

DUFTMEMORY

Start aktiviteten med en muntlig quiz for å lære barna mer om temaet



Tidsbruk: ca 1-2 timer

JUNGELFAKTA

Luktesansen er en av de fem sansene våre, og den er helt avgjørende for smaksopplevelsen av mat. Luktesansen er også tett koblet opp mot både følelser og minner. Den minste lukt kan hente frem tydelige minner om en situasjon, følelse, en ferietur, spesielle steder eller relasjoner.

Når vi tygger maten frigjøres det duftstoffer som kommer i kontakt med nesens luktreseptorer via svelget. Vi har over 400 av disse luktreseptorene i nesen som sender signaler til hjernen, som tolker hvilken lukt det er. Luktesansen kan skille mellom en billion forskjellige lukter, og gir derfor mye mer informasjon om smak, enn det de fem grunnsmakene surt, søtt, salt, bittert og umami kan gi oss. Uten luktesansen ville vi ikke kunne skille mellom ulike smaker like godt som vi gjør, og det er også grunnen til at maten ikke smaker like mye når vi er tett i nesen eller forkjølet.

Visste du at...

....luktesansen er den sansen som påvirker smaksopplevelsen vår mest?
Faktisk hele 80% av smakssansen vår kommer fra luktesansen!

Huskeliste og utstyr:

- ☐ Bokser/ glass
- ☐ Aluminiumsfolie
- ☐ Vatt/ bomull
- ☐ Etiketter
- ☐ Forskjellige ingredienser

Eksempler på ingredienser

- Løk
- Ingefær
- Eddik
- Hvitløk
- Dill
- Koriander
- Appelsin
- Basilikum
- Sitron
- Kaffe
- Vanilje
- Ost
- Kanel



FORBEREDELSE

Spillet forberedes ved å klargjøre glassene med ulike lukter og matvarer. Dere velger selv hvor mange matvarer dere vil bruke i spillet. Bruker dere 10 ulike matvarer må dere forberede 20 glass med to glass av hver matvare. Forberedelsene kan dere gjerne gjøre på forhånd.

- Start med å pakke glassene inn i aluminiumsfolie dersom glassene er gjennomsiktige. Det skal ikke være mulig å se hva som er i glassene.
- Klistre på etiketter under glassene, så dere kan skrive navn på hva som er inni.
- Legg ingrediensene dere vil bruke i glassene. Det kan være lurt å hakke opp mindre biter av for eksempel frukt, for å få en sterke lukt av matvaren. Husk at det må være to like glass av hver ingrediens!
- Legg en vatt eller bomull over ingrediensene i glasset, slik at dere ikke ser innholdet når dere åpner glassene for å lukte.
- Skru lokkene på glassene og dere er klare!





Gjennomføring

① Introduksjon:

- Snakk litt med barna om luktesansen, og dens betydning for smak.
- Fortell om spillet og hvordan den skal foregå. Barna kan spille sammen i grupper, eller på tur. Hvor mange som kan spille samtidig avhenger av hvor mange glass med lukter dere forbereder. 20 glass passer til 5-6 personer.

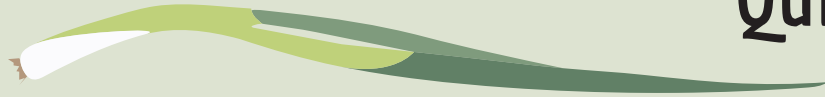
② Gjennomføring

- Sett ut alle glassene med lukter på et bord
- En etter en kan dere lukte i to glass, og den som lukter skal si høyt hva han eller hun tror innholdet er, før glassene settes tilbake.
- Her kan dere også snakke om hvordan det lukter. Hva forbinder du med denne lukten? Er det noe spesielt du tenker på? Har du noen minner med denne lukten? Tenker du på noen spesielle matretter når du lukter lukten? Øv på å bruke ord til å beskrive lukten
- Ta runden rundt bordet, og etterhvert som dere husker hvor de ulike luktene befinner seg, tas de ut av spillet når noen klarer å pare opp to glass med samme innhold.



Tips til variasjoner og tilpasninger:

Det er bare fantasien som setter grenser for hvilke lukter dere kan spille med! Hva med å lage en variant med lukter av jul? Eller kanskje en runde med kun ulike krydder og urter?



FLEIP ELLER FAKTA:

Luktesansen er den sansen vi bruker mest når vi smaker på mat (fakta)

Luktesansen kan skille mellom en billion, det er en million millioner! ulike lukter (fakta)

En stor nese lukter mer enn en liten nese (fleip)

Vi kan lukte forskjell på smakene surt og søtt (fleip, men vi kan lukte luktstoffene som er i en sur sitron eller søte kaker)

Lukt kan fremkalle minner og følelser (fakta)

Mennesker har bedre luktesans enn dyr (fleip, hunder har ca 44 ganger sterkere luktesans enn mennesker)

Vi opplever lukter forskjellig fra person til person (fakta, for eksempel så synes noen at bensin lukter godt, mens andre synes det lukter vondt. Noen synes koriander lukter såpe, andre ikke)

Kjente lukter lukter sterkere enn nye lukter (fleip, nesen vår blir fort vant til luktene rundt oss, så det er nye lukter som oppleves sterkere enn de vi er vant til)

Tips til gjennomføring



Les opp ett og ett utsagn. Barna viser om de tror det er fleip eller fakta ved å gjøre bevegelser. For eksempel å strekke armene i været hvis de tror det er fleip og sette seg på huk hvis de tror det er fakta.

Du kan gjøre quizen mer aktiv ved å merke opp to områder, et fleipområde og et faktaområde, og be barna bevege seg fra den ene til den andre siden avhengig om de tror det er fleip eller fakta.

Kanskje la barna lage sine egne fleip eller fakta-spørsmål?