



Den Innovative Naturfriskole

**DIN-Friskole** Trige Søndergaard, Bygning A, Trige Centervej 75, DK-8380 Trige, Danmark

[Bestyrelsen@din-friskole.dk](mailto:Bestyrelsen@din-friskole.dk) [www.din-friskole.dk](http://www.din-friskole.dk) +45 9390 1517



Den Innovative Naturfriskole

| Projekt<br>Uge                       | Kompetenceområde<br>Kompetencemål <ul style="list-style-type: none"> <li>Færdigheds- og vidensområder</li> </ul>   | Beskrivelse og aktiviteter   | Evaluering   | Materialer og faglokaler   |
|--------------------------------------|--|--|--|--|
| <b>Introuge</b><br>Uge 33            | Se forløb "Under overfladen"   |  |  |  |
| <b>Under overfladen</b><br>Uge 34-37 | <p><b>Mad og sundhed</b></p> <p>Eleven kan foretage madvalg ud fra målgruppe og forholde sig kritisk til madkommunikation</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sund mad til målgrupper</li> </ul> <p><b>Fødevarebevidsthed</b></p> <p>Eleven kan foretage begrundede valg af fødevarer</p> | <p>Eleverne arbejder med hygiejnemæssige forholdsregler i forhold til hensigtsmæssig opbevaring af fødevarer på ture ud af huset med skolen, samt håndtering af fødevarer fra havet som muslinger, krabber og tang.</p> <p>Eleverne arbejder med tang både teoretisk og praktisk. Teoretisk arbejdes både med råvarekendskab og sundhed ift. tang. Praktisk laver eleverne eksperimenter med forskellige måder at tilberede tang på og undersøger, hvad det gør ved madoplevelsen og kvaliteten.</p> | <p>Observationer af elevernes deltagelse i faglige samtaler.</p> <p>Observationer af elevernes tilgang til madlavning.</p> | <p>Poser, spande mm. til håndtering og opbevaring af fødevarer fra havet</p> <p>Morter til at lave tanggranulat</p> <p>Ingredienser til madlavning</p> |



Den Innovative Naturfriskole

|   |  |   |  |  |
|---|--|---|--|--|
|   | <p>i henhold til produktion, kvalitet og madoplevelse</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Fødevarekendskab og kvalitetsforståelse</i></li> </ul> <p><b>Madlavning</b></p> <p>Eleven kan eksperimentere ud fra grundlæggende madlavningsteknikker</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Madtekniske egenskaber og håndværk</i></li> </ul> | <p>Eleverne laver desuden pocherede æg til “vild mad” ret med alt godt fra havet.</p>   |  |  |
| <p><b>Innovation</b><br/><i>Uge 38-41</i></p> | <p><b>Mad og sundhed</b></p> <p>Eleven kan foretage madvalg ud fra målgruppe og forholde sig kritisk til madkommunikation</p>  | <p>Vi arbejder med insekter som proteinkilde samt andre bæredygtige proteinkilder. I forbindelse med dette besøger vi bl.a. Økolariet i Vejle.</p> <p>Vi tilbereder melorme på forskellige måder, herunder stegning med</p> | <p>Egne snacks</p> <p>Feedbackark</p> <p>Logbøger med beskrivelser af målgruppe,</p> | <p>Melorme<br/>Chokolade</p> <p>Ingredienser til elevernes snacks</p> <p>Feedbackark</p> |



Den Innovative Naturfriskole

|  |  |   |   |                             |
|--|--|---|---|-----------------------------|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Kommunikation og samfund</i></li> </ul> <p><b>Fødevarerbevidsthed</b></p> <p>Eleven kan foretage begrundede valg af fødevarer i henhold til produktion, kvalitet og madoplevelse</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Fødevarerkendskab og kvalitetsforståelse</i></li> <li>• <i>Fødevarerproduktion og madprojekt</i></li> </ul> <p><b>Madlavning</b></p> <p>Eleven kan eksperimentere ud fra grundlæggende madlavningsteknikker</p> | <p>forskellige krydderier, male dem til melormemel, romkugler med mel mm.</p> <p>Eleverne skal efterfølgende udvikle deres egne bæredygtige og sunde snacks ud fra en selvvalgt målgruppe. Her skal eleverne bl.a. undersøge produktionen af forskellige relevante fødevarer med fokus på social og miljømæssig bæredygtighed, samt udregne priser med fokus på den økonomiske bæredygtighed. Herudover skal eleverne undersøge og illustrere fordelingen af næringsstoffer både i de enkelte fødevarer og samlet i deres egen snack.</p> <p>Undervejs laver eleverne smagsprøver de uddeler og får feedback på smagsindtryk, konsistens og det æstetiske udtryk. Ligeledes vurderer eleverne de øvrige grupperes snacks og giver feedback.</p> | <p>prisberegninger, næringsstoffordelinger mm.</p> <p>Markedsføringsprodukt</p> | <p>Carlettis hjemmeside</p> |
|--|--|---|---|-----------------------------|



Den Innovative Naturfriskole

|  |  |   |  |   |
|--|--|---|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Eksperimenterende madlavning</i></li> </ul>  | <p>På baggrund af elevernes forskellige undersøgelser skal de videreudvikle deres snack til deres selvvalgte målgruppe.</p> <p>I slutningen af forløbet arbejder eleverne med markedsføring af deres egne snacks.</p> <p>Vi arbejder desuden med temperering af chokolade.</p>  |  |   |
| <p><b>Harmoni</b><br/><i>Uge 43-46</i></p> | <p><b>Måltider og madkultur</b><br/>Eleven kan opbygge måltider med forståelse for forskellige madkulturer og levevilkår</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Måltidets værdier</i></li> <li>• <i>Måltider og smag</i></li> </ul> | <p>Vi arbejder med omgivelsernes betydning for måltidsoplevelsen. Vi sammenligner spisning i skoven med spisning i kantinen, samt spisning alene eller i mindre grupper og som et større fælles måltid.</p> <p>Eleverne skal udvikle måltider på budget med dem selv som målgruppe. De skal således forsøge at sammensætte et</p> | <p>Observation af elevernes deltagelse i faglige samtaler.</p> <p>Elevernes planlagte måltider med beskrivelser af indhold, grundsmage og økonomi.</p> | <p>Grundsmageplakat</p> <p>Ingredienser valgt af eleverne</p> |



Den Innovative Naturfriskole

|                                   |  |   |  |  |
|-----------------------------------|--|---|--|--|
|                                   |  | måltid, der har værdi for dem, med et begrænset budget svarende til en ung på SU. I opbygningen af måltidet skal eleverne desuden inddrage forskellige grundsmage og måltids elementer.   |  |  |
| <b>Energi</b><br><i>Uge 47-50</i> | <b>Madlavning</b><br>Eleven kan eksperimentere ud fra grundlæggende madlavningsteknikker <ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Madtekniske egenskaber og håndværk</i></li></ul> | I forløbet arbejder eleverne med desserter og har fokus på sukker som energi.<br><br>Eleverne arbejder med grundmetoden “Bagning”, hvor de arbejder med forskellige dejtyper og hævemetoder.<br><br>Der bages fx forskellige julesmåkager, herunder Luciabrød.<br><br>Eleverne laver vingummier og arbejder med “Gelatinering”, | Observation af elevernes tekniske færdigheder. | <a href="http://www.din-friskole.dk">Vingummi - opskrift - Alletiders Kogebog (dk-kogebogen.dk)</a><br><br>Ingredienser til madlavning |
| <b>Andre uger</b>                 | Se forrige forløb  |   |  |  |



Den Innovative Naturfriskole

|                                  |  |  |   |                        |
|----------------------------------|--|--|---|------------------------|
| <i>Uge 51 og 1</i>               |  |  |   |                        |
| <b>Fremtid</b><br><i>Uge 2-5</i> | <p><b>Fødevarebevidsthed</b></p> <p>Eleven kan foretage begrundede valg af fødevarer i forhold til produktion, kvalitet og madoplevelse</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Fødevarekendskab og kvalitetsforståelse</i></li> </ul> <p><b>Madlavning</b></p> <p>Eleven kan eksperimentere ud fra grundlæggende madlavningsteknikker</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Eksperimenterende madlavning</i></li> </ul> | Vi arbejder med grøntsager som fødevarer og eksperimenterer med tilberedning af grøntsager på forskellige måder. | Vurderingsark, matrix med forskellige tilberedningsmetoder og grøntsager. | Forskellige grøntsager |
| <b>Sundhed</b>                   | <b>Mad og sundhed</b>  | Vi arbejder med det brede og positive sundhedsbegreb.  | Observationer af elevernes  | Ernæringsoversigter    |



Den Innovative Naturfriskole

|  |  |   |   |  |
|--|--|---|---|--|
| <p><i>Uge 6 og 7-12</i></p>              | <p>Eleven kan foretage madvalg ud fra målgruppe og forholde sig kritisk til madkommunikation</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Sund mad til målgrupper</i></li> <li>• <i>Kommunikation og samfund</i></li> </ul> <p><b>Måltider og madkultur</b><br/>Eleven kan opbygge måltider med forståelse for forskellige madkulturer og levevilkår</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Måltidets værdier</i></li> </ul> | <p>Vi undersøger fødens sammensætning og energiindhold. På baggrund af undersøgelserne diskuterer vi sammenhænge mellem livsstil og sundhed, herunder handlemuligheder ift. forebyggelse og helbredelse.</p> <p>Eleverne arbejder med at sammensætte sundhedsfremmende måltider til plejehjemsbeboere på baggrund af undersøgelser og diskussioner.</p> | <p>argumentationer i samtaler.</p> <p>Sundhedsfremmende måltider og begrundelser.</p> | <p>Ingredienser til madlavning</p>             |
| <p><b>Klima</b><br/><i>Uge 14-20</i></p> | <p><b>Fødevarerbevidsthed</b><br/>Eleven kan foretage begrundede valg af fødevarer i forhold til produktion, kvalitet og madoplevelse</p>  | <p>Med fokus på æg og kylling, ser vi på forskellige produktionsformer ift. kvalitet, dyrevelfærd og klima, herunder transport.</p>   | <p>Observationer af elevernes argumentationer i samtaler.</p>                         | <p>Æg og kylling, evt. fra eget hønsehold.</p> |





Den Innovative Naturfriskole

|                                       |  |   |   |   |
|---------------------------------------|--|---|---|---|
|                                       | <ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Fødevarekendskab og kvalitetsforståelse</i></li><li>• <i>Bæredygtighed</i></li></ul>  | Vi arbejder desuden med forskellige tilberedninger af æg og dennes betydning for madoplevelsen. | Vurderingsark med forskellige tilberedninger af æg. |   |
| <b>Kærlighed</b><br><i>Uge 21-24</i>  | <b>Måltider og madkultur</b><br>Eleven kan opbygge måltider med forståelse for forskellige madkulturer og levevilkår <ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Måltider og smag</i></li></ul> | Vi følger undervisningsforslaget fra læseplanens vejledning s. 59-60.                           | Måltid til teaterforestilling og billeder af dette. | <a href="#">GSK Faghæfte Madkundskab_Valgfag.pdf (emu.dk)</a> s. 59-60<br><br>Ingredienser til madlavning |
| <b>Outro uger</b><br><i>Uge 25-26</i> |  | Opsamling på året<br>Eleverne får medbestemmelse og laver egne madprojekter.                    |   |   |