



Bodø naturskole

MAT PÅ BÅL

Elevene lærer med få og enkle hjelpemidler hvordan man lager et måltid ute i det fri. Aktuelle metoder kan være spidd, stekehelle, kokegrop eller bålpanne.

Elevene blir delt inn i grupper, og må samarbeide om oppgaver som å hugge ved, bake brød, kutte opp ingredienser, osv. Vi blir sammen enige om hvilken mat vi skal tilberede og bruker gjerne naturens egne ingredienser.

Læringsmål:

- Opplære en annerledes måte å lage mat på.
- Erfare at man ikke er avhengig av moderne hjelpemidler for å kunne tilberede velsmakende måltider.
- Øve seg på å tenne bål og bruke kniv som redskap.
- Samarbeide om å tilberede et måltid.



Aktuelle kompetansemål i Kunnskapsløftet:

- Lage mat i naturen og bruke naturen som ressurs. (Mat og helse / mat og kultur, etter 7. årstrinn)
- Beskrive samisk mattradisjon og hvordan mattradisjoner har sammenheng med natur og levesett. (Mat og helse / mat og kultur, etter 4. årstrinn)
- Forklare hvordan maten virker som energikilde og byggemateriale for kroppen. (Mat og helse / mat og livsstil, etter 7. årstrinn)
- Planlegge og lage trygg og ernæringsmessig god mat, og forklare hvilke næringsstoffer matvarene inneholder. (Mat og helse / mat og livsstil, etter 10. årstrinn)