltid vere einige?
13. Fortel om ein matrett du likar veldig godt. Til dømes kva land retten kjem i frå.
14. Finn ein lik og ein ulik ting mellom deg og personen som er før deg i spelet.
15. Kva er ein god klassekamerat?



## Dilemma

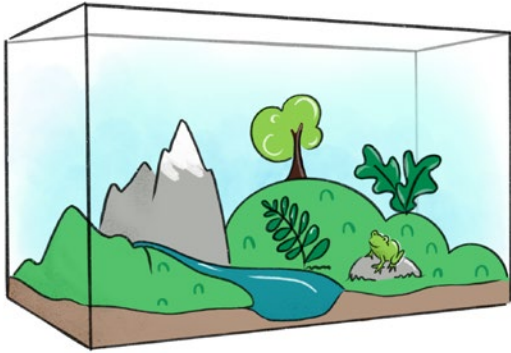
Viss du måtte velje, ville du ...

- A. ... alltid prompa høgt, utan lukt, ELLER alltid prompa lågt, med lukt?
- B. ... alltid sprunge ELLER alltid gått veldig sakte?
- C. ... alltid ete frukt ELLER alltid ete grønnsaker?
- D. ... alltid hatt stein i skoen ELLER alltid hatt rusk i auget?



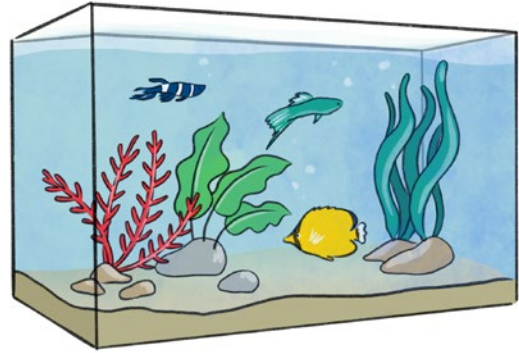
# UTFORSKING

Menneske, dyr og andre vesen treng mange ulike ting for å leve, vekse og ha det bra. I ei miniatyrverd kan vi sjå kva som trengst.



## Terrarium

Ei miniatyrverd på land



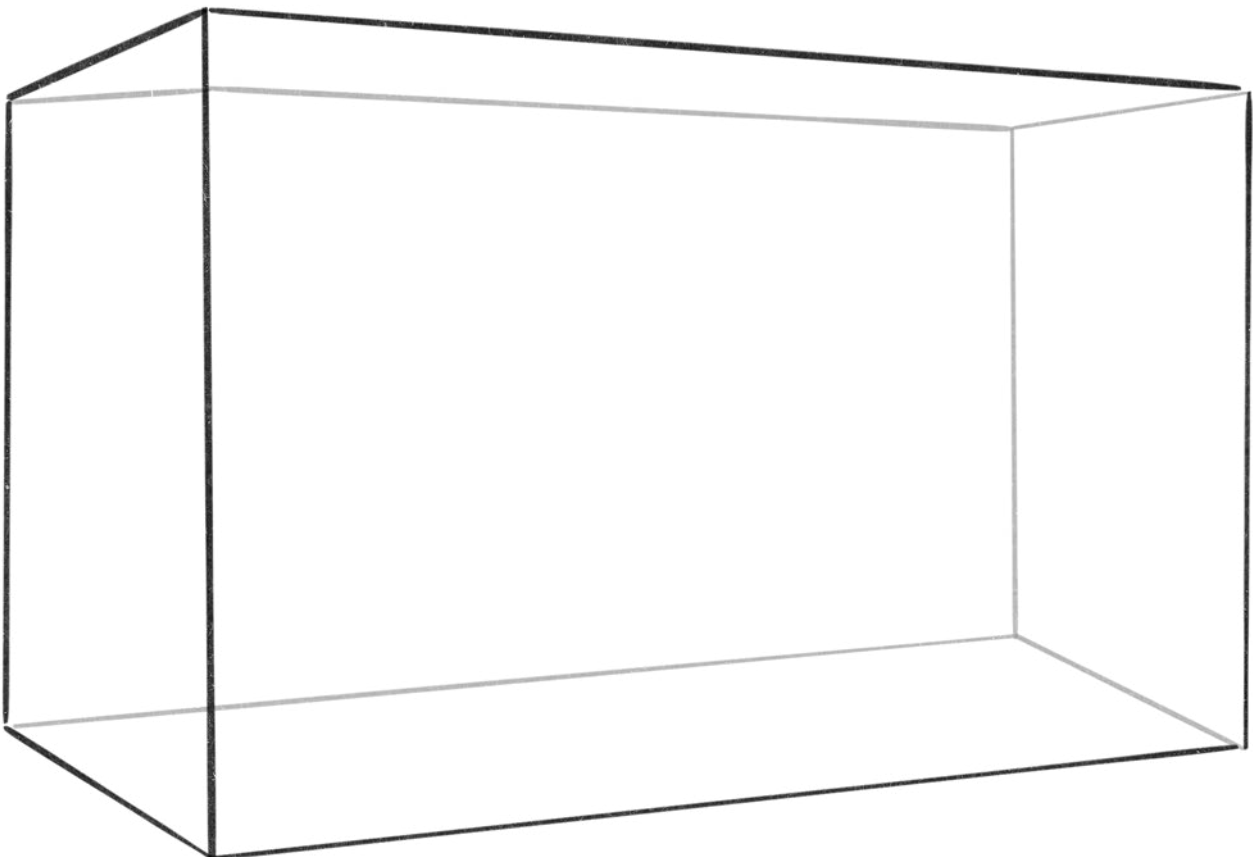
## Akvarium

Ei miniatyrverd under vatn

## Teikn eller lag ditt eige terrarium for menneske.

Ta med det vi treng for å leve, vekse og ha det bra. Hugs kjensler og kommunikasjon.

Døme: Vi treng vatn for å leve.



# LAG EIT SPEL ELLER EIN LEIK!

## Idear og utvikling

- Idémýldring åleine eller i lag med andre. Tenk på:
  - Kva går leiken eller spelet ut på?
  - Kor mange kan delta?
  - Må de vere ein spesiell stad for å leike eller spele?
  - Treng de utstyr?
  - Kvifor vil du lage denne leiken eller spelet?
- Lag mange forslag og finn ut kva for ein av ideane de skal arbeide vidare med.
- Lag reglar.



## Utprøving og tilbakemelding

Prøv leiken eller spelet med nokon som ikkje har vore med på å lage reglane. Forstod dei reglane? Spør også om dei tykte det var artig og om dei meiner de bør endre på noko.

## Finpuss

Gjer endringane, prøv ut igjen og få nye tilbakemeldingar heilt til de er nøgde. Skriv spelereglane på eit eige ark.

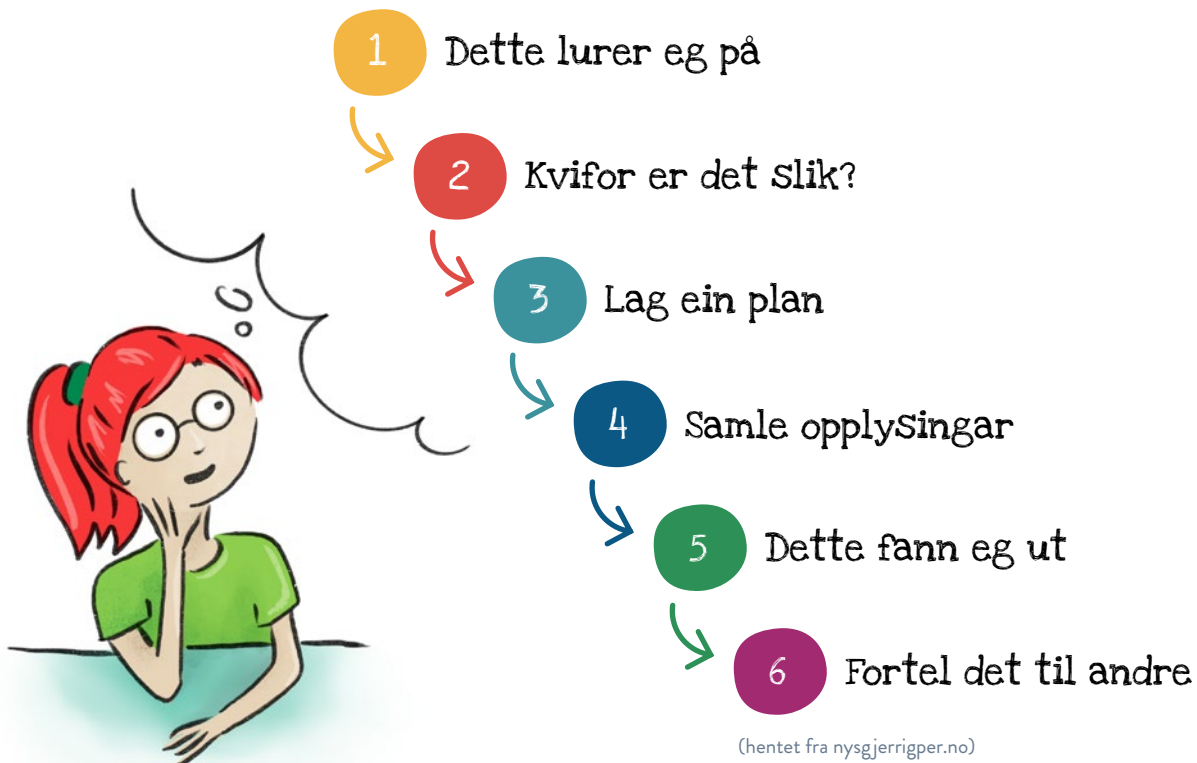
**Lær vekk spelet eller leiken til andre!**

**Lykke til!**



# NYSGJERRIGPERMETODEN

Nysgjerrigpermetoden viser oss korleis vi kan forske og finne ut nye ting.



**Vi har spurt nokre born kva dei lurer på. Her ser du kva dei sa:**

- Kvifor er det flest gutar som spelar fotball?
- Kvifor er det så mykje plast i havet?
- Kvifor er det ulik farge på maten?
- Kvifor er det noko eg likar og noko eg ikkje likar å ete?

**Kva vil du forske på?**

-----

-----

-----

**Døme: Korleis forske på gjær?**

**1 Dette lurer eg på**

Korleis kan gjær få deig til å heve seg?

**2 Kvifor er det slik?**

Kom med forslag til svar på spørsmålet.

### 3 Lag ein plan

Planlegg det du vil gjere. Du kan til dømes intervju nokon, finne fakta, gjere undersøkingar eller gjere eksperiment.

#### Tips til eksperiment!

##### Du treng:

4 flasker  
4 ballongar  
Tusj  
1 teskei  
1 matskei  
1 desilitermål  
Gjær  
Sukker  
Vatn

##### Slik gjer du:

- Skriv nummer på flaskene.
- Lag ulike blandingar med gjær, sukker og vatn i flaskene.
- Det kan vere mykje og lite sukker, varmt, kaldt eller lunka vatn.
- Flaska må vere nesten heilt full.
- Tre ein ballong på flasketuten. Vent og sjå kva som skjer.



### 4 Samle opplysingar

Skriv ned kva du gjer og kva du finn ut.

Til eksperimentet: Skriv ned det du har i flaskene og det du observerer. Her er eit forslag til flaske 1.

	Gjær	Sukker	Vatn	Kva hender i flaska og med ballongen?
Flaske 1	1 ts	2 ms	4 dl kaldt	
Flaske 2				
Flaske 3				
Flaske 4				

### 5 Dette fann eg ut

Sjå på det du fann ut. Er det mogleg å svare på spørsmålet: Korleis kan gjær få deig til å heve seg? Må du undersøkje noko meir? I så fall kan du gå tilbake til punkt 3, leggje ein ny plan og prøve på nytt.

### 6 Fortel det til andre

Finn ein måte å fortelje andre om det du fann ut.

Her kan du skrive  
og teikne!



A series of horizontal dashed lines for writing.





A series of horizontal dashed lines for writing.



**Idé og konsept er utvikla av Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, Høgskulen på Vestlandet.**

**Innhaldet er utvikla av:**

- Institutt for pedagogikk, religion og samfunnsfag, Høgskulen på Vestlandet, ved Eva Mila Lindhardt og Reidun Faye
- Nasjonalt senter for engelsk og fremmedspråk i opplæringen, Høgskolen i Østfold
- Nasjonalt senter for flerkulturell opplæring, OsloMet – storbyuniversitetet
- Nasjonalt senter for kunst og kultur i opplæringen, Nord universitet
- Nasjonalt senter for leseopplæring og leseforskning, Universitetet i Stavanger
- Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, Høgskulen på Vestlandet
- Nasjonalt senter for matematikk i opplæringen, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet
- Nasjonalt senter for nynorsk i opplæringa, Høgskulen i Volda
- Nasjonalt senter for skriveopplæring og skriveforskning, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet
- Skolelaboratoriet i realfag, Universitetet i Bergen

Heftet er designa og illustrert av Claudelle Girard, Bouvet.

Takk til Gjensidigestiftelsen for finansiering.

