

PÆDAGOGISK VEJLEDNING

TIL INDSKOLING

Læs DPU's evaluering af
materialet på
denmagiskemadkasse.dk

Den Magiske Madkasse



Udviklet af Mejeriforeningen i samarbejde med Landbrug & Fødevarer
samt fagfolk indenfor pædagogik, læring og leg
Evaluering gennemført af Danmarks institut for Pædagogik og Uddannelse (DPU), Aarhus Universitet

Baggrund.....	3
Den Magiske Madkasse.....	3
Fleksibelt materiale.....	3
Alsidig udvikling og sociale kompetencer.....	4
Måltidet som socialt fællesskab.....	4
Voksne som rollemodeller.....	5
Didaktikken.....	6
Supernaskerne og didaktiske pejlemærker.....	6
Leg og læring.....	6
Virkelighedsnær undervisning og elevinvolvering.....	6
Fælles mål.....	7
MADKLOGSKAB	9
Det didaktiske pejlemærke madklogskab.....	9
Fælles Mål for Børnehaveklassen.....	10
Fælles Mål for 1. og 2. klasse.....	11-12
Officielle anbefalinger fra Fødevarestyrelsen.....	13
MADMOD	15
Det didaktiske pejlemærke madmod.....	15
Fælles Mål for Børnehaveklassen.....	16
Fælles Mål for 1. og 2. klasse.....	17-18
Madmod og sanser.....	19
Smagskompetence.....	20
MADFÆLLESSKAB	21
Det didaktiske pejlemærke madfællesskab.....	21
Fælles Mål for Børnehaveklassen.....	22
Fælles Mål for 1. og 2. klasse.....	23-24
Måltidet som socialt fællesskab.....	25
Fælles mål for børnehaveklassen.....	25
MADGLÆDE	26
Det didaktiske pejlemærke madglæde.....	26
Fælles Mål for Børnehaveklassen.....	28
Fælles Mål for 1. og 2. klasse.....	29-30
Smag og glæde.....	31
Respekt for smag.....	31
Æstetisk erfaring.....	31

Baggrund

I Danmarks starter omkring 60.000 børn i børnehaveklasse hvert år.¹

I indskolingen er der et stort fokus på klassekultur, fællesskab og relationer - et sundt klasse miljø skaber trivsel og indlæring. De fleste børn er allerede fra første dag i skolen i gang med at skabe relationer til de andre. Næsten alle børn er nysgerrige og interesserede i de nye kammerater. Børnene er altså fra starten fælles om at skabe det sociale rum, som de lærer og udvikler sig igennem.

Måltidet er et socialt fællesskab. Forskning viser, at god mad kombineret med trygge måltidsrammer muliggør sunde madvaner, som på flere måder har en positiv betydning for eleveres læringsforudsætninger. Sunde måltider og gode måltidsrammer styrker elevernes faglige præstationer generelt og har derfor betydning for elevernes læringsudbytte.²

Mange nye skolebørn og nye skolefamilier oplever store ændringer, når børnene starter i skole. Der er store krav til børnenes selvstændighed og selvhjulpethed, og i forhold til måltidssituationen i skolen oplever mange børn, at der

er mindre tid til at spise deres mad, og der er færre voksne til at hjælpe.³ Karen Wistoft, professor i smag, madkundskab, læring og trivsel ved Aarhus Universitet siger sin evaluering af Den Magiske Madkasse:

"Vi ved fra forskning på skoleområdet, at der er en signifikant sammenhæng mellem at have spist og at kunne koncentrere sig i undervisningen. Det gælder også social trivsel. At være en god kammerat og have det godt med sig selv og andre kræver energi og overskud. De nye rammer (i skolen red.) for mad og måltider betyder nye betingelser for at trives både fagligt og socialt: 'at lære' og 'at være' lykkes bedst, hvis man ikke er alt for sulten, og hvis man har haft gode mad og måltidsrammer."⁴

Den Magiske Madkasse tager udgangspunkt i noget helt konkret, som børnene i indskolingen kender til - deres mad i madkassen - og forener det med trivselsarbejdet i klassen. Disse to ting har nemlig stor betydning for elevernes potentiale til at lære i skolen samt mulighed for at udvikle en bevidst og kritisk stillingtagen til mad, som fremmer sundhed for både krop og hoved.

Den Magiske Madkasse

Den Magiske Madkasse er et undervisningsmateriale til indskolingen, som gennem faglige læringsaktiviteter arbejder med mad, måltider, trivsel og vaner for at give eleverne viden, færdigheder og kompetencer til at styrke egen trivsel, fællesskabet i klassen og klassekulturen.

Materialet arbejder med en involverende didaktisk tilgang og med fokus på at give eleverne mulighed for at udvikle sig i forhold til mad, smag, fællesskab og evnen til at klare sig selv.

Alle daginstitutioner har fået tilbudt materialet i en udgave til de store børnehavebørn - og derfor vil nogle af børnene måske allerede kende til Den Magiske Madkasses univers.

Fleksibelt materiale

Den Magiske Madkasse kan anvendes i 0.-2. klasse. Materialet er fleksibelt, så det kan anvendes på det tidspunkt, det passer ind i klassens årsplan og i det omfang, der passer til den enkelte klasse.

Materialet kan justeres, så det passer til den enkelte elev, idet der i materialet er forskellige typer aktiviteter, ligesom der er beskrevet forslag til differentiering af aktiviteterne.

1 Ifølge Undervisningsministeriets uddannelsesstatistik startede 59.092 børn i 0. klasse i skoleåret 2019/2020

2 Stovgaard, Thorborg, Kragelund, Vad Andersen & Wistoft (2018). DCA RAPPORT NR. 137 (december 2018). Aarhus Universitet Danmarks Institut for Pædagogik og Uddannelse (DPU) Institut for Fødevarer (FOOD)

3 Undersøgelse foretaget af Mejeriernes Skolemælksordning i 2017 blandt 600 grundskoler

4 Wistoft m.fl. DPU (2020): Forskningsbaseret evaluering af Den Magiske Madkasse

Elever, der arbejder med Den Magiske Madkasse, skal have en oplevelse af, at:

de bidrager
til egen og
fællesskabets
sundhed og
trivsel.

mad og
måltider har
betydning for
deres hverdag.

de kan bruge
deres viden om
mad og måltider i
deres egen
madpakke.

Alsidig udvikling og sociale kompetencer

Elevernes alsidige udvikling har været en del af folkeskolelovens formålsparagraf siden 1975. Elevernes alsidige udvikling og sociale kompetencer er således færdigheder og kompetencer på linje med den faglige udvikling.

Alsidig udvikling og sociale kompetencer kan ikke skilles ad. Børns sociale udvikling sker i fællesskaber med andre - både børn og voksne. I fællesskaber gør børn sig erfaringer med, hvad det vil sige at deltage, have indflydelse og give plads til andre.⁵ Social kompetence er nøglen til samvær og fællesskab, og derfor er relationer og en god klassekultur så vigtig, da det er her, eleverne oplever styrke og betydning, føler sig set, trygge og respekterede.

Måltidet som socialt fællesskab

Forskning viser, at børn oplever et større fællesskab, når der er fokus på mad og måltider, fordi måltidsfællesskabet bidrager til at styrke relationer mellem måltidets aktører.⁶ Derfor arbejder Den Magiske Madkasse, ligesom De Fem Råd om Måltidet fra Fødevarestyrelsen, med en forståelse af, at:

“... det gode måltid skaber glæde, nydelse, samvær, trivsel og lyst til at spise sundt.”⁷

Spisepauserne og måltiderne i skolen handler altså om meget mere end sund mad og mætte maver! Selvom børnene spiser hver deres madpakke, er der stadig tale om et fælles måltid, hvis man spiser det i fællesskab. Måltidet er et samlingspunkt og et vigtigt sted for etablering og vedligeholdelse af fællesskaber. De sociale relationer fortsættes under måltidet, og måske skabes der nye relationer.

Børn udvikler altså kompetencer gennem deltagelse i sociale og kulturelle praksisser som f.eks. måltidet. Via deltagelsen får eleverne erfaringer (kundskaber og færdigheder), udvikler meningsdannelse (værdier og ideologier), øver sig i kommunikation (identiteter) og handleberedskab.⁸

Med andre ord er måltidet en oplagt lærings-situation for udvikling af sociale kompetencer, handlekompetencer, fællesskab og samarbejde. Derfor griber Den Magiske Madkasse fat om netop det.

Voksne som rollemodeller

Børn spejler sig i deres omgivelser og kopierer andres adfærd. Forskning viser, at rollemodellens spise-, måltids- og smagspræferencer er mere afgørende end f.eks. verbale opfordringer til at spise sundt, og at formidling og information om sundhed alene ikke påvirker børn.⁹

Den voksne er altså en vigtig rollemodel. Hvilken mad, den voksne spiser, og hvordan den voksne spiser og omtaler maden, påvirker børnene. Et forskningsprojekt viser, at hvis en lærer placerer et stykke frugt på sit bord og spiser det foran sine elever, bevirker det, at eleverne spiser mere frugt - endda et år efter forsøget sluttede.¹⁰ En rollemodel guider frem for at anvise - og går foran som det gode eksempel.

DCA rapporten "Rammer for mad og måltider i skolen" (2018)¹¹ konkluderer, at:

- Måltidsrammerne har betydning for elevernes fysiske, sociale og mentale sundhed - herunder lyst til at spise sundt, læringsforudsætninger samt social og faglig trivsel.
- Sund mad kombineret med gode måltidsrammer muliggør sunde madvaner, som på flere måder har en positiv betydning for elevers læringsforudsætninger.
- Læreren spiller en central rolle for det gode frokostmåltid.
- Når eleverne involveres i ændringer af klassens måltidsrammer, fører det til bedre social trivsel i klassen.

Smag er individuelt og mangfoldigt - og fra omkring 8-årsalderen udvikler børn en kognitiv basisforståelse, hvor de bliver i stand til at tænke og agere rationelt samt forstå konsekvenser og kompleksitet. Netop i denne alder kan børn derfor reflektere over og forholde sig kritisk til mad og måltider.¹²

Forskning viser, at børn ikke må presses til at smage på noget, de ikke har lyst til. Det virker ikke - tværtimod! Hvis børn føler sig pressede til at spise op eller spise mad, de ikke har lyst til, forstyrres deres naturlige læringsproces, og deres modstand overfor den pågældende madvare forstærkes.

Den Magiske Madkasse, Projekt Sund Skole og Madpakkedysten

Den Magiske Madkasse kan med fordel kombineres med **Projekt Sund Skole** og **Madpakkedysten**, som begge er projekter udviklet af Mejeriforeningen i samarbejde med lærere, pædagoger og sundhedsfaglige. Projekterne sætter fokus på sundhed og trivsel - og arbejder med madpakker, måltider og drikkevaner i indskolingen.

Projekt Sund Skole er et projekt, som koncentrerer en større indsats om næring til læring i indskolingen. Projekt Sund Skole handler om at styrke samarbejdet mellem skole, forældre og elever og skabe de bedste forudsætninger for læring i skolens hverdag. Projektet sætter fokus på madpakken, drikkevarer og de vigtige spisepauser set i lyset af sundhed og trivsel. Se mere på www.projektsundskole.dk

Madpakkedysten har sjove og lærerige aktiviteter for hele klassen med fokus på indholdet i madpakken og elevernes lyst til at lave og spise sund mad. Madpakkedysten er for alle 0.-3. klasser i hele Danmark. Se mere på Edutainmenthuset.dk



9 Sepp, H., Abrahamsson & Fjellstrom (2006). Pre-school staffs' attitude towards foods in relation to the pedagogic meal. International Journal of Consumers Studies, 30 (2), 224-232
 10 Thestrup, Lynggaard og Zangenberg (2017). Når mad og dannelse går hånd i hånd i skolen - inspiration til hvordan danske skoler kan praktisere maddannelse
 11 Stovgaard, Thorborg, Kragelund, Vad Andersen & Wistoft (2018). DCA RAPPORT NR. 137 (december 2018). Aarhus Universitet Danmarks Institut for Pædagogik og Uddannelse (DPU) Institut for Fødevarer (FOOD)
 12 Leer & Wistoft (2015). Mod en smagspædagogik. Odense: SDU Press

Didaktikken

Supergnaskerne og didaktiske pejlemærker

Den Magiske Madkasse arbejder med fire didaktiske pejlemærker:

 **Madklogskab**

 **Madmod**

 **Madfællesskab**

 **Madglæde**

Disse pejlemærker materialiseres ved hjælp af de fire Supergnaskere, som optræder gennem hele materialet. Supergnaskerne har hver især superkræfter, som kommer i spil i læringsaktiviteterne.

Supergnaskerne inviterer eleverne med og opfordrer til deres aktive deltagelse. De bruges til at sætte fokus på de didaktiske pejlemærker og er med til at skabe en levende fortælling, som skaber motivation, og som eleverne kan forholde sig til.

Leg og læring

Børn, der leger, opdager hinanden, verden og sig selv.

Leg er en eksperimenterende tilgang til verden, hvor børn har mulighed for at udvikle sig socialt, fordi leg stiller krav til børnenes sociale færdigheder. Børn skal kunne afkode kultur og normer og mestre sociale kompetencer knyttet til at forhandle med og afstemme sig selv i forhold til andre i legen. Legen er altså med til at danne børn socialt og personligt som individer, der kan tage del i verden og samfundet.

Gennem leg øver børn sig altså i at:

- kommunikere – med og uden sprog
- udvikle social forståelse – afkode sociale situationer og tilpasse handlinger
- skabe samspil omkring et fælles mål
- øve sig i at håndtere uenigheder og konflikt
- skabe og opretholde sociale relationer og venskaber

Den Magiske Madkasses læringsaktiviteter tager udgangspunkt i, at børn lærer ved at lege og udforske med krop og sanser, ved at undre sig og stille spørgsmål, ved at blive mødt af spørgsmål og udfordringer og ved at eksperimentere og gøre opdagelser.

Virkelighedsnær undervisning og elevinvolvering

Forskning peger på, at aktiv deltagelse og involvering af eleverne er centrale elementer, når man ønsker en succesfuld sundhedsformidling til børn.¹³ Et selvstændigt og lystbetonet forhold til mad og måltider starter med en forståelse af og bevidsthed om sig selv.¹⁴ Madpakker, madvaner og klassens spisepauser er hverdagsemner, som eleverne kan forholde sig til. Når eleverne arbejder med en virkelighedsnær og praksisorienteret tilgang til undervisningen, føler eleverne sig set og hørt, fordi deres erfaringer forbindes til fagene.¹⁵

Læringsaktiviteterne i Den Magiske Madkasse er bygget op som undersøgelsesbaserede aktiviteter med fokus på samarbejde og fællesskab omkring klassen. Forskning viser nemlig, at en inddragende smagspædagogik med fokus væk fra sundhedsfiksering giver nysgerrige børn, samt at børn lærer

¹³ Wistoft (2008) i: Liv i Skolen 10, s. 46-53

¹⁴ Smidt & Rasmussen (2001). Spor af børns institutionslivs. Unges beretninger og erindringer om livet i børnehaven. Hans Reitzels Forlag

¹⁵ Davidsen, H.M, Højlund, C. Brandsen, M. Skov, T.K., Krause-Jensen, N.H., Hansen, B.B. (2019): Slutrapport: Vidensgrundlag for praksisnær og anvendelsesorienteret undervisning, Aarhus: Via University College

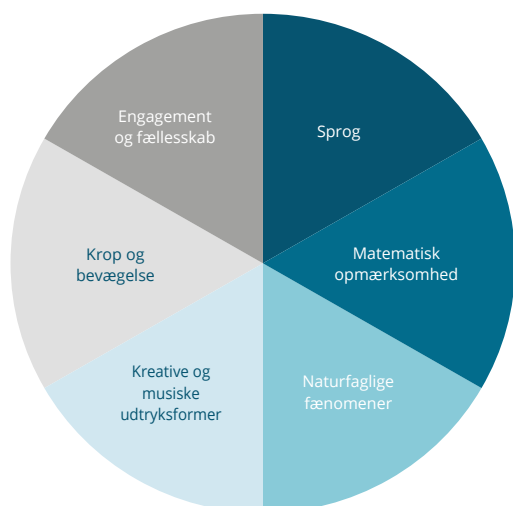
bedst, når de tænker kreativt og kombinerer forskellig slags viden på nye måder.

Læringsaktiviteterne i materialet giver eleverne mulighed for at eksperimentere, opleve, og undersøge - det giver eleverne plads til refleksion og aktiv forholden sig til deres egne madpakker, klassens måltidskultur og klassens spisepause. I en inkluderende klassekultur betragtes alle elever og deres bidrag som værdifulde dele af fællesskabet,¹⁶ og Den Magiske Madkasse har læringsaktiviteter med fokus på en oplevelse af samhørighed med fællesskabet, engagement og accept fra andre - så eleverne får lyst til at deltage aktivt.

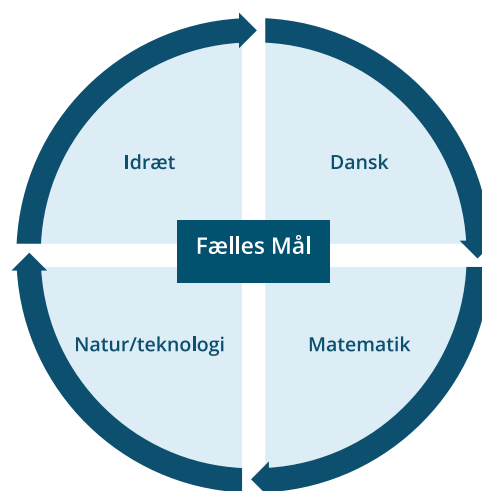
I Den Magiske Madkasse anvendes begrebet **LÆREBENZIN** som en måde at tale om mad, der giver god energi til at lære.

Fælles mål

For **børnehaveklassen** knytter læringsaktiviteterne sig til kompetenceområderne i Fælles Mål.¹⁷



For **1. og 2. klasse** knytter læringsaktiviteterne sig til Fælles Mål for dansk, matematik, natur/teknologi og idræt.



Læringsaktiviteterne er inddelt efter fag - men hver aktivitet har tilknyttet mål for både børnehaveklasse og 1.-2. klasse.

BØRNEHAVEKLASSEN	
Kompetence-område	Den Magiske Madkasse
Sprog	<p>Eleverne arbejder i Den Magiske Madkasse med sproget på forskellige måder: gennem samtale, fortælling, sproglig bevidsthed, skrivning, læsning samt it og digitale medier.</p> <p>Eleverne øver sig gennem læringsaktiviteterne på legende måder i at kommunikere med opmærksomhed på sproget i nære hverdagssituationer. Eleverne øver eleverne sig i at lytte til andre samt komme til orde selv samtidig med, at deres ordforråd og begrebsverden udvikles.</p>
Matematisk opmærksomhed	De fleste børn kender tallene, når de starter i skolen. I Den Magiske Madkasse arbejder eleverne med udvikling af deres videre talforståelse. Eleverne har mange erfaringer fra hverdagssituationer og leg - og i Den Magiske Madkasse forenes det ved matematikopgaver, som forholder sig legende og eksperimenterende i forhold til Supergnaskerne og elevernes egen hverdag.
Naturfaglige fænomener	Eleverne arbejder i Den Magiske Madkasse med at udvikle en forståelse og bevidsthed om naturlige madvarer og deres forhold til disse i eget liv. Det gør de på undersøgende måder ved at få viden og oplevelser gennem læringsaktiviteterne.
Kreative og musiske udtryksformer	Eleverne arbejder i Den Magiske Madkasse med skabende processer, oplevelser, fremstilling og kommunikation som metoder til at udtrykke deres kreativitet, nysgerrighed og fantasi.
Krop og bevægelse	Læringsaktiviteterne i Den Magiske Madkasse bygger på undersøgelser og eksperimenter både med sanserne og med kroppen ved at dufte, smage, mærke og se på forskellige madvarer. I et samspil mellem læringsaktiviteterne og den kropslige bevægelse, bliver elevernes evne til at aflæse og forstå andre børns kropssprog i forhold mad og måltider styrket.
Engagement og fællesskab	Den Magiske Madkasse sætter fokus på madfællesskaber som katalysator for gode klassefællesskaber. Derfor arbejder materialet med, at eleverne får kompetencer til at bidrage til fællesskabet og drage omsorg for sig selv og andre. På denne måde får eleverne et medansvar for klassefællesskabet - ligesom de får indsigt i egen forståelse, egne følelser og samvær med andre som en del af deres alsidige udvikling.
1. - 2. KLASSE	
FAG	Den Magiske Madkasse
Dansk	<p>Læringsaktiviteterne i Den Magiske Madkasse har fokus på kompetenceområderne læsning, fremstilling, og kommunikation.</p> <p>I læringsaktiviteterne læser eleverne enkle tekster og bruger dem i skrift, tale, lyd og billede på legende måder sammen med Supergnaskerne i hverdagssammenhænge.</p> <p>Eleverne arbejder i læringsaktiviteterne med at kommunikere om nære hverdagssituationer samt lytte og deltage i samtaler på klassen.</p>
Matematik	<p>Læringsaktiviteterne i Den Magiske Madkasse har fokus på kompetenceområderne matematiske kompetencer samt tal og algebra.</p> <p>I læringsaktiviteterne i Den Magiske Madkasse arbejder eleverne med at udbygge deres færdigheder og viden om tal og talforståelse. Dette gøres på en legende og fantasifuld måde ved hjælp af Supergnaskerne.</p> <p>Læringsaktiviteterne lægger vægt på, at eleverne stiller og besvarer spørgsmål, som er karakteristiske for matematik, og at de bliver i stand til at forklare deres tankegang.</p>
Natur/teknologi	<p>Læringsaktiviteterne i Den Magiske Madkasse har fokus på kompetenceområderne undersøgelse, modellering, perspektivering og kommunikation.</p> <p>Eleverne udfører enkle undersøgelser, og med billeder og skitser beskriver og fortæller de om hverdags- og dagligdags ting og fænomener.</p> <p>Eleverne relaterer viden fra natur/teknologi til sig selv og egen hverdag.</p>
Idræt og bevægelse	<p>Læringsaktiviteterne i Den Magiske Madkasse har fokus på kompetenceområderne alsidig idræt-sudøvelse, idrætskultur og relationer samt krop, træning og trivsel</p> <p>Eleverne deltager aktivt i legene i Den Magiske Madkasse.</p> <p>Eleverne samarbejder i legene og aktiviteterne.</p> <p>Eleverne samtaler om krop og bevægelse med udgangspunkt i dem selv.</p>



Det didaktiske pejlemærke madklogskab sætter fokus på

- God mad er god lærebenzin
- De Officielle Kostråd
- Gi' madpakken en hånd

Avi

Avi står for madklogskab. Hun ved ALT om mad, og hvad god mad gør ved din krop og din hjerne. Hvis du skal løbe 100 m, lære alfabetet eller lave matematik, så ved hun lige nøjagtig, hvad du har brug for. Det er derfor hun har det kloge dyr, uglen, på sin dragt.

Hun er super nysgerrig og elsker at lege detektiv - og finder hele tiden masser af spændende ting, man kan spise.

Avi har superkræfter i sine briller. Med brillerne kan hun se igennem alt - hun kan altså se lige igennem dig og se, hvad din krop har brug for. Derfor er hun ekspert i at finde mad, som er god lærebenzin for lige præcis dig.



Dette ikon viser læringsaktiviteter, der arbejder med madklogskab.

Læringsaktiviteterne styrker elevernes madklogskab, da de lærer at:

- det er vigtigt med god lærebenzin, når man går i skole
- forskellige madvarer giver forskellig lærebenzin
- mærke sult, tørst og mæthed - og sætte ord på det
- sætte navn, udseende og forskellige fakta om forskellige madvarer
- kategorisere madvarer efter de fem kategorier i Madpakkehånden



MADKLOGSKAB

I læringsaktiviteterne om madklogskab, arbejder eleverne med følgende Fælles Mål:

BØRNEHAVEKLASSEN	KOMPETENCEOMRÅDE	KOMPETENCEMÅL	FÆRDIGHEDS- OG VIDENSOMRÅDER OG -MÅL
	Sprog	Eleven er opmærksom på forskellige måder at anvende sproget på.	<p>Eleven kan veksle mellem at lytte og ytre sig.</p> <p>Eleven kan eksperimentere med rim, bogstavlyde og ord.</p> <p>Eleven har viden om det alfabetiske princip og skriveretning.</p> <p>Eleven har viden om bogstavlydforbindelser og enkle regler for ord- og sætningsdannelse.</p> <p>Eleven har viden om læseretning og enkle ordlæsestrategier.</p> <p>Eleven kan eksperimentere med at skrive små tekster.</p>
	Matematisk opmærksomhed	Eleven kan anvende tal og geometrisk sprog i hverdagssituationer.	<p>Eleven har viden om talsymbolerne og deres ordning.</p> <p>Eleven har viden om enkle matematiske begreber.</p> <p>Eleven kan læse og ordne etcifrede naturlige tal.</p>
	Naturligfaglige fænomener	Eleven kan ud fra viden og erfaring færdes iagttagende i naturen.	<p>Eleven kan undersøge naturen ud fra egne iagttagelser.</p> <p>Eleven har viden om inddeling af planter i grupper.</p>
	Kreative og musiske udtryksformer	Eleven kan udtrykke sig i billeder, musik og drama.	<p>Eleven kan eksperimentere med egne udtryk i billeder, musik og drama alene og i fællesskab.</p> <p>Eleven kan anvende digitale medier i bearbejdelsen af oplevelser og i kreative udtryk.</p>
	Krop og bevægelse	Eleven kan foretage valg, der styrker og udvikler kroppen.	<p>Eleven kan bruge kroppen varieret.</p> <p>Eleven kan lege alsidigt.</p> <p>Eleven har viden om kostråd.</p>
	Engagement og fællesskab	Eleven kan bidrage til fællesskabet og drage omsorg for sig selv og andre.	<p>Eleven kan tage initiativ og fastholde valg.</p> <p>Eleven har viden om spilleregler for samvær.</p> <p>Eleven kan vurdere egne styrker og svagheder.</p> <p>Eleven har viden om, at personer er forskellige.</p>



1. OG 2. KLASSE		KOMPETENCEOMRÅDE	KOMPETENCEMÅL	FÆRDIGHEDS- OG VIDENSOMRÅDER OG MÅL
	Natur/teknologi	Undersøgelse	Eleven kan udføre enkle undersøgelser.	Eleven har kan undersøge og har viden om, hvordan enkle mekanismer fra hverdagen fungerer. Eleven kan undersøge og har viden om sanser.
		Perspektivering	Eleven kan genkende natur og teknologi i sin hverdag.	Eleven har viden om og kan fortælle om ressourcer fra hverdagen. Eleven har viden om og kan fortælle om enkle råd om sundhed i forhold til egen hverdag.
		Kommunikation	Eleven kan beskrive egne undersøgelser.	Eleven kan fortælle om egne resultater og erfaringer. Eleven har viden om og kan anvende enkle fagord og begreber.
	Dansk	Læsning	Eleven kan læse enkle tekster og bruge dem i hverdagsammenhænge.	Eleven kan læse ord i tekster til klassetrinnet. Eleven har viden om bogstavernes udtalelser. Eleven kan forbinde tekstens emne med egen viden, erfaring og idéer.
		Fremstilling	Eleven kan udtrykke sig i skrift, tale, lyd og billede.	Eleven kan skrive små og store bogstaver. Eleven kan udarbejde enkle tekster med billeder og skrift. Eleven kan stave lette ord.
		Fortolkning	Eleven kan forholde sig til velkendte temaer.	Eleven kan lege med sprog, billeder og fortælling. Eleven kan sætte tekstens tema i relation til eget liv.
		Kommunikation	Eleven kan kommunikere med opmærksomhed i nære hverdagsrelationer.	Eleven kan veksle mellem at lytte og ytre sig. Eleven har viden om turtagning. Eleven har viden om enkelt kropssprog.
	Matematik	Matematiske kompetencer	Eleven kan handle hensigtsmæssigt i situationer med matematik.	Eleven kan anvende konkrete, visuelle og enkle symbolske repræsentationer. Eleven kan vise sin matematiske tænkning med uformelle skriftlige noter og tegninger.
		Tal og algebra	Eleven kan udvikle metoder til beregninger med naturlige tal.	Eleven kan anvende naturlige tal til at beskrive antal og rækkefølge. Eleven har viden om enkle naturlige tal. Eleven har viden om naturlige tals opbygning i titalssystemet.



Officielle anbefalinger fra Fødevarestyrelsen

Kompetence til at træffe begrundede madvalg

I arbejdet med børn, mad og måltider, skal eleverne opleve rammer for kreative aktiviteter, hvor de stimuleres og udvikler deres erkendelse, omverdensforståelse, sansbevidsthed og kritisk stillingtagen. På den måde udvikler de kompetencer til at træffe begrundede madvalg.¹⁸

Karen Wistoft, professor i smag, madkundskab, læring og trivsel ved Aarhus Universitet, siger, at det ikke er holdbart at tvinge eller lokke børn til at spise på en bestemt måde. Hun mener derimod, at børnene kan selv - hvis de får lov:

“Vi vil gerne lære børnene at tage stilling, at begrunde og at bruge deres smag i den stillingtagen. Hvis børn ikke er bevidste om, at de aktivt kan bruge deres egen smag, bliver de vant til at blive styret. I værste fald bliver de passive og ligeglade eller ulystne ift. hvad de spiser.”¹⁹

Derfor er læringsaktiviteterne i Den Magiske Madkasse orienteret omkring en undersøgende og praktisk tilgang. Eleverne udvikler viden, færdigheder og holdninger om ernæring og sundhed, så de på sigt kan træffe valg, der fremmer egen sundhed.

De officielle Kostråd - godt for sundhed og klima

I 2021 har Fødevarestyrelsen lanceret de nye officielle kostråd,²⁰ som bygger på forskning inden for mad og sundhed og er en rettesnor til at få en sund og klimavenlig balance i det, vi spiser og drikker.

Følges kostrådene, får kroppen dækket behovet for vitaminer, mineraler og andre vigtige næringsstoffer. Gode måltider med sund og klimavenlig mad kan give nydelse, glæde og velvære, og gode måltider kan spille en væsentlig rolle i vores sociale liv.



Officielle anbefalinger fra Fødevarestyrelsen

1. Spis planterigt, varieret og ikke for meget
2. Spis flere grøntsager og frugter
3. Spis mad med fuldkorn
4. Spis mindre kød – vælg bælgfrugter og fisk
5. Sluk tørsten i vand
6. Vælg planteolier og magre mejeriprodukter
7. Spis mindre af det søde, salte og fede

Læringsaktiviteterne i Den Magiske Madkasse inddrager de officielle anbefalinger fra Fødevarestyrelsen.

18 Wistoft & Qvortrup (2018). Smagens didaktik. København: Hans Reitzels Forlag

19 Smag for livet - smagforlivet.dk

20 Fødevarestyrelsen: altomkost.dk



Gi' madpakken en hånd

Fødevarestyrelsen har udviklet materialet Gi' madpakken en hånd.²¹ En varieret madpakke indeholder varer fra fem madvaregrupper – en for hver finger. Derfor kaldes modellen også Madpakkehånden, og den er en god huskemodel.

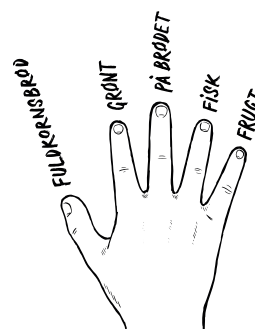
Det er også vigtigt at sætte fokus på drikkevarer. Ifølge kostrådene fra Fødevarestyrelsen anbefales det at slukke tørsten i vand. Herudover er 250 ml mælk eller mælkeprodukt samt 3/4 skive ost dagligt tilpas i en planterig og varieret kost for et barn i indskolingsalderen. Hvis barnet ikke spiser ost, skal barnet i stedet have 325 ml mælk eller mælkeprodukt om dagen. Vælg primært de magre typer som skummet-, mini- eller kærnemælk.

Forældreinddragelse

I en typisk skoleklasse er der i gennemsnit kun to elever, der smører deres egen madpakke. Seks ud af ti forældre smører børnenes madpakke hver dag, mens 25% af børnene aldrig er involveret i lave deres egen frokost.²²

Derfor er det en god ide at inddrage forældrene i arbejdet med Den Magiske Madkasse. Opfordr eleverne til at fortælle om Supergnaskerne derhjemme og til at tale om, hvad de kan lide og gerne vil have med i deres madpakke. Forældre og børn kan med stor fordel hjælpes ad med at lave madpakkerne. En undersøgelse fra Landbrug og Fødevarer fra 2019 viser, at godt og vel en tredjedel af forældrene mangler inspiration til gode madpakker til børnene.

På denmagiskemadkasse.dk findes en forældrefolder, som kan deles med forældrene digitalt eller printes og sendes med eleverne hjem. I folderen er der oplysninger om Den Magiske Madkasse samt opskrifter og inspiration til madpakken, og hvordan eleverne kan inddrages i den.



"I en typisk skoleklasse er der i gennemsnit kun to elever, der smører deres egen madpakke"

"25% af eleverne er aldrig involveret i at lave deres egen frokost"



Det didaktiske pejlemærke madmod sætter fokus på

- Sanser
- Mod til at prøve noget nyt
- Eksperimenter og undersøgelser
- Smag



Chili

Chili står for madmod.

Chili ved, at næsten alt kan smage godt, og hun går altid forrest, når der skal prøves noget nyt. Bjørnen på hendes dragt viser, at hun er modig og stærk. Hun er altid i gang med at finde nye og spændende ting og er fløjtende ligeglad med, hvad andre synes om, det, hun putter i munden. Hendes superkræfter er, at hun tør spise ALT!

Dette ikon viser læringsaktiviteter, der arbejder med madmod.



Læringsaktiviteterne styrker elevernes madmod, da de:

- får gode oplevelser med at undersøge mad med alle sanser
- oplever, at de bliver støttet i at undersøge maden i deres eget tempo
- oplever stolthed over at prøve nyt



MADMOD

I læringsaktiviteterne om madklogskab, arbejder eleverne med følgende Fælles Mål:

BØRNEHAVEKLASSEN	KOMPETENCEOMRÅDE	KOMPETENCEMÅL	FÆRDIGHEDS- OG VIDENSOMRÅDER OG -MÅL
	Sprog	Eleven er opmærksom på forskellige måder at anvende sproget på.	<p>Eleven kan veksle mellem at lytte og udtrykke sig.</p> <p>Eleven kan eksperimentere med rim, bogstavlyde og ord.</p> <p>Eleven har viden om det alfabetiske princip og skriveretning.</p> <p>Eleven har viden om bogstavlydforbindelser og enkle regler for ord- og sætningsdannelse.</p> <p>Eleven kan eksperimentere med at skrive små tekster.</p> <p>Eleven har viden om det alfabetiske princip, skriveretning og sætningsopbygning.</p>
	Matematisk opmærksomhed	Eleven kan anvende tal og geometrisk sprog i hverdagssituationer.	<p>Eleven kan læse og ordne etcifrede naturlige tal.</p> <p>Eleven har viden om talsymbolerne og deres ordning.</p> <p>Eleven har viden om metoder til antalsbestemmelse.</p> <p>Eleven har viden om matematiske begreber.</p>
	Kreative og musiske udtryksformer	Eleven kan udtrykke sig i billeder, musik og drama.	<p>Eleven kan fortælle om egne oplevelser af billeder, musik og drama.</p> <p>Eleven kan eksperimentere med egne udtryk.</p>
	Krop og bevægelse	Eleven kan foretage valg, der styrker og udvikler kroppen.	Eleven kan bruge kroppen varieret.
	Engagement og fællesskab	Eleven kan bidrage til fællesskabet og drage omsorg for sig selv og andre.	<p>Eleven har viden om spilleregler for samvær.</p> <p>Eleven har viden om, at personer er forskellige.</p> <p>Eleven kan tage initiativ og fastholde valg.</p> <p>Eleven kan etablere og vedligeholde positive relationer.</p> <p>Eleven kan handle hensigtsmæssigt på egne og andres følelser.</p>



MADMOD

1. OG 2. KLASSE

	KOMPETENCEOMRÅDE	KOMPETENCEMÅL	FÆRDIGHEDS- OG VIDENSOMRÅDER OG -MÅL
Natur/ tek- nologi	Undersøgelse	Eleven kan udføre enkle undersøgelser.	Eleven har kan undersøge og har viden om, hvordan enkle mekanismer fra hverdagen fungerer. Eleven kan undersøge og har viden om sanser.
	Modellering	Eleven kan anvende naturtro modeller	Eleven kan med skitser og billeder beskrive genstande fra hverdagen. Eleven har viden om afbildninger af genstande.
	Perspektivering	Eleven kan genkende natur og teknologi i sin hverdag.	Eleven har viden om og kan fortælle om ressourcer fra hverdagen. Eleven har viden om og kan fortælle om enkle råd om sundhed i forhold til egen hverdag. Eleven kan relatere viden fra natur/teknologi til sig selv og det nære område
	Kommunikation	Eleven kan beskrive egne undersøgelser.	Eleven kan fortælle om egne resultater og erfaringer. Eleven har viden om og kan anvende enkle fagord og begreber.
Dansk	Læsning	Eleven kan læse enkle tekster og bruge dem i hverdagssammenhænge.	Eleven kan læse ord i tekster til klassesetningen. Eleven har viden om bogstavernes udtalelser. Eleven kan forbinde tekstens emne med egen viden, erfaring og idéer. Eleven kan identificere ukendte ord i tekst og tale.
	Fremstilling	Eleven kan udtrykke sig i skrift, tale, lyd og billede.	Eleven kan skrive små og store bogstaver. Eleven kan formulere undrespørgsmål. Eleven kan udarbejde enkle tekster med billeder og skrift. Eleven kan stave lette og almindelige ord. Eleven kan præsentere sit produkt i nære sammenhænge. Eleven har viden om sprogets opbygning i ord og sætninger og om sammenhæng mellem skrift og billede.

1. OG 2. KLASSE

Dansk	Fortolkning	Eleven kan forholde sig til velkendte temaer.	<p>Eleven kan lege med sprog, billeder og fortælling.</p> <p>Eleven kan tale om teksters temaer.</p> <p>Eleven kan sætte tekstens tema i relation til eget liv.</p>
	Kommunikation	Eleven kan kommunikere med opmærksomhed i nære hverdagsrelationer.	<p>Eleven kan veksle mellem at lytte og ytre sig.</p> <p>Eleven har viden om turtagning.</p> <p>Eleven har viden om enkelt kropssprog.</p> <p>Eleven kan samtale om, hvad vi bruger sproget til.</p>
Matematik	Matematiske kompetencer	Eleven kan kommunikere med opmærksomhed i nære hverdagsrelationer.	<p>Eleven kan veksle mellem at lytte og ytre sig.</p> <p>Eleven har viden om turtagning.</p> <p>Eleven har viden om enkelt kropssprog.</p> <p>Eleven kan samtale om, hvad vi bruger sproget til.</p>
	Matematiske kompetencer	Eleven kan handle hensigtsmæssigt i situationer med matematik.	<p>Eleven kan anvende konkrete, visuelle og enkle symbolske repræsentationer</p>
	Tal og algebra	Eleven kan udvikle metoder til beregninger med naturlige tal.	<p>Eleven kan anvende naturlige og flercifrede naturlige tal til at beskrive antal og rækkefølge.</p> <p>Eleven kan opdage systemer i figur- og talmønstre.</p> <p>Eleven har viden om naturlige tals opbygning i titalssystemet.</p> <p>Eleven har viden om strategier til hovedregning.</p>

Madmod og sanser

Madmod handler om modet til at eksperimentere med nye og ukendte smagsoplevelser.

I Den Magiske Madkasse undersøger eleverne mad gennem sanseoplevelser for at udvide deres smagsnuancer og dermed de variationer af mad, de har lyst til at få med i deres madpakker.

Børn og voksne vælger mad ud fra forskellige kriterier. Voksnes valg kan bunde i overvejelser om sundhed og praktiske hensyn. Børn ønsker som udgangspunkt at spise mad, de kender godt og kan lide smagen af.²³ Men børn er også nysgerrige - og denne nysgerrighed anvender materialet til at udfordre elevernes madmod ved at få dem til at smage på nye madvarer.

Fra 5-års alderen vokser nysgerrigheden for ny mad - og madmod er særligt baseret på sanserne:²⁴

Synssansen

- Før vi spiser noget, bruger vi synet til at vurdere det. Madens visuelle udseende skaber de første forventninger hos børnene.
- Farver spiller en stor rolle og understøtter børnenes kognitive arbejde med at kategorisere maden i systemer.
- Synssansen spiller en stor rolle - og det er baseret på denne sans, at mange børn er bedst i stand til at beskrive deres madoplevelser.

Smagssansen

- Børn i 7 års alderen begynder i høj grad at vælge og fravælge mad baseret på deres smag. Smag tillæres dog gennem hele livet.
- Når vi putter maden i munden bruges mundfølelsen og smagsløgene.
- Vi har ca. 5000 smagsløg på tungen, som vi bruger til at opfange smagen af det, vi spiser.
- Eksposering af forskellige smage er vigtigt i forhold til at acceptere nye madvarer. Børn skal ofte eksponeres mange gange over for nye fødevarer, før de får modet til at smage og accepterer ny mad.

Lugtesansen

- Lugtesansen kobles med en begyndende social forståelse. I skolen bliver det vigtigt for mange børn, at de ikke har en madpakke med, der lugter - for det bemærker de andre børn.
- 7 årige børn er i stand til at koble duft og udseende i deres vurdering af mad, hvis farver er genkendelig (f.eks. jordbær).
- Mennesket kan registrere ca. 1 billion forskellige lugte i næsen. Når vi tygger vores mad, frigives madens lugtstoffer og går op gennem næsen, hvor lugtecellerne registrerer lugtene. Når vi spiser, bruger vi lugtesansen til at bedømme madens smag. Madens lugt kan give os lyst til at smage på maden - eller det modsatte.

Høresansen

- Hørelsen aktiveres, hvis noget knaser eller larmer. Knasende og sprød mad påvirker børnenes til- eller fravalg af madvarer.

Føle/berøringssansen

- Føle/berøringssansen er af stor betydning for indskolingsbørn. De bruger hænder og mund som en stor del af deres sanseindtryk.
- 7 årige er i stand til at føle forskellige teksturer i munden på samme måde som en voksen, men de har brug for en gentagen eksponering. Forskning viser, at tidlig eksponering og hyppige gentagelser af oplevelser med især forskellige teksturer har betydning for accepten af tekstur i mad. Det kan minimere afvisninger af maden.²⁵
- For de 7 årige er berøring af mad med fingrene eller i munden vigtigt for accept af ny mad.
- Børnenes udvikling er afhængig af madoplevelser med forskellige teksturer.



MADMAD

23 Masseeksperimentet 2015: www.naturvidenskabsfestival.dk/masseeksperiment
Decosta, Møller, Frøst & Olsen (2017): Madmodige børn. Smag for livet: smagforlivet.dk

24 Birch (1999), i: Annu. Rev. Nutri. 19, p. 41-62 (1)

25 Schwartz et al. (2011). Development of healthy eating habits early in life. Review of recent evidence and selected guidelines; Lukasewycz & Mennella (2012). Lingual tactile acuity and food texture preferences among children and their mothers. Food Quality & Preference 26 (1), pp. 58-66

Smagskompetence

Smag er ikke bare god eller dårlig, sund eller usund. Smag kan opleves og beskrives på forskellige måder og smagspræferencer forandrer sig gennem livet - vi lærer hele tiden at kunne lide nye ting, ligesom man lærer mange andre ting gennem livet.

Den Magiske Madkasse understøtter smagskompetence og troen på, at det er sejt at have egne meninger. Det udvikler elevernes sociale forståelse for andres meninger.

Når vi taler om mad, taler vi ud fra flere smagsdimensioner:²⁶

Den skønne smag er, når vi taler om:

- Hvad det er ved maden, der smager skønt
- Hvad smagen minder os om
- Hvorfor vi nyder måltidet
- Hvilken sammenhæng eller stemning, der hjælper med at få maden til at smage særligt godt

Den sunde smag er, når vi taler om:

- Hvorfor en madvare er sund
- Hvorfor vi skal spise sunde madvarer
- Hvordan mad og måltider bidrager til trivsel og fællesskab

Den sansende smag er, når vi taler om:

Maden og vores sanser, f.eks.:

- hvordan maden dufter og ser ud
- hvordan den smager og føles i munden
- hvordan den føles at røre ved

Den moralske smag er, når vi taler om:

- Hvor råvarerne kommer fra
- Hvordan råvarerne måske belaster klimaet, økologi og bæredygtighed

Den religiøse smag er, når vi taler om:

- Hvorvidt maden og smagen er knyttet til en bestemt tradition eller religiøst ritual
- Når man oplever, at maden smager "himmelsk" eller "guddommeligt"

Den kærlige smag er, når vi taler om:

- Hvad maden og dens smag gør for vores relationer sammen om måltidet
- På hvilken måde, vi oplever, at maden er tilberedt med kærlighed

Den smarte smag er, når vi taler om:

- Hvordan vi bliver påvirket af f.eks. YouTube stjerner eller kendte til at spise særlige madvarer
- Hvordan mange voksne lægger billeder af deres mad på Instagram eller andre sociale medier.
- Hvordan noget mad er smart eller ikke.

MADFÆLLESSKAB

Det didaktiske pejlemærke madfællesskab sætter fokus på

- Gode fælles måltidsoplevelser giver god klassekultur
- Medansvar
- Selvhjulpenhed
- Trivsel

Kiwi

Kiwi står for madfællesskab. Kiwi elsker at spise sammen med andre - og jo større en flok, jo bedre.

Det er derfor, han har myren på sin dragt, for myrere er altid en del af en kæmpe flok.

For Kiwi er der ikke noget mad, der er bedre end andet, og han synes, det er SÅ spændende at se, hvad andre spiser. Det sjoveste, han ved, er at dele sin mad, og han kan sidde ved bordet i timevis og hygge sammen med sine venner.

Hans superkræfter er, at han med ét fingerknips kan samle alle omkring bordet.



Dette ikon viser læringsaktiviteter, der arbejder med madfællesskab.

Læringsaktiviteterne styrker elevernes madmod, da de:

- får respekt og tolerance over for hinandens forskellig smag og spisevaner
- skaber tryghed ved fælles ritualer omkring måltiderne
- arbejder med fællesskabet, klassekulturen og glæden ved at spise sammen



MADFÆLLESSKAB

I læringsaktiviteterne om madklogskab, arbejder eleverne med følgende Fælles Mål:

BØRNEHAVEKLASSEN	KOMPETENCEOMRÅDE	KOMPETENCEMÅL	FÆRDIGHEDS- OG VIDENSOMRÅDER OG -MÅL
	Sprog	Eleven er opmærksom på forskellige måder at anvende sproget på.	<p>Eleven kan veksle mellem at lytte og udtrykke sig.</p> <p>Eleven kan eksperimentere med at skrive små tekster.</p> <p>Eleven kan eksperimentere med rim, bogstavlyde, ord og sætningsdannelse.</p> <p>Eleven har viden om det alfabetiske princip og skriveretning.</p> <p>Eleven kan fortælle om egne oplevelser.</p>
	Matematisk opmærksomhed	Eleven kan anvende tal og geometrisk sprog i hverdagsituationer.	<p>Eleven kan læse og ordne etcifrede naturlige tal.</p> <p>Eleven har viden om talsymbolerne og deres ordning.</p> <p>Eleven har viden om metoder til antalsbestemmelse.</p>
	Kreative og musiske udtryksformer	Eleven kan udtrykke sig i billeder, musik og drama.	Eleven kan eksperimentere med egne udtryk i billeder, musik og drama alene og i fællesskab.
	Krop og bevægelse	Eleven kan foretage valg, der styrker og udvikler kroppen.	<p>Eleven kan bruge kroppen varieret.</p> <p>Eleven kan lege alsidigt.</p>
	Engagement og fællesskab	Eleven kan bidrage til fællesskabet og drage omsorg for sig selv og andre.	<p>Eleven kan etablere og vedligeholde positive relationer.</p> <p>Eleven kan handle hensigtsmæssigt på egne og andres følelser.</p> <p>Eleven kan opbygge og efterleve klassens normer.</p>



1. OG 2. KLASSE

	KOMPETENCEOMRÅDE	KOMPETENCEMÅL	FÆRDIGHEDS- OG VIDENSOMRÅDER OG -MÅL
Ildræt og bevægelse	Alsiddig idrætsudøvelse	Eleven kan deltage aktivt i basale, alsidige bevægelser i leg	<p>Eleven kan udføre grundlæggende gymnastiske bevægelser.</p> <p>Eleven har viden om kroppens grundlæggende bevægelsesmuligheder.</p> <p>Eleven kan bevæge sig rytmisk til en variation af musikformer.</p> <p>Eleven kan løbe, springe og kaste.</p>
	Idrætskultur og relationer	Eleven kan samarbejde om idrætslige aktiviteter og lege	<p>Eleven kan samarbejde i par eller mindre grupper om idrætslege.</p> <p>Eleven kan respektere regler og aftaler for idrætsaktiviteter.</p>
	Krop, træning og trivsel	Eleven kan beskrive reaktioner på fysisk aktivitet.	Eleven kan samtale om følelser, der kan opstå ved fysisk aktivitet.
Dansk	Læsning	Eleven kan læse enkle tekster og bruge dem i hverdagssammenhænge.	<p>Eleven kan læse ord i tekster til klassetrinnet.</p> <p>Eleven har viden om bogstavernes udtalelser.</p> <p>Eleven har viden om ord og udtryk i instruktioner og opgaver.</p> <p>Eleven kan forbinde tekstens emne med egen viden, erfaring og idéer.</p>
	Fremstilling	Eleven kan udtrykke sig i skrift, tale, lyd og billede.	<p>Eleven kan skrive små og store bogstaver.</p> <p>Eleven kan formulere underspørgsmål.</p> <p>Eleven kan udarbejde enkle tekster med billeder og skrift.</p> <p>Eleven har viden om enkle præsentationsformer.</p> <p>Eleven kan stave lette ord.</p> <p>Eleven kan præsentere sit produkt i nære sammenhænge.</p> <p>Eleven har viden om sprogets opbygning i ord og sætninger og om sammenhæng mellem skrift og billede.</p> <p>Eleven kan samtale om budskabet i en produktion.</p>

1. OG 2. KLASSE

1. OG 2. KLASSE	Dansk	Fortolkning	Eleven kan forholde sig til velkendte temaer.	<p>Eleven kan lege med sprog, billeder og fortælling.</p> <p>Eleven kan få øje på sproglige træk.</p> <p>Eleven kan sætte tekstens tema i relation til eget liv.</p> <p>Eleven har viden om enkle sproglige, lydige og billedlige virkemidler.</p>
		Kommunikation	Eleven kan kommunikere med opmærksomhed i nære hverdagsrelationer.	<p>Eleven kan veksle mellem at lytte og ytre sig.</p> <p>Eleven kan bruge talesprog i samtale og samarbejde.</p> <p>Eleven har viden om turtagning.</p> <p>Eleven har viden om enkelt kropssprog.</p> <p>Eleven kan samtale om, hvad vi bruger sproget til.</p>
	Matematik	Matematiske kompetencer	Eleven kan handle hensigtsmæssigt i situationer med matematik.	<p>Eleven kan anvende konkrete, visuelle og enkle symbolske repræsentationer.</p> <p>Eleven kan deltage i mundtlig og visuel kommunikation med og om matematik.</p>
		Tal og algebra	Eleven kan udvikle metoder til beregninger med naturlige tal.	<p>Eleven har viden om og kan anvende flercifrede naturlige tal til at beskrive antal og rækkefølge.</p> <p>Eleven har viden om naturlige tals opbygning i titalssystemet.</p> <p>Eleven har viden om strategier til enkle beregninger med naturlige tal.</p>

Måltidet som socialt fællesskab

Eleverne indgår i vigtige sociale fællesskaber i måltidet. Måltidet er et sted, hvor eleverne spiser og nyder mad sammen. I måltidet får eleverne en oplevelse af et medansvar for fællesskabet, for når vi spiser mad sammen, skaber det oplevelsen af ligeværdighed mellem os.

Maden og måltidet er altså et rum for fællesskabet, hvor vi oplever andres individualitet og smag. Derfor har måltidet stor betydning for trivsel som et udtryk for vores velbefindende, der giver følelsen af overskud, gåpåmod, handlekraft og glæde ved at være sammen med andre.

Måltidet er en fælles læringsituation, hvor eleverne udvikler sociale kompetencer, handlekompetencer, fællesskab og samarbejde.

Forskning viser, at børn og unge især godt kan lide at prøve nye madvarer og udforske deres smagsansere, når de er i en social kontekst sammen med venner.²⁷

Børns smagspræferencer ændrer sig, når de spiser sammen med børn, der kan lide andre madvarer end dem, de selv foretrækker. Det sker især efter 7-årsalderen. Venner og kammerater har altså stor betydning for børns valg af mad.

Den Magiske Madkasse tager udgangspunkt i forskning, som viser at lege med mad og måltider forstærker børns lyst til at prøve nye smage.

Fælles Mål for Børnehaveklassen

- Eleven er opmærksom på forskellige måder at anvende sprog på.
 - Eleven kan veksle mellem at lytte og udtrykke sig.
- Eleven kan foretage valg, der styrker og udvikler kroppen.
 - Eleven kan bruge kroppen varieret.
 - Eleven kan lege alsidigt.
- Eleven kan bidrage til fællesskabet og drage omsorg for sig selv og andre.
 - Eleven kan opbygge og efterleve klassens normer.
 - Eleven kan tage initiativ og fastholde valg.
 - Eleven har viden om mulighed for indflydelse i sociale og faglige fællesskaber.
 - Eleven kan etablere og vedligeholde positive relationer.
 - Eleven har viden om spilleregler for samvær.
 - Eleven kan handle hensigtsmæssigt på egne og andres følelser.
 - Eleven har viden om følelser og deres udtryk.
 - Eleven har viden om, at personer er forskellige.



MADFÆLLESSKAB

MADGLÆDE

Det didaktiske pejlemærke madglæde sætter fokus på:

- Sanser
- Sensoriske kompetencer
- Refleksioner over egne madvalg

Juicy

Juicy står for madglæde - og han er et kæmpe madøre. For ham er der ikke noget, der hedder dårlig mad. Han er faktisk lige så madglad, som hunden på sin dragt. Han spiser det hele fra gule ærter til røgede sild. Han rejser sig aldrig, før det sidste fiskeben er suttet rent, og den sidste sovs er slikket af tallerkenen.

Juicy elsker at tale om mad og kan få alle til at lytte, når han fortæller om de sprødeste, saftigste og mest delikate ting, han har sat tænderne i.

Juicy har en magisk søvske - og med den kan han få hvad som helst til at smage helt fantastisk.



Dette ikon viser læringsaktiviteter, der arbejder med madglæde.

Læringsaktiviteterne styrker elevernes madmod, da de:

- bliver nysgerrige efter at lede efter den gode smag i forskellige madvarer
- får lyst, motivation og interesse for mad
- får mulighed for selv at vælge, hvor de synes, den gode smag er gemt
- får kompetencer og lyst til at få indflydelse på egne madpakker
- øver sig i være selvstændige og selvhjulpne





I læringsaktiviteterne om madklogskab, arbejder eleverne med følgende Fælles Mål:

BØRNEHAVEKLASSEN	KOMPETENCEOMRÅDE	KOMPETENCEMÅL	FÆRDIGHEDS- OG VIDENSOMRÅDER OG -MÅL
	Sprog	Eleven er opmærksom på forskellige måder at anvende sproget på.	<p>Eleven kan veksle mellem at lytte og udtrykke sig.</p> <p>Eleven kan eksperimentere med rim, bogstavlyde og ord.</p> <p>Eleven har viden om det alfabetiske princip og skriveretning.</p> <p>Eleven har viden om bogstavlydforbindelser og enkle regler for ord- og sætningsdannelse.</p> <p>Eleven kan eksperimentere med at læse små tekster.</p>
	Naturfaglige fænomener	Eleven kan ud fra viden og erfaring færdes iagttagende i naturen.	<p>Eleven kan genkende dyr og planter i nærområdet.</p> <p>Eleven har viden om inddeling af dyr og planter i grupper.</p>
	Kreative og musiske udtryksformer	Eleven kan udtrykke sig i billeder, musik og drama.	Eleven kan eksperimentere med egne udtryk i billeder, musik og drama alene og i fællesskab.
	Krop og bevægelse	Eleven kan foretage valg, der styrker og udvikler kroppen.	<p>Eleven kan bruge kroppen varieret.</p> <p>Eleven kan lege alsidigt.</p> <p>Eleven har viden om kostråd.</p>
	Engagement og fællesskab	Eleven kan bidrage til fællesskabet og drage omsorg for sig selv og andre.	<p>Eleven kan tage initiativ og fastholde valg.</p> <p>Eleven kan handle hensigtsmæssigt på egne og andres følelser.</p> <p>Eleven har viden om spilleregler for samvær.</p>



MADGLÆDE

1. OG 2. KLASSE		KOMPETENCEOMRÅDE	KOMPETENCEMÅL	FÆRDIGHEDS- OG VIDENSOMRÅDER OG -MÅL
Idræt og bevægelse		Alsidig idrætsudøvelse	Eleven kan deltage aktivt i basale, alsidige bevægelser i leg	<p>Eleven kan udføre grundlæggende gymnastiske bevægelser.</p> <p>Eleven kan bevæge sig rytmisk til en variation af musikformer.</p> <p>Eleven kan løbe, springe og kaste.</p>
		Idrætskultur og relationer	Eleven kan samarbejde om idrætslige aktiviteter og lege	<p>Eleven kan samarbejde i par eller mindre grupper om idrætslege.</p> <p>Eleven kan respektere regler og aftaler for idrætsaktiviteter.</p> <p>Eleven har viden om og kan anvende enkle fagord og begreber.</p>
Dansk		Læsning	Eleven kan læse enkle tekster og bruge dem i hverdagssammenhænge.	<p>Eleven kan læse ord i tekster til klassetrinnet sikkert.</p> <p>Eleven har viden om bogstavernes udtalelser.</p> <p>Eleven har viden om ord og udtryk i instruktioner og opgaver.</p> <p>Eleven kan forbinde tekstens emne med egen viden, erfaring og idéer.</p> <p>Eleven kan anvende enkle før læsestrategier.</p> <p>Eleven kan identificere ukendte ord i tekst og tale.</p>
		Fremstilling	Eleven kan udtrykke sig i skrift, tale, lyd og billede.	<p>Eleven kan skrive små og store bogstaver.</p> <p>Eleven kan formulere undrespørgsmål.</p> <p>Eleven kan udarbejde enkle tekster med billeder og skrift.</p> <p>Eleven kan stave lette ord.</p> <p>Eleven kan præsentere sit produkt i nære sammenhænge.</p> <p>Eleven har viden om sprogets opbygning i ord og sætninger og om sammenhæng mellem skrift og billede.</p>

1. OG 2. KLASSE

Dansk	Fortolkning	Eleven kan forholde sig til velkendte temaer.	<p>Eleven kan lege med sprog, billeder og fortælling.</p> <p>Eleven kan få øje på sproglige træk.</p> <p>Eleven kan sætte tekstens tema i relation til eget liv.</p>
	Kommunikation	Eleven kan kommunikere med opmærksomhed i nære hverdagsrelationer.	<p>Eleven kan veksle mellem at lytte og ytre sig.</p> <p>Eleven har viden om turtagning.</p> <p>Eleven har viden om enkelt kropssprog.</p> <p>Eleven kan samtale om, hvad vi bruger sproget til.</p> <p>Eleven kan bruge talesprog i samtale og samarbejde.</p> <p>Eleven kan sætte sig ind i afsenderens og modtagernes oplevelse af kommunikationen.</p>
Natur/ tek- nologi	Undersøgelse	Eleven kan handle hensigtsmæssigt i situationer med matematik.	<p>Eleven har kan undersøge og har viden om, hvordan enkle mekanismer fra hverdagen fungerer.</p> <p>Eleven kan undersøge og har viden om sanser.</p> <p>Eleven kan udføre enkle undersøgelser med brug af enkelt udstyr.</p> <p>Eleven kan indsamle og undersøge organismer i den nære natur.</p>
	Modellering	Eleven kan udvikle metoder til beregninger med naturlige tal.	<p>Eleven kan med skitser og billeder beskrive genstande fra hverdagen.</p>
	Perspektivering	Eleven kan genkende natur og teknologi i sin hverdag.	<p>Eleven har viden om og kan fortælle om ressourcer fra hverdagen.</p> <p>Eleven har viden om og kan fortælle om enkle råd om sundhed i forhold til egen hverdag.</p> <p>Eleven har viden om og kan relatere fra natur/teknologi til sig selv og det nære område</p>
	Kommunikation	Eleven kan beskrive egne undersøgelser.	<p>Eleven kan fortælle om egne resultater og erfaringer.</p> <p>Eleven har viden om og kan anvende enkle fagord og begreber.</p>

Smag og glæde

Når vi smager, får vi en oplevelse, som er et samspil mellem fysiologiske og psykologiske processer på én gang:

- Den fysiologiske del af smagen har med vores sanser at gøre.
- Den psykologiske del af smagen har bl.a. noget med vores smagserindringer at gøre: I hvilken sammenhæng smagte noget særligt godt eller dårligt, hvad var det for en situation og stemning?

På den baggrund arbejder eleverne i Den Magiske Madkasse med at undersøge forskellige måder at spise på, f.eks. hverdag, weekend, fest, årstider, traditioner, etc.

Respekt for smag

Når vi smager, får vi en oplevelse, som er et samspil mellem fysiologiske og psykologiske processer på én gang:

- Den fysiologiske del af smagen har med vores sanser at gøre.
- Den psykologiske del af smagen har bl.a. noget med vores smagserindringer at gøre: I hvilken sammenhæng smagte noget særligt godt eller dårligt, hvad var det for en situation og stemning?

Forskning viser, at leg med forskellig teksturer i mad - og hvordan maden føles i munden i trygge og vante omgivelser - har en positiv betydning for børnenes lyst til at prøve ny mad.²⁹

Æstetisk erfaring

I Den Magiske Madkasse udfordres elevernes æstetiske erfaringer ved at opleve maden med sanserne - smage, dufte, lytte, føle, mærke samt sætte ord på deres oplevelse. Den æstetiske erfaring bidrager til en overskridelse af egen smag og bliver drivkraften til at søge fællesskaber og deltage i meningsudvekslinger og videndeling.³⁰

Vi kan som voksne lære meget af at se tingene fra elevernes perspektiv og spørge nysgerrigt ind til, hvordan de oplever smag, mad og måltider. Når vi tager eleverne alvorligt, motiveres de til at ville mere - og udvikler dermed mere madmod samt mod til at bruge deres smag til at træffe madvalg med.³¹

Læringsaktiviteterne i Den Magiske Madkasse lader eleverne eksperimentere med og reflektere over smag - uden løftede pegefingre eller forsøg på at styre deres smag. Med sådan en tilgang, tager eleverne ejerskab over smagsoplevelsen og bliver bevidste om (deres) smag. Vi skal ikke narre eleverne til at smage eller forsøge at styre dem for meget, men vi skal give dem plads til at opleve, udleve og værdsætte den bevidsthed - og ikke mindst beholde og udvikle deres madglæde.³²



29 Loewen & Pliner (2000). The Food Situations Questionnaire: a measure of children's willingness to try novel foods in stimulating and non-stimulating situations. *Appetite* 35, pp. 239-250
 30 Carlsen, Brønnum Helle (2011): *Mad og Æstetik* Hans Reitzels Forlag, Carlsen
 31 Decosta, Møller, Frøst & Olsen (2017): *Madmodige børn. Smag for livet: smagforlivet.dk*
 32 Leer & Wistoft (2015). *Mad en smagspædagogik*. Odense: SDU Press

Materialet er udviklet af

Jan Hermansen, ansvarlig, Mejeriforeningen

Katrine Langvad, ernæringsfaglig og senior konsulent, Landbrug & Fødevarer

Stine Rank Langhøj: lærer, cand.pæd. i it-didaktisk design og udvikler af undervisningsmidler og læringsdesigns

Balder Brøndsted: cand. scient.idræt, lege- og bevægelseskonsulent og stifter af Legefabrikken

Koncept og design, Kidvertising Agency

Evaluering gennemført af Danmarks institut for Pædagogik og Uddannelse (DPU), Aarhus Universitet

Tak til alle, der har bidraget til materialet

Maria Kümpel Nørgaard, Phd i Børns forbrugeradfærd i fbm. valg af mad

Ledere, pædagoger, lærere og kostansvarlige fra institutioner og skoler, som har bidraget til projektet.

LÆS MERE PÅ WWW.DENMAGISKEMADKASSE.DK



MEJERIFORENINGEN

