

Grønnsakskort for skole og barnehage

Grønnsakskortene er i utgangspunktet laget som et pedagogisk supplement til skoler og barnehager som dyrker grønnsaker sammen med barna. De får praktiske erfaringer ute, kortene kan brukes til å ta opp temaet videre. Bildene viser plantene slik de vokser på jordet, ikke slik man finner dem i butikken.

Innhold:

- 19 kort med bilder av de vanligste grønnsakene, grønnsaksnavn på baksiden
- 1 kort med bilde av plante med navn på plantedeler
- 1 kort med bilde av samme plante uten navn på plantedeler
- 19 kort med navn på grønnsakene
- 5 kort med navn på plantedelene
- 5 kort med bilde av plantedelene

Forslag og idéer til bruk

Samtale om en grønnsak

Bruk kortet som utgangspunkt for en samtale med barna, gjerne med den ferske grønnsaken tilgjengelig som barna kan få smake på. Vet dere hva den heter? Husker dere vi dyrket/høstet denne? Hvilken del av planten er det vi spiser? Hva kan vi lage av den? Hvordan smaker den? Man kan også fortelle om hvor i verden planten opprinnelig kommer fra, eventyr/historier knyttet til den etc.

Kjenner dere navnet på disse grønnsakene?

Hensikten er å lære navn på grønnsakene. Velg ut tre kort eller fler, men ikke fler enn at barnet kan lære navnet på alle. Presenter ett og ett kort; «Denne grønnsaken heter kålrot». Så blander du kortene og legger dem ut. «Kan du gi meg kålrot?» osv.

Hva heter de ulike delene av planten?

Hensikten er å lære navnene på de ulike plantedelene, og kunne gjenkjenne disse på ulike planter. Bruk kortet med navn på plantedelene og introduser de ulike delene. **Frukt** er i botanisk forstand en struktur hos blomsterplanter som inneholder frøene. De fleste fruktene kan spises, men noen er giftige. Jordbær, epler, blåbær, oliven, bønner, nøtter, agurk og tomat er alle frukter i botanisk forstand. De små kortene med plantedeler kan brukes til å identifisere disse delene på de andre plantekortene og på levende planter.



Hvilken del av planten spiser vi?

Hensikten er å lære om at grønnsaker kan være mange ulike deler av en plante. Bruk gjerne de små kortene med plantedeler og legg på de andre plantekortene.

- Rot: potet, kålrot, reddik, rødbete, gulrot
- Blader: hodekål, grønnkål, salat og løk
- Blomster: blomkål og brokkoli (blomsterknopper)
- Frukt: squash, gresskar, erter, bønner, tomat, agurk, paprika

Stengel er ikke så vanlig å spise, men eksempler er asparges, rabarbra, stangselleri, bambusskudd.

Bruk av navnekortene

Hensikten er å øve på navnene, leke med bokstaver etc. Del ut alle grønnsakskortene til barna som er med. Så leser du opp et og ett navnekort, og barnet som har denne grønnsaken legger ut kortet under navnekortet. Om de er usikre på hva grønnsaken heter kan de sammenligne navnet på navnekortet med navnet på baksiden av billedkortet.



Plantefamilier

Plantefamilier kan introduseres med å begynne å snakke om deres egne familier og det å være i slekt. I plante- og dyreverdenen er det også familier og slekter, det vil si at de er nærmere hverandre genetisk.

- **Korsblomstfamilien (Brassicaceae)** kålslekta (Brassica): hodekål, grønnkål, blomkål, kålrot og brokkoli; reddikslekta (Raphanus): reddik. Andre planter i denne familien er pepperrot, karse, sennep og gjetertaske.
- **Løkfamilien (Amaryllidaceae)** Artene er for det meste flerårige urter med løk-knoll. Løkslekta (Allium): løk (hvit og rød kepaløk) og hvitløk. Andre planter i denne familien er gressløk, påskeliljer og amaryllis.
- **Søtvierfamilien (Solanaceae)** Så å si alle artene i familien er giftige, men hos matplantene er deler av plantene spiselige. Dette gjelder for eksempel potet, der potetene er spiselige rotknoller, mens fruktene som kommer etter blomstring, iblant kalt potetepler eller potetbær, er giftige. Hos tomatslekten er det fruktene som spises, mens resten av planten og umodne frukter er giftige. Paprikaslekta (Capsicum): paprika; tomatslekta (Lycopersicon): tomat; søtvierslekta (Solanum): potet. Andre planter i denne familien er chili, petunia, japanske lykter og tobakk.
- **Skjermplantefamilien (Apiaceae)** Blomstene en sammensatt skjerm, derav navnet. Gulrotslekta (Daucus): gulrot. Andre planter i denne familien er selleri, dill, anis, pastinakk, karve og hundekjeks.
- **Amarantfamilien (Amaranthaceae)** Noen arter, som spinat og bete, brukes som grønnsaker. Det meste av sukkeret som spises i Europa kommer fra [sukkerbete](#). Mange har spiselige frø, for eksempel [meldestokk](#) og [quinoa](#). Beteslekta (Beta): rødbet Andre planter i denne familien er meldestokk og amarant.
- **Gresskarfamilien (Curcubitales)**, Agurkslekta (*Cucumis*): agurk; gresskarslekta (Cururbita): gresskar, squash. Andre planter i denne familien er meloner.
- **Erteblomstfamilien (Fabaceae)** Erteblomstene er fantastiske fordi de klarer å ta ut nitrogen fra lufta og lagre dette i røttene sine, sånn gjødsler de jorda. Bønneslekten (Phaseolus): bønne; erteslekten (Pisum): erter. Andre planter i denne familien er peanøtter, soya, linser, kløver og lupiner.
- **Kurvplantefamilien (Asteraceae)**, salatslekta: salat. Andre planter i denne familien er jordskokk, løvetann, prestekrage, solsikke og hestehov.