



## KII T7 Aktiivtöö: MEIE MEELED

**Soovituslik aeg:** kodutöö + 2 x 45 minutit.

**Ainetunnid ja teemad:**

- **Loodusõpetus:** meeleelundid – toidu põhimaitsete tajumine.
- **Inimeseõpetus:** toitumist mõjutavad tegurid.

**Lõimingu võimalused:** kodundus, emakeel ja kunstõpetus.

**Eeldatavad õpitulemused:**

- Õpilane teab nimetada ja eristab põhimaitseid.
- Õpilane selgitab meeleelundite osa toidu maitse määramisel.
- Õpilane kirjeldab tegureid, mis mõjutavad inimese toiduvalikut.

**Vajalik eeltöö ja abivahendid:** sallid vm silmade kinnisidumiseks, märkmepaberid ja töövahendid (lusikad, klaasid jne) toiduainete degusteerimiseks, joogivesi, ruumi laudade ja toolide sobiv paigutus, tööleht „Pimedegusteerimine“ õpetajale.



**Infoks:** aktiivtöö võimaldab käsitleda meie erinevate meelte osakaalu toidu maitseomaduste selgitamisel, degustatsiooni olemust ja ka toidu ohutuse teemasid. Näiteks toiduainete kaasatoomise ja pakkumisega seotud hügieenireegleid ning ka õpilaste tervislikest eripäradest tulenevaid toiduvalikuid (muuhulgas allergiajuhtumite ärahoidmist puudutavat). Lisaks neljale traditsioonilisele põhimaitsele võite tutvustada ka umaamimaitset.



**Loe ka:**

Lugemismaterjal "Meie aistingud" lk 20, "Maitsemeel" lk 20, "Toidu ohutus ja hügieenireeglid" lk 49.

## Töökäik:

Sissejuhatus ja kodutöö

- Jagage õpilased nelja rühma (magus, soolane, hapu, mõru) ning paluge neil üheskoos leida iseloomulike toiduainete näiteid põhimaitsetele.
- Andke õpilastele võimalus tutvustada oma rühmatöö tulemusi.
- Paluge igal rühmal järgmise tundi kaasa võtta kuni kolm nende maitset tutvustavat toiduainet, arvestades et need oleksid degusteerimisetundi kaasatoomiseks kõige sobivamad. Rõhutage, et kaasatoodud toiduained peavad sobima kõikidele õpilastele ja maitseelamus peab olema positiivne. Samuti juhtige tähelepanu toiduhügieeni reeglite järgimisele.

0–15 minutit

- Tunni alguses tutvustatakse üksteisele, milliseid toiduaineid keegi on degusteerimiseks kaasa võtnud. Tähelepanu tuleks pöörata sellele, et degusteeritava toiduaine maitsest peab saama hea elamuse ning kõik maitseerisused oleksid enne degusteerimist kõikidele osapooltele teada. Niimoodi saab vältida võimalikke ebameeldivaid üllatusi pimedegusteerimisel.
- Paluge õpilastel kaasatoodud ained serveerida degusteerimiseks sobilikku vormi.
- Tutvustage õpilastele edasist töö käiku vastavalt aktiivtöö töölehele „Pimedegusteerimine“.

15-90 minutit

- Juhtige pimedegusteerimist vastavalt tööjuhisele (vt. õpetaja tööleht), et see kulgeks võimalikult rahulikult ja õpilastele arendavalt. Kui on tegu väga eriliste maitse- ja lõhnaomadustega toiduainetega, võimaldage tunni jooksul õpilastel juua ka puhast vett.
- Tunni lõpus tehke kokkuvõtted ja paluge õpilastel sõnastada nende jaoks arendavad ja õpetlikud



olukorrad tunnis. Arutlege ühiselt:

- Milliseid maitseid õpilased eelistavad ja kuidas see mõjutab nende toiduvalikut?
- Milline degusteeritud maitsetest meeldis enim?
- Mis mõjutab toiduga seonduvate valikute puhul enam - kas toidu välimus, maitse või lõhn?
- Kas meie toiduvalikud oleksid teised kui kõik toit oleks pakendatud ühesuguselt ja me eristaks seda vaid toiteväärtuse, maitsete ja lõhnade järgi?
- Võimalusel võiksite sündmusest teha videokokkuvõtte, mis tooks meeleolukat vaheldust ning aitaks õpitust sisukamaid kokkuvõtteid teha.



**Idee:** *kuitunniaeg on piiratud, siis võite õpetajana ettevalmistused toiduainete pimedegusteerimiseks ka ise teha.*



**Idee:** *pimedegusteerimise võib teha ka keerulisemaks, sulgedes söömise ajaks näppudega ka oma nina.*



**Idee:** *soovi korral võib tutvustada ka teistsuguseid kultuurilähemisi maitsete temale. Näiteks iidse India ravimiskunsti ajurveeda kohaselt eristab inimene kuute maitset: magus, soolane, hapu, terav, kootav ja mõru.*



## KII T7 Tööleht: PIMEDEGUSTEERIMINE ÕPETAJALE

### Pimedegusteerimine

Selgitage, et õpilased on „Maitsete maja“ külalised, kus tegutsevad järgmised Põhimaitsete perekonna tegelased: Proua Magus, Proua Hapu, Härra Soolane, Härra Mõru, Majapidaja.

Jagage rollid: Põhimaitsete tegelased, nende külalised, külaliste saatjad. Valmistage üheskoos ette ruum - paigutage ruumi neli lauda ja tooli (nn „tuba“) ning laua peale degusteeritavad toiduained vastavalt põhimaitsele. Ruumi peab jääma ka vabaks liikumiseks.

Põhimaitsete tegelased panevad iga laua peale valmis sobivas suuruses degusteeritavad toiduained, lusikad või kahvlid vastavalt majakülaliste arvule, salvrätid ning paberi-pliatsi märkmete tegemiseks ning jäävad ootama külalisi, kellele pakkuda omal valikul näide (või näited) laual olevatest toiduainetest.

Majakülalised lahkuvad ruumist, lepivad kokku majja sisenemise järjekorra ning valmistavad end ette pimedegustatsiooniks. Igal pimedegusteerijal peab olema nägija kaaslane, kes aitab tal ruumi siseneda, suunab teda omal valikul „tubadesse“ ehk Põhimaitseid valima ning degusteerimisülesannet täitma.

Kasutage „Maitsete majas“ viisaka suhtlemise dialooge. Näiteks - „Tere tulemast, kas ma võin teid kostitada meie maja parimate paladega?“ „Tänu, meelsasti!“. Seejärel pakkuge külalisele degusteerimiseks valmis pandud toidunäidiseid. Söödud toidu kohta ei tohi keegi pimedegusteerijale vihjeid anda, sest ta peab ilma nägemismeelt kasutamata ära arvama, millise toiduainega ja/või põhimaitsega on tegu. Härra või Proua Põhimaitse peab õigete ja valede arvamuste kohta arvestust ning teeb märkmeid. Majapidaja ülesanne on vahendada infot, korraldada täpne ülesande täitmine ning jälgida ajakasutust.

Kui kõik neli «tuba» on külastatud, lahutakse ruumist ning võimalusel vahetatakse paare. Külalised võivad liikuda ruumis ka mitme paari kaupa, kuid pimedegusteerija paariline ja Majapidaja peavad tagama, et üksteist degusteerimisel ei segata.

Tehke tunni lõpus kokkuvõtted – kui palju arvamistest osutusid tõesteks, millised valikud tekitasid kõige enam raskusi, millised valikud arvati ära kergelt. Kas toidunäidiste äraarvamisest oli enam abiks maitse või lõhn või toidutekstuur? Võite tehtud märkmete põhjal välja selgitada ka kõige tundlikumate meeltega külalised ja lihtsamini äraarvatavad toiduained.