

RUOKAA KAIKIN AISTEIN



- **Tarvittava aika:** 1-1,5 h
- **Ikäryhmä:** Sopii kaikenikäisille lapsille
- **Tavoite:** Lapsi saa neutraaleja/positiivisia kokemuksia ruoasta monella eri aistilla sekä mahdollisuuden kiinnostua ruoasta uudella tavalla. Lapsi oppii sanoittamaan ruoan ominaisuuksia.
- **Sisältö:** Alustus aiheeseen, 4 eri aisteihin pohjautuvaa pistettä, joita kierretään pienissä ryhmissä, loppuyhteenvedo sekä tehtävä seuraavaan ruokailuun.
- HUOM! Aistipisteet voi toteuttaa myös yksittäin.

JOHDANTO AIHEESEEN

- Ruuan aistittavat ominaisuudet voivat liittyä sen makuun, hajuun, ulkonäköön, ruuasta kuuluvaan ääneen ja rakenteeseen. Ruoasta puhuessamme keskitymme useimmiten makuun ja muut aistimukset jäävät vähemmälle huomiolle. Tänään on tavoitteena, että opitte tutkimaan ruoan ominaisuuksia monipuolisesti eri aistein. Samalla opitte, millaisilla sanoilla ruokaa voi kuvailla.
- Aluksi voidaan katsoa video: [Aistit | Ihmeellinen ihminen | Yle Areena](#) (6 minuuttia)
- Johdannon yhteydessä voitte käydä läpi eri aistit (haju, maku, tunto, ääni, näkö) kuvien avulla
- Muistutus, että tänään tutkitaan omilla ehdoilla! Kannustamme rohkeasti tutustumaan, mutta itse päätätte, mitä aisteja haluatte käyttää. Mitään ei esim. ole pakko maistaa!

LOPPUYHTYENVETO

- Tarvitsemme ruokailuun monia aisteja ja jokainen kertoo meille tärkeää tietoa. Näiden aistien avulla saatu kokemus saa meidät päättämään pidämmekö jostain ruoasta vai emme. (Vrt. Rapsakka popcorn, vetinen popcorn). Kun ruokia oppii tutkimaan eri aistein, saattaa niissä havaita asioita, joihin ei ole aiemmin kiinnittänyt juurikaan huomiota. Oppii myös tuntemaan, millaiset ominaisuudet ovat itselle mieluisia tai epämiellyttäviä.
- Opitko sinä tänään jotain uutta ruoasta? Mikä tehtävä oli kaikkein hauskin? Entä vaikein? Millaisia sanoja käytitte ruoan kuvailuun?
- **Tehtävä seuraavaan ruokailuun:** kiinnittäkää erityisesti huomiota johonkin tiettyyn aistiin sekä siihen, millaisia kokemuksia ateria juuri sille aistille tarjoaa!

MATERIAALIT *vihreällä olevat tuotteet löytyvät materiaalilaaikosta, muut hankintaan itse*

Haju

- tuoksupurkit (6kpl)
- pelilautoja 1 kpl per pari (liitteenä)
 - Huom! Tuoksupurkissa ei ole kalaa, vaan tilliä, jonka tuoksu usein yhdistetään kalaan
- 1 pelimerkki/lapsi

Tunto:

- Valitkaa erilaisia elintarvikkeita 4-5kpl, jotka ovat pinnaltaan eri tuntuisia (esim. näkkäri, keitetty kananmuna, porkkana, raaka makaroni, kiivi, omena jne.)
- **Pussi, jonka sisälle laitetaan tunnusteltava elintarvike**
- **Vinkki!** Pienempien lasten kanssa tunnustamisen apuna voi käyttää kuvia.

Ääni

- porkkana ja raastin
- lasi ja vesikannu
- vispilä ja kulho
- näkkileipä ja veitsi
- muroja ja kulho
- muki ja lusikka
- (tehtävien ääniin liittyvät kuvat)

Maku:

- 3-4 erilaista mehua seuraavista vaihtoehdoista: raparperi, mustaviinimarja, omena, appelsiini, päärynä, mansikka
- **mehujen makuja vastaavat kuvat** tai tuoreita marjoja/hedelmiä
- läpinäkyvä juomalasi jokaiselle maistelijalle
- läpinäkyviä kannuja jokaiselle mehulle

HAJU

1. Keskustellaan aluksi hajuaistista:
 - Mihin tarvitsemme sitä?
 - Millaista olisi, jos haistaisimme yhtä hyvin kuin koira?
 - Millaista olisi elää ilman hajuaistia?
 - Kuinka monta eri hajua ihminen pystyy haistamaan (yli 1000)
2. Otetaan yksi hajupurkki kerrallaan esille.
 - Jokainen lapsi haistelee purkkia.
 - Lapsilla on edessään omat pelilaudat, joissa on kuvia ruokalajeista (liitteenä)
 - Haisteltuaan purkkia, lapsi laittaa pelimerkin pelilaudalle siihen kohdalle, josta haju muistuttaa
 - kaneli – riisipuuro
 - Kardemumma - pulla
 - oregano – pitsa
 - curry – kanakastike
 - tilli - kala
 - Kahvi- kahvikuppi
 - Jokaisen haistelukierroksen jälkeen käydään läpi oikea vastaus ja mitä haju toi mieleen.
 - Lopuksi keskustellaan, oliko ruokien tunnistaminen pelkän hajun perustella helppoa/vaikeaa ja miksi.

TUNTO

- Laitetaan tunnustelupussukkaan yksi elintarvike kerrallaan.
- Lapset istuvat piirissä ja tunnustelevat jokainen vuorollaan pussukassa olevaa elintarviketta.
- Jokaisen lapsen tunnusteltua kyseistä elintarviketta:
 - Kuvailtaan muotoa, kokoa, pintaa, painoa jne.
 - Yritetään arvata, mikä se on.
 - Mikä ominaisuus auttoi tunnistamaan ruoan?

Tehtävien pohjana on käytetty Sapere-työkirjan aistitehtäviä:

https://www.sitra.fi/app/uploads/2017/02/Sapere_tyokirja-2.pdf

ÄÄNI

- Kuunnellaan ja tunnistetaan ruokaan liittyviä ääniä.
- Lapset laittavat silmät kiinni tai vaihtoehtoisesti ääni tehdään piilossa (esim. sermin takana)
 - Tehdään yksi ääni kerrallaan. Äänen voi tehdä ohjaaja tai lapset vuorotellen.
 - Tehtävän äänet ovat esimerkiksi:
 - porkkanan raastaminen
 - murojen kaataminen kulhoon
 - lusikan kilinä kupissa
 - nesteen kaataminen lasiin
 - sekoittaminen vispilällä kulhossa
 - näkkileivän "voitelu" veitsellä
 - Äänien tunnistamisen apuna voi käyttää kuvia (liitteenä)
 - Jokaisen äänen jälkeen pohditaan:
 - Mikä ruoka äänestä tuli ensimmäisenä mieleen?
 - Tuleeko mieleen muita ruokia, jotka yhdistyvät tiettyyn ääneen?
 - Jos ruokaan ei yhdisty tiettyä ääntä (muron rapsahdus), olisiko se silloin yhtä houkutteleva?

MAKU

Lapsille kerrotaan Sapere -koiran mehupullojen sekaantuneen ja nyt koira ei tiedä mitä mehua mikäkin pullo/kannu on.

1. Mehua kaadetaan juomalaseihin
 - Lapset tutustuvat mehuihin maistellen, haistellen, värejä tutkien.
 - Lapsilta kysytään, tunnistavatko he juomiaan mehuja.
2. Otetaan esille joko elintarvikkeet, joita mehussa on käytetty tai kuvia niistä.
 - tehtävän helpottamiseksi nämä voivat olla esillä jo tehtävän alusta saakka
3. Yhdistellään mehut ja marjat/hedelmät toisiinsa.



KAH-VI



KA-NA-KAS-TI-KE



RII-SI-PUU-RO



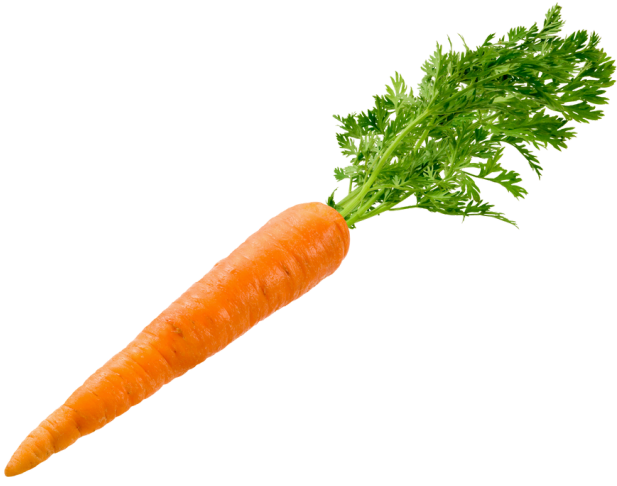
PIT-SA



KA-LA



PUL-LA



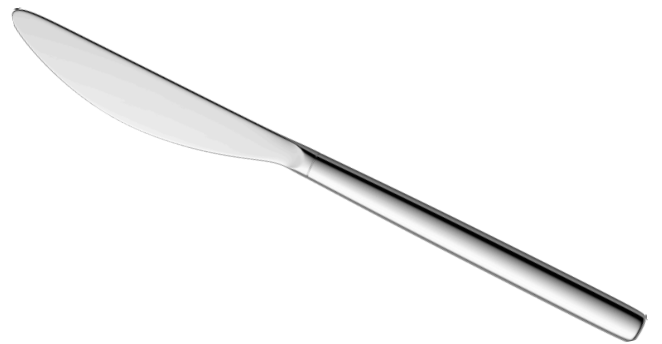
PORK-KA-NA



RAAS-TIN



NÄK-KI-LEI-PÄ



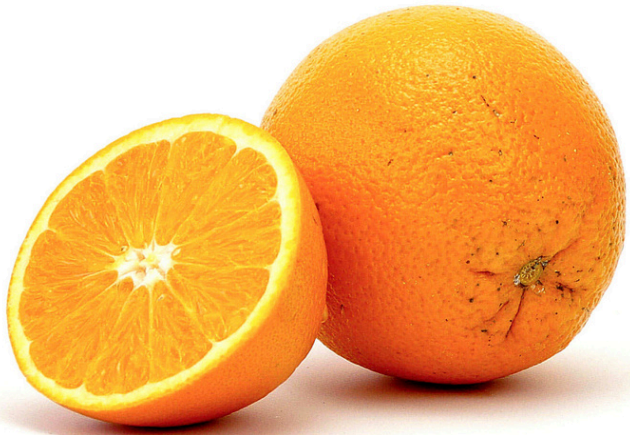
VEIT-SI



MU-ROT



KUL-HO



AP-PEL-SII-NI



O-ME-NA



PÄÄ-RY-NÄ



MUS-TA-HE-RUK-KA



MAN-SIK-KA



RA-PAR-PE-RI



KUU-LO-AIS-TI



MA-KU-AIS-TI



TUN-TO-AIS-TI



HA-JU-AIS-TI



NÄ-KÖ-AIS-TI

TUNNUSTELLAAN

Ottakaa yksi tunnustelupussi kerrallaan.

Jokainen laittaa käden pussiin vuorollaan ja mielessään arvaa pussin sisällön.

Kun koko kierros on käyty, kerrotaan arvaukset ja tarkistetaan mitä pussissa oli.

Voitte yhdessä miettiä, mikä ominaisuus auttoi tunnistamaan ruoan? Harjoitelkaa kuvaavia sanoja muodolle, koolle, pinnalle, painolle jne.



HAISTELLAAN!

Jokaiselle varataan oma pelilauta ja pelimerkki.

Ottakaa yksi hajupurkki ja haistelkaa sitä vuorotellen. Haistelun jälkeen jokainen asettaa pelimerkin sen kuvan kohdalle, jota haju muistuttaa.

Jokaisen kierroksen jälkeen käydään läpi, mitä jokainen on vastannut ja tarkistetaan vastaukset.

Oikeat vastaukset on merkitty purkin pohjaan lyhentein. Lyhenteiden selitykset monisteen toisella puolella



OIKEAT VASTAUKSET:

KA = KANELI

KH= KAHVI

C = CURRY

O = OREGANO

KR = KARDEMUMMA

S = SIPULI