

Mjölk!

Från svenska
bondgårdar.



Inspiration till förskolan från Sveriges bönder



Varifrån kommer den goda och nyttiga mjölken?

Följ med Konelia hem till den svenska bondgården.

Så jobbar du **SID 3**

TEMA 1: God mjölk från svenska gårdar **SID 4-5**

TEMA 2: Maskinerna på gården **SID 6-7**

TEMA 3: Djuren på gården **SID 8-9**

TEMA 4: Växterna på gården **SID 10-11**

TEMA 5: Året på gården **SID 12-13**

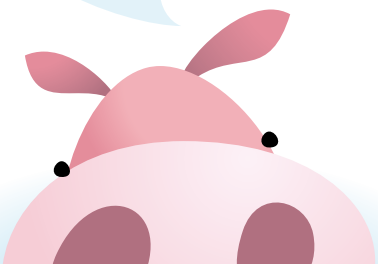
Barnsagan Hemma hos Konelia **SID 14-15**

Hemma hos Konelia **SID 16-17**

Nyttiga länkar **SID 18**

Tips!

Involvera övrig personal på förskolan.



Så jobbar du på förskolan med Konelia, det svenska lantbruket och läroplanen

Låt Konelia, hennes mjölk och det svenska lantbruket följa med in i vardagen på förskolan. Genom att använda kunskapsmaterial från LRF jobbar du pedagogiskt med läroplanens frågor om vår mat, djur, miljö och ekologi.

I Läroplan för Förskolan (Lpfö 98 rev 2010) står bland annat att förskolan ska sträva efter att varje barn:

- utvecklar respekt för allt levande och omsorg om sin närmiljö,
- utvecklar intresse och förståelse för naturens olika kretslopp och för hur människor, natur och samhälle påverkar varandra,
- utvecklar sin förståelse för naturvetenskap och samband i naturen, liksom sitt kunnande om växter och djur.

Materialet är indelat i fem teman, som du kan välja fritt mellan med hänsyn till vad som passar bäst för stunden på din förskola. Varje tema har ett antal övningar för barnen.

Som avslutning finns Hemma hos Konelia, en saga om Konelia och hennes kompisar som är lämplig att läsa för barn 4-6 år. Sagan fungerar att använda som introduktion för barnen till materialet. Till sagan hör också en illustration över Konelias bondgård.

Stora delar av vår mat har sitt ursprung i det svenska lantbruket. Från våra bondgårdar får vi även miljövänlig energi, skog som blir till byggnader och möbler, och ett öppet välkommande landskap med åkrar, ängar och betande djur.



Bondgårdar med mjölkproduktion finns över hela landet.

I dag är det få barn och vuxna som har en naturlig kontakt med det svenska lantbruket. För barn i förskolan erbjuder LRF därför Bonde i förskolan, då en riktig bonde besöker förskolan och berättar om sitt arbete, maten och mjölken, djuren, maskinerna och växterna. Materialet om Konelia och hennes vänner kompletterar bondens besök på förskolan.

1

God mjölk från svenska gårdar

Mjölk och mjölkprodukter som ost, fil och yoghurt är rika på vitaminer och mineraler. Mjölk ger näringstrygghet särskilt för de barn som inte äter så bra. Livsmedelsverket rekommenderar minst 3,5 dl mager mjölk (eller mjölkprodukter) under en dag i förskolan.

Fakta

Mjölk ingår

Enligts Livsmedelsverkets råd Bra mat i förskolan bör alla barn dricka eller äta 3,5 dl mjölk och mjölkprodukter under en förskoledag. För att uppnå den mängden behöver mjölkprodukter finnas med vid alla måltider i förskolan. Mjölken ger barnen viktiga näringsämnen som kalcium och vitamin D, som de har svårt att få i sig på annat sätt.

Ett glas mjölk

I ett glas mjölk hittar du hela 18 av de 22 näringsämnen vi stora och små behöver få i oss under en dag.

- Protein
- Fett
- Kolhydrater
- Vitamin A
- Vitamin D
- Niacin
- Tiamin
- Riboflavin
- Vitamin B12
- Vitamin B6
- Fosfor
- Kalcium
- Magnesium
- Zink
- Selen
- Jod
- Kalium
- Folat

Hårda svenska krav

Varje dag serveras hela 300 000 liter mjölk i de svenska förskolorna och skolorna. Svensk mjölk är producerad efter de unikt hårda krav Sverige har på hänsyn mot miljö, djur och kvalitet. Visste du att Sverige är det enda land där kor har lagstadgad rätt att gå på bete på sommaren?

Maten i den pedagogiska vardagen

Uppmuntra barnens nyfikenhet och upptäckarvilja. Hjälp barnet att använda alla sinnen för att lära om, förstå och uppleva mat och dryck. Prata om var livsmedlet kommer ifrån – hur det känns, smakar och doftar. Berätta hur man tillagar det och hur man kan variera måltiden. Ett annat sätt att använda mat i pedagogiskt syfte är att lära barnet färger och former med hjälp av mat, olika smaker som sött och surt eller hur något känns – hårt eller mjukt, slätt eller knottrigt, kallt eller varmt.

Visste du att mjölken har två egna dagar, som ni kan uppmärksamma på förskolan. 28 september infaller Skolmjölkens dag över hela världen. 1 juni firar vi Mjölakens dag. Båda dagarna har instiftats av FN.



Övningar att göra med barnen

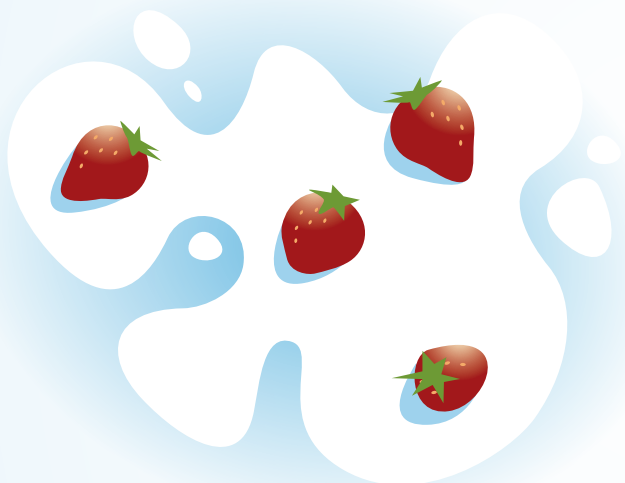
Recept: Blåbär och mjölk

Gör en smoothie från naturen med barnen. 7,5 dl blåbär, 7,5 dl yoghurt och 3 dl mjölk. Mixa bären i en matberedare. Tillsätt yoghurt och mjölk och mixa till slät konsistens. Räcker till 10 barnportioner.



Vi äter med alla sinnen

Förmågan att sätta ord på smaker och dofter är en viktig del i utvecklingen av mat- smakupplevelsen. Saperemetoden från Frankrike syftar till att lära barn identifiera smaker, dofter och färger.



Experiment 1: Sött, surt eller jordgubb

Börja med att låta barnen smaka på en klick naturell yoghurt. Hur smakar den? Låt barnen beskriva sin smakupplevelse.

I nästa smakportion serverar du en klick yoghurt färgad med röd smaklös karamellfärg. Hur smakar den röda yoghurten? Låt barnen beskriva sin smakupplevelse.

Låt en tallrik med jordgubbar stå framme på bordet under experimentet, och resultatet blir ännu mer häpnadsväckande.

Experiment 2: Varmt & kallt

Låt barnen smaka på ömsom varm mjölk och ömsom kall mjölk. Smakar den varma och kalla mjölken annorlunda? Vad händer med smaken när du tillsätter en sked chokladpulver i glaset?



Experiment 3: Vispa, vispa och smöra

Av mjölk kan man göra mycket. Till exempel grädde. Och av grädde kan man göra smör att ha på smörgåsen. Vispa 3 dl grädde tills det blir smör. Låt barnen smöra sina egna brödbitar av smör tillverkat på förskolan.

Experiment 4: Spöken i mjölkglaset

Servera barnen ett glas mjölk och låt dem dricka upp mjölken. Fyll sedan på glaset med vanligt vatten. Vad händer? Det klara vattnet blir dimmigt. Spöken tycker också om mjölk!

2

Maskinerna på gården

All ny teknik och alla nya maskiner gör att arbetsmiljön är bättre för bonden och för djuren på gården. Med mjölkningsroboten kan till exempel korna bestämma själva när de ska mjölkas. Men maskinerna kan inte tänka själva. Bondens kunskap om djur, jord och växter är fortfarande lika viktiga.

Fakta

Stark traktor

Traktorn är bondens bästa arbetskompis som hjälper till att dra, bogsera och lyfta. Förr i tiden hade man hästar som hjälpte till med arbetet. Traktorn är stark men inte så snabb. Har barnen sett någon traktor? Och vad gjorde den? När det finns ledig tid på bondgården tar många bönder sin traktor och hjälper till att klippa gräs, köra bort snö och gräva.

Mjölkad av robot

På allt fler mjölkgårdar finns en mjölkningsrobot i ladugården. När kon vill bli mjölkad går hon till roboten som mjölkar kons fyra spenar. Förr i tiden mjölkade bonden varje ko för hand. Roboten ger bonden mycket mer tid att sköta om djuren. Och kossorna gillar att bli mjölkade av roboten eftersom de själva får bestämma när de ska bli mjölkade. Dessutom brukar det finnas lite extra god mat vid roboten.

Största maskinen

Kanske den största maskinen på en bondgård är skördetrösken. Den används för att skörda havre, vete, korn och råg.

Vita plastbollar

De vita stora plastbollarna som ligger på åkrarna innehåller färskt gräs som blir ensilage. Det vill säga konserverat vinterfoder åt djuren. Ensilagebollarna är tunga och ömtåliga. Går plasten sönder blir maten förstörd då luftens syre förstör konserveringen. Plastbollarna fungerar med andra ord som en vanlig konserverburk i plåt!

Finurliga maskiner

Det finns en mängd finurliga maskiner på en modern bondgård. Potatisupptagaren är en maskin som försiktigt tar upp potatisarna ur jorden utan att de skadas. Sockerbetor skördas med en betesupptagare.

Kanske finns det någon förälder som arbetar med maskiner inom det svenska lantbruket, och som kan berätta mer. Kolla!



Övningar att göra med barnen

Våra vanligaste maskiner

Hur ser de vanligaste maskinerna ut? Vilka andra maskiner kan det finnas på en bondgård?



TRAKTOR Bonden använder sin traktor för att dra olika redskap på gården. Utan traktor skulle arbetet vara jättejobbigt.



MJÖLKROBOT Kossorna tycker om att bli mjölkade två eller tre gånger varje dag. Mjölkkon bestämmer själv när hon vill bli mjölkad.



SKÖRDETRÖSKA Den här stora maskinen har bonden för att samla in de olika sädeslagen som växer på bondgårdens åkrar.



PLOG Bonden plöjer sina åkrar med en traktor och plog för att det ska växa bättre.

Hemliga leken

Göm leksaksdjur och olika maskiner i den hemliga påsen och låt barnen gissa vilket djur eller maskin det är som gömmer sig genom att känna med fingrarna.

Tipspromenad

Klipp ur bilder på våra vanligaste maskiner och djur som ko, häst, gris, höna och får och klistra upp. Låt barnen gå runt och gissa rätt svar.

3

Djuren på gården

Att ha djur kräver mycket av bonden. Han eller hon måste följa djurens rytm. De ska matas på regelbundna tider, och de ska ha varma, torra platser att vila på. När man ger djuren mat ska man samtidigt se till dem ordentligt, så att de mår bra.

Fakta

Frisk aptit

En varm sommardag kan en mjölkko beta 60-70 kilo gräs och dricka 150 liter vatten.

Fyra magar

Kons fyra magar heter löpmagen, nätmagen, våmmen och bladmagen. När kon har ätit lägger hon sig ner och tuggar maten flera gånger. Hon använder alla magar och idisslar. På så sätt får hon all näring som finns i gräset.

Robot mjölkar

En mjölkko mjölkas två eller tre gånger om dagen. En svensk ko mjölkar i genomsnitt 27 liter mjölk varje dag. Numera är det vanligt att det finns en mjölkrobot på gården och att kon bestämmer själv när hon vill bli mjölkad.

Fler idisslare

Det är inte bara kon som har fyra magar och är idisslare. Även fåren har fyra magar. Till skillnad från kon som drar upp gräset med tungan biter fåret av gräset jäms med marken.

Hårda regler

Sverige har tuffa regler för att hålla husdjur. Det är till exempel förbjudet att ta bort (kupera) svansen och ge mediciner till grisar för att de ska växa fortare.

Ägg och kött

Fjäderfä betyder helt enkelt djur med fjädrar. Dit räknas höns, kalkoner, gäss och ankor. Av hönsen som är vanligast får vi både ägg och kycklingkött.

*Alla kor har gula brickor i öronen.
Brickorna har ett unikt nummer, som gör det enkelt att identifiera varje ko.*



Övningar att göra med barnen

Våra vanligaste djur

Hur ser de vanligaste djuren ut? Vilka andra djur kan det finnas på en bondgård?



GRIS Glada grisar har knorr på svansen. Grisar föds upp för att bli mat. Vilka maträtter kan man göra av griskött?



HÖNA Hönor värper ett ägg om dagen. Visste du att bruna hönor värper bruna ägg och vita hönor värper vita? Har barnen ätit ägg?



HÄST På de svenska bondgårdarna finns många hästar som man använder för att rida på eller tävla med.



KO I Sverige har vi antingen mjölkkor eller köttkor. Mjölkkor ger svensk mjölk. Vilka maträtter känner barnen till som vi får från svenska köttkor?

Vad kallas medlemmarna i djurfamiljen?

Familjen ko:

Ko = mamma, Tjur = pappa, Kalv = barn

Familjen häst:

Sto = mamma, Hingst = pappa, Föl = barn

Familjen gris

Sugga = mamma, Galt = pappa, Kulding = barn

Familjen höna

Höna = mamma, Tupp = pappa, Kyckling = barn



Äggjakt

Vimsiga hönan Agda har lagt sina ägg lite överallt. Nu måste hon få hjälp av barnen att hitta äggen. Koka upp 3 stycken ägg och göm på roliga ställen.

4

Växterna på gården

Det som växer på bondgården är basen i tallriken på matbordet. Våra vanligaste växter är vete, råg, havre och korn. De fyra sädeslagen kallas stråsäd. Bonden odlar mycket mer. Några exempel är potatis, sockerbetor som blir socker och foder och raps som blir matolja och bränsle.

Fakta

Fyra klassiker

Vete, råg, korn och havre är vanliga sädeslag som bonden odlar på sina åkrar. Av vete, råg, korn och havre gör vi sedan mjöl, bröd eller kanske frukostmüsli. Även djuren på gården äter spannmål och på så sätt får vi kött, mjölk eller ägg. Av en speciell sorts vete gör man också makaroner och spagetti. För att skörda på åkrarna använder bonden en skördetröska.

Växternas kostcirkel

Även växterna måste ha näring. En bra måltid för växterna består av kol från luftens koldioxid, syre och väte ur vatten, samt kväve, fosfor, kalium, kalcium, magnesium och svavel från jorden.

Älskade potatis

Rotfrukten potatis ingår i vår basföda och det går att hitta på jättemycket med en potatis. Visste du att potatis har odlats i Sverige sedan 1700-talet.

Fotosyntes

När solljus, koldioxid och vatten samarbetar får vi något som kallas fotosyntes. Fotosyntes är en förutsättning för allt växande liv på jorden.

Grönt är skönt

Färgämnet klorofyll gör att bladen i en växt blir gröna. Klorofyllet fångar ljus och koldioxid, och tillsammans med vatten blir det sedan viktig näring.

När bonden har skördat blir det en massa halm kvar. Halmen är skön för djuren att ligga i och tugga på.



Övningar att göra med barnen

Våra vanligaste växter

Hur ser de vanligaste växterna ut (visa bilderna för barnen)? Vilka andra växter kan det finnas på en bondgård?



VETE Vete är bondgårdens mest allsidiga sädeslag. Vad kan man göra av vete? Ta med barnen och kolla i köket. Där kanske ni hittar bröd, makaroner och spagetti som innehåller vete.



POTATIS På många bondgårdar finns stora potatisland. Varför inte prova att odla potatis på förskolan i hink eller på friland. Den nyttiga svenska "knölen" är lättodlad.



HAVRE Bonden kan också låta det växa upp havre på sina åkrar. Av havre gör man gröt och mat till djuren.



GRÖNSAKER Morötter, sallad, örter. Från de svenska gårdarna kommer många nyttigheter. Men kan man kallas för grönsak när man är röd som en tomat?

Recept: Pinnbröd

Älskat recept för barn på utflykt. 2 dl vetemjöl. 50 g smör. 1 dl filmjök. 1 tsk bakpulver. 1 tsk salt. Blanda i en skål och rulla degen runt en pinne och grädda över glöd.

Från jord till bord

Hur många av ingredienserna i lunchen har bonden odlat på sin gård? Undersök en vecka måndag till fredag för att se om det är någon skillnad mellan olika maträtter.

5

Året på gården

Bonden måste vara expert på djur, växter, maskiner och natur. Att vara bonde är också att ha ett arbete som lever med årstiderna. Om de svenska bönderna inte producerade livsmedel och arbetade året om skulle vi vara tvungna att köpa all mat från andra länder.

Fakta

Skogen viktig resurs

Halva Sverige består av skog och en viktig del av lantbruket är skog. Tack vare allemansrätten får vi röra oss fritt över bondens skogsmarker om vi tar hänsyn och är försiktiga. För bonden och hans företag är skogen extra värdefull. Från skogen hämtar bonden timmer och plank, bioenergi och massaved.

Bra med bajs

Den svenska bonden är påhittig och miljömedveten. Bajs från kossor, hästar och andra djur kan bli energi som ersätter bensin och olja. Etanol från växterna på åkern och gas från bajs kan användas för att köra bilar och värma upp hus. Djuren på gården gör verkligen nytta. De ger mat som mjölk och kött, de ger gödsel som används för att det ska växa bättre på åkrarna med vete, havre och annat gott, och de ger gödsel som blir bioenergi.

Växelbruk

För att minska risken för sjukdomar och angrepp på växterna använder bonden något som kallas för växelbruk. Olika år odlas olika grödor på fälten.

Viktigt väder

Bonden är mycket skicklig på att följa vädret. Få om ens något annat yrke är lika väderberoende. En hagelskur eller en kall natt kan förstöra en hel skörd.

Förnybar energi från sol, vind, vatten och bioenergi är något som blir allt vanligare. I arbetet för att öka andelen förnybar energi har de svenska bönderna en viktig roll då bonden har tillgång till mark, djur och växter.



Övningar att göra med barnen

Så ser bondens år ut

När gör man vad på bondgården? Ta med barnen och följ bondens år med egna odlingar på förskolan i hink eller på friland. Ett spännande, kunskapsgivande och utvecklande år väntar.

VÅR

På våren förbereds det som ska skördas senare under året.



SOMMAR

Sommaren är en intensiv tid på bondgården, även om många djur går ute på bete.



Ständig tillsyn av djuren

Underhåll av byggnader

Underhåll av maskiner

Skogsarbete

Även om det är snö och kallt är det full fart på bondgården.

VINTER

Djuren används också i arbetet



Spannmål skördas

Grönsaker, och frukter skördas

Åkern plöjs

Höstvete & höstoljeväxter skördas

Hösten betyder framför allt skördetid på bondgården.

HÖST

Hemma hos Konelia

Hej alla barn. Jag heter Konelia och jag bor på bondgården. Vi kor är bra på att göra mjölk. Det finns andra djur på bondgården också förstås. Men inga är så bra som vi kor på att göra mjölk. Min bonde heter Berit och det är hon som ger oss mat och ser till att vi har det bra. Vi tycker att det är skönt att bli klappade och kliade.

Jag har flera kompisar på bondgården. Vi ser väldigt olika ut utanpå. En del av oss är svarta med vita fläckar, andra är bruna med vita fläckar och så finns det många som är helt bruna. Det finns också några som är vita som snö i fjällen. De kallar sig för fjällkor eftersom de kommer allra längst uppifrån i Sverige där det finns stora berg. En del av oss har också horn på huvudet. Annars är vi precis likadana och lika snälla. Och mjölken smakar lika gott.



För att Berit ska hålla reda på oss har vi små gula örhängen i bägge öronen. På örhängena står våra ko-nummer. Vet du ditt personnummer? Jag kan i alla fall mitt ko-nummer! Titta nästa gång du ser mig. Då ser du också mina fina gula örhängen.

Berit håller rent och fint och får alltid plocka upp efter oss. Jag tror att Berit tycker att vi är lite jobbiga ibland och att vi skräpar ner alldeles för mycket. Vi är ju ganska stora och eftersom vi har fyra ben kan vi inte gå på toaletten. Vi kissar och bajsar precis där vi står när vi blir toanödiga. Så får man ju inte göra egentligen. Men vi är vana vid det och bryr oss faktiskt inte så mycket. Berit pustar och suckar, men hon tycker ändå att vi är de finaste i hela världen som finns. Berit är snäll.



Det bästa vi vet är att äta. Att gå ute på sommaren och äta grönt gräs och dricka vatten är som att vara på födelsedagskalas varje dag. Men vi kan inte bara äta gräs och dricka vatten. Berit vill att vi ska äta annan mat också som kraftfoder och spannmål för att må bra. Och när vi mår bra gör vi mycket och god mjölk. Då blir Berit glad.

När vi har ätit tuggar vi maten jättelänge. Nu ska jag berätta en hemlighet. Vi har fyra magar! Hur många magar har du? När gräset åkt igenom alla våra fyra magar har det förvandlats till vit, fin mjölk. Mjölken rinner ner i våra juver som blir tyngre och tyngre, och till slut måste vi mjölkas.



På min gård har vi en mjölkkningskarusell. Dit går jag när jag vill lämna min mjölk. Du kanske har åkt karusell någon gång? Vår karusell är ungefär på samma sätt men den går inte så fort. Vi blir så lätt yra i huvudet och Berit vill inte att det ska börja kittla i alla våra fyra magar.

I karusellen sugs mjölken ut genom en slang till en stor tank. Som tur är kan vi göra mycket mjölk och den behövs till en massa saker. Mjölk som du dricker varje dag. Eller till smör, ost, glass, fil, yoghurt, grädde och annat gott och nyttigt för alla som vill bli stora och starka.

Min bästa kompis på bondgården är Greta som är vit och brun. Hon och jag brukar hitta på en massa roliga bus. När vi ska busa med Katten Kompis räknar vi ETT, TVÅ, TRE och sedan skriker vi MUUU. Då blir Katten Kompis jätterädd och springer och gömmer sig. Det tycker vi är roligt. Men Berit tycker vi är dumma mot Katten Kompis.

Katten Kompis tycker om oss ändå. Den godaste mat han vet är Konelias mjölk. När han dricker min mjölk kan han springa jättefort och blir så stark att han klättrar i träd och vågar smyga på alla små möss som bor i skogen. När Katten Kompis får mjölk blir han glad och spinner. Kurr-kurr-kurr.







Här kan du läsa mer om det svenska lantbruket och på många sidor även beställa material.

bondeniskolan.se - Specialsida med kunskapsmaterial för förskolan och skolan.

sjv.se - Jordbruksverket är tillsynsmyndighet för jordbruksfrågor.

jordbruksverket.se/urbanochruralia - Jordbruksverkets material för förskolan.

lrf.se - Lantbrukarnas Riksförbund som är den svenska bondens medlemsorganisation.

mjolk.se - Facksida om mjölk, mjölkproduktion och mjölkens betydelse i kosten.

slv.se - Livsmedelsverkets är tillsynsmyndighet för livsmedel.

slu.se - Sveriges Lantbruksuniversitet.

faravelsforbundet.se - Får och getägarnas organisation.

grisforetagaren.se - Samlingssida för grisföretagare.

svenskfagel.se - Mycket om höns, tuppar och andra fjäderfän.

lantmannen.se - Heltäckande sida om bland annat mat och maskiner.

lantbruk.com - Traktorer i mängder.





Mjölk!



Hjärta mjölk | LRF Mjök
Franzégatan 6 | 105 33 Stockholm
0771-57 35 73
hjärtamjök.se