

KuttMatsvinn Undervisning - aktiviteter for 1.-7. trinn

Svarer ut kompetansemål i mat og helse, naturfag, samfunnsfag, KRLE og Kunst og håndverk

Matsvinn er et globalt problem som berører oss alle og det er viktig at vi alle bidrar til å redusere det. Matvett og Grønt Flagg har laget forslag til ulike KuttMatsvinn-aktiviteter som kan gjennomføres i skolehverdagen, med utgangspunkt i FNs bærekraftsmål og kompetansemålene for grunnskolen. Dette aktivitetskartet viser hvordan ulike fag kan jobbe med matsvinn og hvordan elevene kan lære om verdien av mat og bærekraftig forbruk.

Vi håper det inspirerer lærere og elever til å ta tak i dette viktige temaet på en engasjerende og lærerik måte.

Det er tatt utgangspunkt i følgende bærekraftsmål:

BÆREKRAFTMÅL 12: ANSVARLIG FORBRUK OG PRODUKSJON

Delmål 12.3 går direkte på matsvinn og sier:

«Innen 2030 halvere matsvinn per innbygger på verdensbasis, både i detaljhandelen og blant forbrukere, og redusere svinn i produksjons- og forsyningskjeden, inkludert svinn etter innhøsting».

Ved å samarbeide om å redusere matsvinnet (mål 17), vil både bedrifter og husholdninger oppnå en trippel gevinst som skaper økonomisk vekst (mål 8, 9, 11, 12), begrenser klimaendringene (mål 11, 12, 13) og bidrar til å fordele jordas ressurser på en bedre måte som fører til økt livskvalitet (mål 2, 9, 11).



FAG OG KOMPETANSEMÅL

Mat og helse:

1. Bruke sansene til å utforske og vurdere smaken og teksturen av maten, samt utforske anretning av mat.

2. Gjenkjenne og beskrive grunnsmaker i matvarer, og fortelle og diskutere hvordan smak kan påvirke mat-preferanser og valg.

3. Bruke oppskrifter i matlaging og beregne og vurdere mengden i porsjonene både med og uten bruk av digitale ressurser.

4. Bruke matmerking og kostmodeller for å sette sammen et sunt, variert og bærekraftig kosthold, samt reflektere rundt egne valg.

5. Utnytte matvarer og rester fra matlaging, og reflektere over eget matforbruk.

TILTAK/AKTIVITETER

1. Se, lukt og smak: Lær elevene til å bruke sansene for å vurdere om maten fremdeles kan spises. Hvordan kan du bruke mat som ikke er fersk lenger, f.eks. i en suppe, gryte eller smoothie? La elevene gi nytt liv til tørt brød og slappe grønnsaker.

Tips til ressurser: "Hva er matsvinn?" (film), "Hvordan kaste mindre mat" (artikkel)

2. Matredding: Tur til lokalbutikken. Gå på jakt etter litt sliten frukt og mat som nærmer seg utløpsdato. Kan dere lage noe spennende og sunt av fangsten?

Tips til ressurser: "Hvordan kaste mindre mat" (artikkel) Brukopp-leksikonet og Måltidsplanleggeren

3. Riktig porsjonsberegning: Mye mat kastes fordi det lages for store porsjoner. Lær elevene å lage "Akkurat nok" og reflekter rundt betydningen av å forsyne seg flere ganger, tilpasse tilbehøret og ta vare på restene.

Tips til ressurser: "Akkurat nok" (artikkel)

4. Holdbarhetsmerking: Snakk om hva holdbarhetsmerkingen på mat betyr, hvorfor det er forskjell på "siste forbruksdag" og "best før". Mat som er merket "best før" er "ofte god etter".

Tips til ressurser: E-læringskurs og "Se, lukt og smak på maten" (artikkel)

5. Bruk opp: Utnytt hele matvarer (eks. også stilken) og rester fra matlagingen og skap nye smaker, reflekter over eget matforbruk. Lag klassens kokebok med retter laget av rester.

Tips til ressurser: Brukopp-leksikonet og Måltidsplanleggeren

FAG OG KOMPETANSEMÅL

Naturfag:

1. Reflektere over hvordan teknologi kan løse utfordringer, skape muligheter og føre til nye dilemmaer.
2. Foreslå tiltak for å bevare det biologiske mangfoldet i nord-områdene og gi eksempler på betydningen av tradisjonell kunnskap i naturforvaltning.
3. Utforske og beskrive ulike næringsnett og bruke dette til å diskutere samspill i naturen

KRLE:

1. Reflektere over eksistensielle spørsmål knyttet til menneskets levesett og levekår og klodens framtid.

TILTAK/AKTIVITETER

1. Reflekter over hvordan teknologi kan løse utfordringer, skape muligheter og føre til nye dilemmaer rundt matsvinn og matproduksjon.
2. Diskuter hvorfor matsvinn er blitt et større problem i dagens måte å produsere og forbruke mat på enn det var før. Spørsmål til diskusjon:
 - *Har vi fjernet oss for mye fra naturen der maten kommer fra til å ha respekt og forståelse for verdien av maten?*
 - *Mangler vi kunnskap om å lage mat fra bunnen av og hvordan vi skal bruke sansene våre for å vite om maten er trygg og god?*
3. Utforsk og beskriv ulike måter å produsere mat på og bruk dette til å diskutere hvordan matsvinn påvirker naturen/miljøet.

1. Diskuter etikk og verdier knyttet til matsvinn. Elevene kan utforske ulike religiøse og kulturelle perspektiver på hvordan mat behandles og hvordan dette kan påvirke holdninger og handlinger rundt matsvinn.

FAG OG KOMPETANSEMÅL

Samfunnsfag:

1. Utforske hvordan mennesker i fortiden livnærte seg og samtale om hvordan sentrale endringer i livsgrunnlag og teknologi har påvirket og påvirker demografi, levekår og bosetningsmønstre.

TILTAK/AKTIVITETER

1. Utforsk hvordan mennesker i fortiden livnærte seg, og ha samtaler om hvordan sentrale endringer i livsgrunnlag og teknologi har påvirket levekår og matvaner og holdninger til at det er "greit med litt svinn". Har vi mistet respekten for maten?

2. Diskuter hvordan dagens globale matsystem er annerledes enn fra tidligere generasjoner og hvordan det påvirker helse og miljø. Hvorfor er det enda viktigere enn før å utnytte alle ressursene godt og sikre at vi spiser opp den maten som produseres?