Man smager med alle sanser

Forfattere: Cathrine Terkelsen
Redaktør: Thomas Brahe
Faglige temaer: Smagens fysiologi, Smagsoplevelser
Kompetenceområder: Madlavning



Introduktion:
Aktiviteten har fokus på den samlede smagsoplevelse og på de enkelte sansers betydning for denne.

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

I

Inddel eleverne i par.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

2 Bed eleverne om at finde skriveredskaber frem.

3 Del kopiark 1 ud til hver elev (hvis eleverne skal have mere plads til at skrive, kan dette kopiark anvendes i stedet).

4 Introducer eleverne for opgaven:

Forklar, at de skal sanse et stykke frugt og med ord forsøge at beskrive deres smagsoplevelse. De skal udfylde et kopiark hver samtidig med at de smager, men de må gerne diskutere smagsoplevelsen med hinanden undervejs.
Alternativt kan de også interviewe/udspørge hinanden om smagen af deres frugt ved hjælp af kopiarket, således at de skriver ned for hinanden.

Tal i fællesskab om, hvilke ord man kan bruge til at beskrive smagen af et jordbær med.

Tag udgangspunkt i én sans ad gangen og anvend plakaten som støtte for diskussionen. Alt efter elevernes niveau kan der suppleres med viden fra den uddybende tekst.

Diskussionen skal klæde eleverne på til – med sensoriske begreber – hver især at kunne beskrive et stykke frugt/grønt, som de selv har medbragt.

Forslag til dialogoplæg:

Hvilke sanser er det nu, at vi har?

Når man spiser, så bruger man alle sine sanser til at smage med. Det tænker man måske ikke lige så meget over til daglig, men nu skal I blive mere bevidste om, hvordan sanserne er med til at påvirke smagsoplevelsen på forskellige måder. Når vi skal smage på noget mad, så smager vi faktisk allerede på det, inden det kommer ind i munden. Hvordan gør vi mon det? Ja, vi bruger nemlig vores synssans, følesans og lugtesans allerede inden vi smager maden i munden.

Hvilke ord kan man beskrive jordbærret her med, når man bruger sin synssans?

Ja, det er rigtigt, det er rødt. Så synssansen kan altså fortælle os noget om madens farver, og om maden ser frisk ud. Hvordan ville jordbærret have set ud, hvis det ikke var friskt?

Synssansen kan altså bl.a. fortælle os noget om madens farver, former, linjer og friskhed.

Hvilke ord kan man bruge til at beskrive, hvordan et jordbær føles, når man føler det med følesansen på hænderne? ... (Gennemgå alle sanserne med udgangspunkt i jordbærret eller i et andet stykke frugt, som eleverne ikke selv skal beskrive).

5 Sæt opgaven i gang - lad eleverne undersøge, smage og sætte ord på smagsoplevelsen på deres kopiark.

6 Inddel eleverne i nye par og lad dem beskrive deres frugt for klassen. Bed eleverne om at være aktive lyttere, og overveje om der er nogle ord, som kunne supplere beskrivelsen.

7 Opfordr eleverne til i fremtiden at tænke over, hvor vigtig alle sanserne er, og hvordan de bruger sanserne, når de spiser. Når de fx næste gang sætter tænderne i havregryn, kan de overveje, hvordan den samlede smagsoplevelse ville være, hvis havregrynene var blå (men i øvrigt uændrede på alle andre parametre).

8 Bed eleverne om at kaste et blik på de begreber, som de har anvendt til at beskrive konsistensen/ mundfølelsen af deres frugt med og sammenligne disse ord med ordene, som er anvendt på plakaten. *Har eleverne brugt ord, som ikke er nævnt på plakaten?*Supplér jeres plakat med disse ord, så eleverne kan blive inspireret af dem i undervisningen fremover, når de skal beskrive smagsoplevelser eller selv eksperimentere i køkkenet med at udvikle retter, som taler til alle sanser.

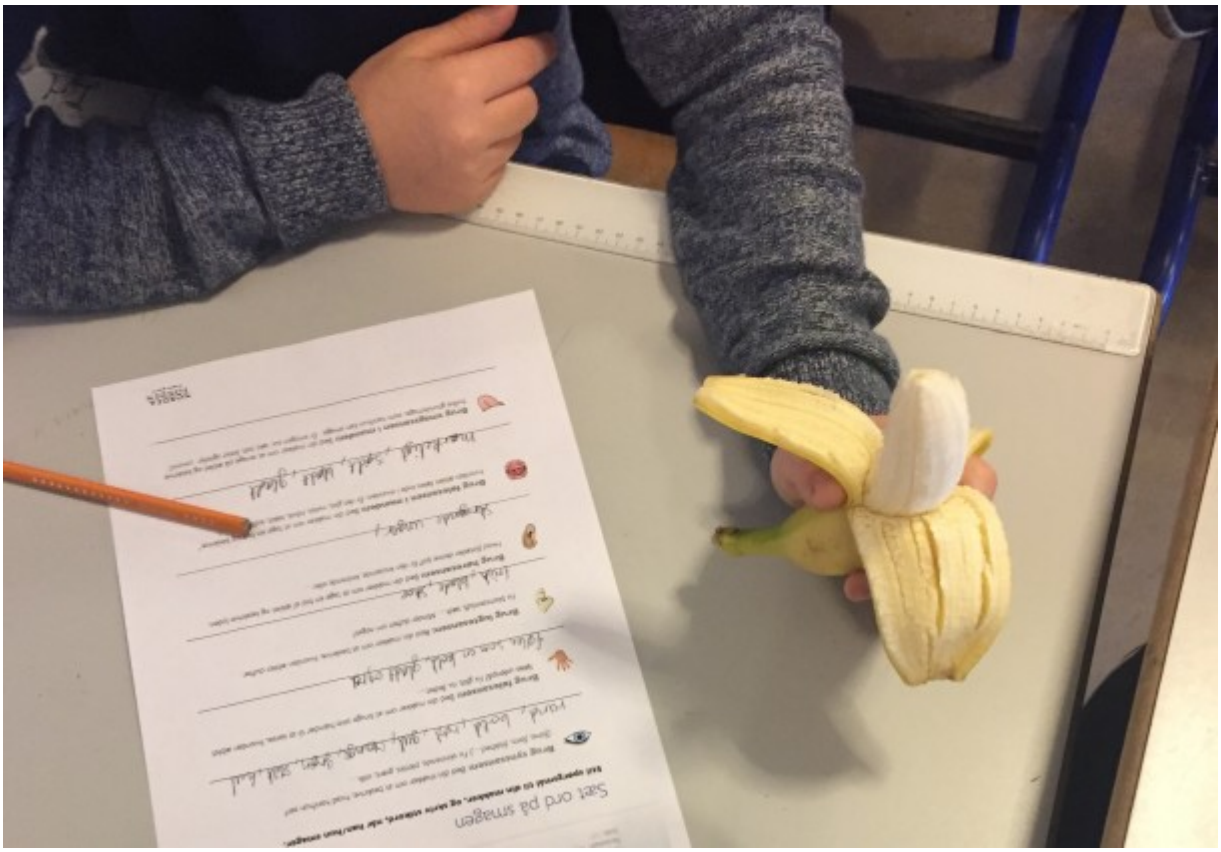
Forberedelser

- Indkøb ét stykke frugt til hver elev (æbler, pærer, bananer, gulerødder eller andet) Eleverne kan også tage udgangspunkt i et stykke frugt/grønt fra deres madpakke.

- Medbring et stykke frugt, som du kan introducere opgaven med afsæt i. Det må gerne være et stykke frugt, som du tænker, at eleverne ikke selv medbringer.

- Print kopiark 1

- Print plakat 1 og plakat 2



Læringsmål

I denne aktivitet skal eleverne anvende deres viden om smag og de fem sanser til at beskrive smagen af et stykke frugt eller grønt for at lære at sætte ord på smagsoplevelser. Herigennem skal eleverne blive bevdiste om, at vi smager med alle sanser.

Fra Fælles mål sigtes mod i hvert fald følgende færdigheds-og vidensmål fra kompetenceområdet Madlavning:

- Eleven kan fortolke sanse- og madoplevelser
- Eleven har viden om sanselighed
- Eleven kan vurdere mads æstetiske indtryk og udtryk
- Eleven har viden om mads æstetiske vurderingskriterier

Fra natur/teknologi efter 2. klasse sigtes mod følgende mål fra kompetenceområdet Undersøgelse:

- Eleven kan undersøge sanser
- Eleven har viden om menneskets sanser

Uddybende

Vi smager ikke kun med smagssansen på tungen, men de øvrige sanser (lugtesansen, synssansen, følesansen og høresansen) er i høj grad også med til at påvirke vores oplevelse af smag.
I denne artikel på appen kan du læse mere om, hvordan madens smag bestemmes af mange sanseindtryk.

I kan også se denne video, som viser, at smag er en samlet helhedsoplevelse af forskellige sanseindtryk.

Kopiark

Kopiark:

Kopiark 1 - Man smager med alle sanser.pdf
Plakat - Beskriv maden med alle sanser.pdf
Vi smager med alle sanser - plakat 1.pdf
Sæt ord på smagen (kopiark).pdf

SMAG for LIVET

Kopiark 1 – Smager du med alle sanser?

– På den stiplede linje nedenfor skriver du, hvilken fødevare du smager på.

Smagen af _

Før du spiser:



Brug din synssans: Beskriv hvad du ser? (farve, form, friskhed…)



Brug din følesans: Brug dine hænder til at beskrive, hvordan frugten føles udenpå?



Brug din lugtesans: Beskriv, hvordan frugten dufter. Minder den dig om noget?

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Imens du spiser:



Brug din høresans: Beskriv den lyd, der kommer, når du tager en bid. Hvad fortæller denne lyd dig? Siger det f.eks. et "knæk", som fortæller dig, at den er sprød?



Brug din følesans: Tag en bid og beskriv hvordan frugten føles inde i munden. Er den glat, melet, hård, blød, saftig, tør, ru…?



Brug din smagssans: Beskriv, hvilke grundsmage du kan smage. Er den sur, sød, salt, bitter eller umami? Hvis det er svært, så hold dig for næsen imens.

SMAG for LIVET

Prøv at beskrive maden med alle sanser

Inden du smager på maden i munden



Brug din synssans

Beskriv hvad du ser? (farver, former, linjer, friskhed…)



Brug din følesans

Brug dine hænder til at føle og mærke på maden. Hvordan føles maden?



Brug din lugtesans

Beskriv, hvad duften får dig til at tænke på - minder duften dig om noget?

Når du smager på maden i munden



Brug din høresans

Beskriv den lyd der kommer, når du tager en bid. Hvad fortæller lyden dig?
Siger det f.eks. et knæk, som fortæller dig, at den er sprød?



Brug din følesans

Tag en bid og beskriv madens tekstur og mundfølelsen. Føles maden glat, saftig, knasende, luftig…?

glat	*ru*	*blød*	*hård*	*saftig*	*tør*
melet	*klistret*	*fast*	*sprødt*	*klumpet*	
sej	*slimet*	*knasende*	*snerpende*	*tykt*	*luftigt*
varm	*kold*				



Brug din smagssans

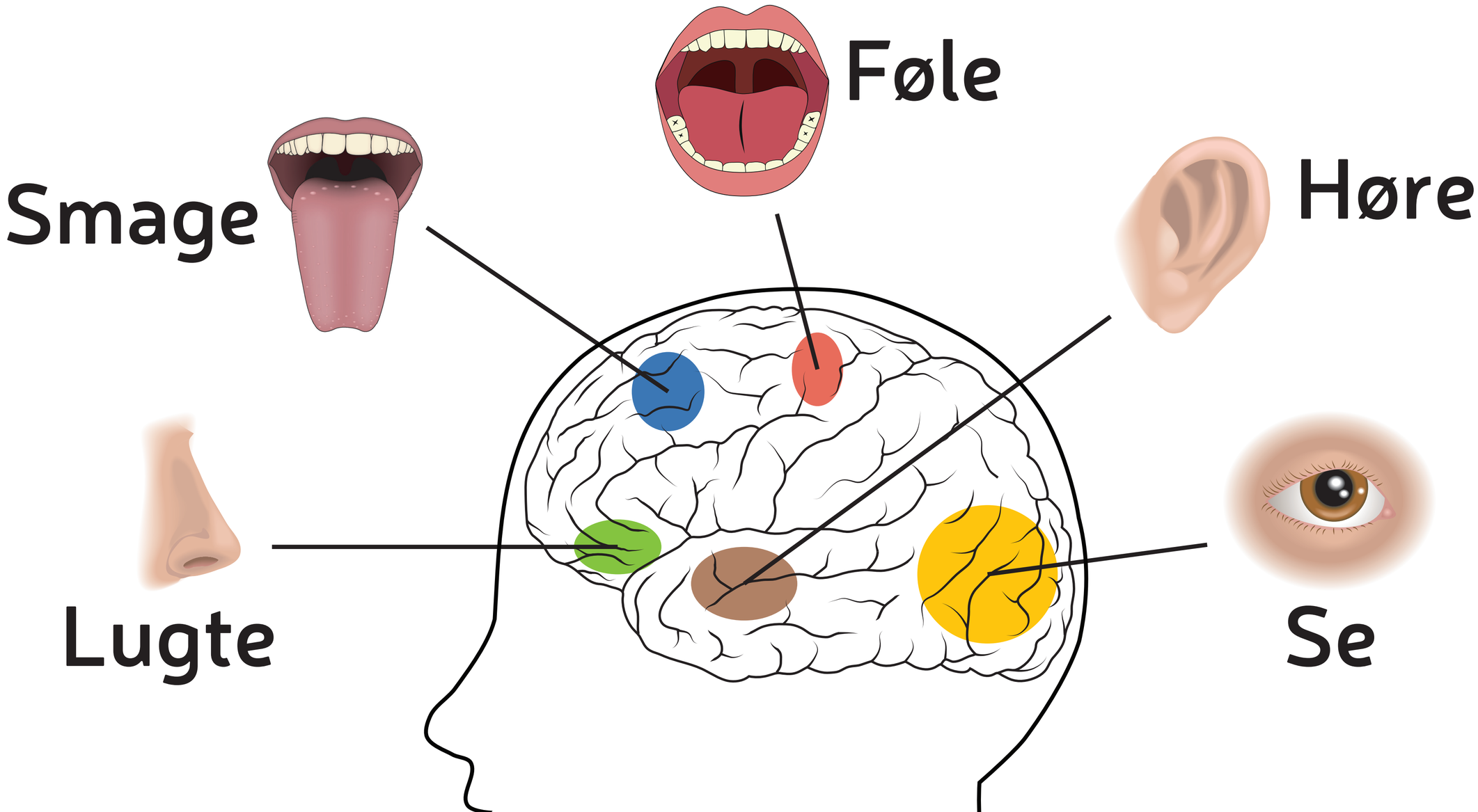
Beskriv, hvilke grundsmage du kan smage.

salt	*sødt*	*surt*	*bittert*	*umami*

SMAG for LIVET

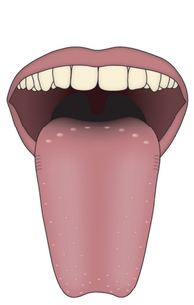
NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Vi smager med alle sanser





en billion lugte erindringer



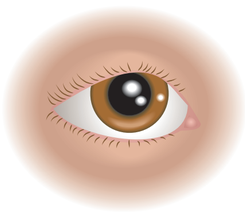
sur
sød
salt
bitter
umami



mundfølelse



knas
knæk
smask



farver
former
forventninger

Lær mere på **www.smagforlivet.dk**

Sæt ord på smagen

Stil spørgsmål til din makker, og skriv stikord, når han/hun smager.



Brug synssansen: Bed din makker om at beskrive, hvad han/hun ser? *(farve, form, friskhed…)*
Fx skinnende, plettet, grønt, stilk…



Brug følesansen: Bed din makker om at bruge sine hænder til at sanse, hvordan det føles udenpå? *Fx glat, ru, fedtet…*



Brug lugtesansen: Bed din makker om at beskrive, hvordan det lugter.

Fx blomsterduft, sødt… Minder duften om noget?



Brug høresansen: Bed din makker om at tage en bid og beskrive lyden.

Hvad fortæller denne lyd? Er den knasende, knitrende eller…



Brug følesansen i munden: Bed din makker om at tage en bid, og beskrive hvordan det føles inde i munden. *Er det glat, melet, hårdt, blødt, saftigt, tørt…?*



Brug smagssansen i munden: Bed din makker om at smage og beskrive hvilke grundsmage, som han/hun kan smage. *Er smagen sur, sød, salt, bitter og/eller umami?*

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv