

# Grönsaksutmaning

## Mål

ELEVEN SKA: Äta mera grönsaker som är odlade på ett klimat- och miljösamt sätt.



## Syfte

Att få en ökad förståelse om det nyttiga och goda i att äta grönsaker. Att förstå hur grönsaker odlas och vilka sätt som är smartast för både människa och natur. Att känna igen många olika grönsaker och lära sig välja miljösamt. Att presentera grönsaker visuellt i färg och form.

## Så här kan man göra

### FÖRBEREDELSE

Ta med dig ett antal grönsaker till klassrummet, välj både sådana som är odlade ekologiskt i närheten och andra som rest över hela jorden. Samtala om de olika grönsakerna: Vad heter de? Beskriv hur grönsakerna ser ut, deras färger och former, hur de luktar och smakar.

Varför är det nyttigt att äta grönsaker – berätta och samtala om näringsinnehåll och vad kroppen behöver. Var kommer de olika grönsakerna ifrån? Titta på kartan. Hur långt har grönsakerna åkt? Vad betyder transporten för klimatet? *Se Ekofakta.*

Hur odlas de? Man kan odla grönsaker helt naturligt, eller med mycket kemikalier. Vilka för- och nackdelar har de olika metoderna? *Se Ekofakta.*

### GENOMFÖRANDE

- Gör en undersökning i skolan om vilka grönsaker som är populärast. Dela in klassen i smågrupper som formulerar tre frågor var. Referera till samtalet ni haft om grönsaker. Vilka grönsaker äter folk? Hur tänker de när de handlar? Hjälpt eleverna att formulera frågor där man kan välja tydliga alternativ så det blir enkelt att redovisa.

- Låt grupperna gå ut antingen till andra skolkamrater eller till människor i närområdet för att ställa sina frågor. Detta avgörs av ålder och grupp. Intervjua gärna också personalen i köket om vilka grönsaker som de ser är populärast och vilka som det blir mycket kvar av. Hur bestämmer de vilka grönsaker de ska handla? Handlar de ekologiskt? Styr årstiderna dem?
- Låt eleverna måla eller fotografera en grönsak som de tycker är vacker eller rolig. Gör ett kollage eller en utställning.

### REDOVISNING

Gör diagram av era resultat, vilka slutsatser drar ni? Finns det något i resultatet som kommer att förändra era egna val? Skolkökets val?

### UTVÄRDERA

### TIPS!

Om man upplever att eleverna behöver äta mera grönsaker så kan man utmana varandra klassvis i grönsaksätning. Kanske husmor är domare? Vilka vinster kan vi se om vi äter mera grönsaker? Kanske kan man utmana husmor i att handla mera ekologiskt?