

Hej 4. b.

I er nu en lækker kyllingeburger, som skal på en rejse gennem "Sigurds" fordøjelsessystem. Burgeren bevæger sig ind gennem munden og bliver med det samme hvirvlet rundt. Den bliver blandet med spyt og enzymer, som spalter kulhydrat.
Alle snurrer rundt om sig selv 3-5 gange.

Sigurd tygger med sine tænder, så burgeren bliver findelt.
Alle ryster hænder og fødder skiftevis og står med god afstand til hinanden.

Så synker Sigurd, og burgeren bevæger sig ned gennem halsen.
Alle går krabbegang fra den ene ende af lokalet/græsplænen til den anden. Hvis man er i en gymnastiksal, kan eleverne lave kolbøtter ned ad en madras.

Nede i mavesækken opbevares den mad, vi spiser.
Alle klapper sig selv på arme og ben og klapper sidemanden på arme og ben.

Mavesaft og mad bliver blandet, og fordøjelsen af protein og fedt starter.
Dem, der vil være proteiner, stiller sig som bukke. Dem, der vil være fedt, stiller sig med spredte ben. Dem, der vil være mavesaft (enzymer), hopper over/under.

Så skal den halvt fordøjede burger videre ned i tarmene og forbi tyndtarmen, hvor næring og fedtopløselige vitaminer presses ud gennem tarmvæggen. Forskellige stoffer hjælper med fordøjelsen, bl.a. galde og væske fra bugspytkirtlen.
Stå sammen to og to og pres jer mod hinanden med begge hænder foran jer.

Så skal den ned forbi blindtarmen, hvis man stadigvæk har den.
Alle, der stadigvæk har deres blindtarm, laver høje knæløftninger med lukkede øjne. Dem, der ikke har blindtarm, laver sprællemænd.

I tyktarmen, som vi kommer til nu, forsvinder en masse væske fra maden, og en bakterieflora nedbyder resterne af kulhydrat, protein og fedt via gæring. Restproduktet er det, vi kender som afføring, og det bliver presset sammen og skubbet ned mod endetarmen.
Stil jer sammen i grupper af fem elever. De fire danner en lille firkant, og den femte står i midten og bliver puffet blidt rundt. Alle får lov at prøve.

Nu er burgeren en pølse, som ender turen i toilettet.

Stil jer sammen i grupper af fem elever. Stå på række foroverbøjet med højre arm gennem egne ben og tag fat i sidekammeratens venstre arm og så fremdeles. Bagerste elev lægger sig ned, og de andre går baglæns henover, og den næste lægger sig også ned osv. I skal gøre alt dette UDEN at slippe hinandens hænder.