

Emneplan Mat og helse 1, 5-10 trinn

* Inngår i studieprogram

KFK Mat og helse

* Emnenavn (bokmål)

Mat, helse, didaktikk og helsefremmende kosthold

* Emnenavn (nynorsk)

* Emnenavn (engelsk)

* Emnekode (FS)

KK-MH8300

* Emnenivå

BA

* Emnets omfang og organisering

- Antall studiepoeng: 15
- Antall semester: 1
- Undervisningsspråk: Norsk
- Organisering av emnet: Samlingsbasert

KFK Mat og helse emneplan 1 (høst 23) 5-10

Faglig innhold i emnet

Emne 1, Mat, helse, didaktikk og helsefremmende kosthold, skal gi studentene faglige, pedagogiske og didaktiske ferdigheter til å undervise i mat og helse i grunnskolen. I emnet bruker vi tid på matfaglige og didaktiske tema som skal styrke studenten sitt arbeid med å undervise i trygg og helsefremmende mat og måltid. Endringer i vurderingspraksis i tråd med ny vurderingsforskrift er også sentralt.

Det er mange faktorer som ligger til grunn for elevenes helsefremmende kosthold, blant annet viljen til å spise variert. Å øke studentenes kunnskap om smakens psykososiale betingelser og forståelse for sammenhengen mellom helsefremmende kosthold og matkultur, som resultat av natur- og kulturgitte betingelser, trender, kunnskap, identitet, religion og smak er viktig. Det innebærer større grad av kritisk refleksjon rundt elevens autonomi og deres evne til å ta velbegrunnede valg på vegne av seg selv og kloden, og hvordan mat- og helsefaget kan bidra til dette.

Vi legger vekt på hvordan inkluderende praksis kan utøves i faget. Emnet skal sette studenten i stand til å undervise i faget slik at elevene opplever matglede, forstår sammenhenger mellom kosthold og

helse i vid forstand, og blir i stand til å velge et sunt og variert kosthold. Målet for arbeidsmetodene i emnet er å fremme studentens undring, skapende evner og motivasjon.

Forkunnskapskrav

Allmennlærerutdanning el. annen utdanning som gir undervisningskompetanse i grunnskolen. For å bli vurdert for opptak må du i tillegg være tilsatt i skolen og/eller ha tilgang til å undervise i faget i deler av studieåret.

Dersom du ikke er tilsatt i skolen, kan du søke direkte til USN (kontakt studieveileder). Vi kan ta opp kvalifiserte søkere som ikke jobber i skolen dersom vi har ledig kapasitet. Du vil da ikke kunne søke om støtte fra Utdanningsdirektoratet.

Læringsutbytte

Emnet skal bidra til at studenten oppnår følgende læringsutbytter:

Studenten har **kunnskap** om

- hovedpunkter i fagets historie
- vitenskapsgrunnlaget for og hovedinnholdet i sentrale styringsdokumenter for faget
- system for å ivareta hygiene og trygg mat
- matvaremerking og produktinformasjon
- sensorikk, smak og smaksutvikling i et psykososialt perspektiv
- grunnleggende ernæring for et utvalg næringsstoffer med utgangspunkt i de nasjonale kostrådene
- helsefremmende kosthold i et utvida helseperspektiv
- hvordan skolen kan tilrettelegge for helsefremmende kosthold
- hvordan læreren gjennom fagdidaktikk kan planlegge, gjennomføre og vurdere elevenes læringsarbeid

Studenten har **ferdigheter** til å

- planlegge, gjennomføre og vurdere undervisning i mat og helse
- reflektere over egen praksis som lærer i mat- og helsefaget
- vurdere, produsere og bruke et utvidet repertoar av læremidler
- legge til rette for tilpasset opplæring og utvikling av grunnleggende ferdigheter
- kombinere redskaper, råvarer og matlagingsmetoder for å lage trygg, velsmakende og helsefremmende mat og måltider i tråd med kostrådene fra helsemyndighetene
- bidra til at elevene øver sine evner til å arbeide systematisk med faglige problemstillinger
- bruke et utvidet repertoar av læremidler
- bruke mangfoldet i elevgruppen som ressurs i planlegging og gjennomføring av undervisning
- utvikle inkluderende praksis i faget som tar hensyn til elevenes matintoleranser og funksjonsnedsettelse, samt foresattes religiøse og kulturelle mat- og måltidspraksiser

Studenten har **generell kompetanse** i å

- kan presentere sentralt fagstoff som teorier, problemstillinger og løsninger både skriftlig, muntlig og gjennom andre relevante uttrykksformer
- forstå, utøve og utvikle profesjonalitet som lærer i mat og helse i lys av gjeldende læreplan
- forstå hvordan faget kan bidra til livsmestring og til å utjevne sosial ulikhet i helse i et utvida helseperspektiv
- se faget mat og helse i et tids- og samfunnsaktuelt perspektiv
- anvende faget mat og helse som læringsmiljø og dannelsingsarena

Læringsaktiviteter

Studentene arbeider selvstendig, i gruppe og under veiledning av lærer. I emnet bruker vi varierte læringsaktiviteter. Eksempler på aktiviteter kan være

- Teoretiske forelesninger
- Praktiske forevisninger/demonstrasjoner
- Veiledning og framovermeldinger
- Praktisk egentrening
- Gruppearbeid
- Litteraturstudier
- Eksperimentering
- Akademisk skriving
- Bruk og produksjon av digitale læringsressurser
- Refleksjon og drøfting av egen praksiserfaring
- Bruk og produksjon av digitale læringsressurser
- Kunnskapsdeling på egen arbeidsplass

Praksis

-

Arbeidskrav

Arbeidskrav i emnet blir gitt i tråd med USN sin [Rutine for arbeidskrav og obligatorisk aktivitet/tilstedeværelse](#).

I løpet av semesteret blir det gitt to arbeidskrav som innebærer utvikling av egen undervisningspraksis og refleksjon rundt denne. Begge arbeidskravene må være innlevert innen gitt frist og godkjent for at studenten kan gå opp til eksamen. Dersom et arbeidskrav ikke blir godkjent første gang, får studenten ei uke til å levere revidert arbeid.

Arbeidskravene skal gi erfaring med læreplananalyse. Arbeidskravene kan blant annet innebære utvikling og utprøving av undervisningsopplegg, utvikling og gjennomføring av tverrfaglig samarbeid i kollegiet og å dele ny kunnskap i større deler av kollegiet på egen skole.

Det blir gitt formativ vurdering fra faglærer på inntil to arbeidskrav. Medstudenter får tilgang til hverandres besvarelser. Se ellers Obligatorisk aktivitet og krav til tilstedeværelse.

Obligatorisk aktivitet og krav til tilstedeværelse

For å kunne gå opp til eksamen må studenten ha innfridd disse obligatoriske aktivitetene, jfr. Universitetet sin [Forskrift om studier og eksamen ved Universitetet i Sørøst-Norge \(USN\)](#):

- Fysisk tilstedeværelse på campus Vestfold på tre samlinger à to dager *
- 80 % tilstedeværelse på alle emnets aktiviteter ifølge semesterplan
- Gi inntil én formativ vurdering til medstudenter
- Ved nettbaserte læringsaktiviteter er det krav om deltakelse med kamera

* Studenter med særlig lang reisevei kan få innvilget nettbasert deltakelse på 3. samling. Ta kontakt før studiestart hvis du lurer på om dette kan gjelde deg. Nettbasert deltakelse skjer i sanntid og du må ha tilgang på arbeidsrom og kjøkken der du kan jobbe uforstyrret.

Utgifter i emnet

Studenten må påregne materialutgifter til innkjøp av matvarer til praktisk egentrening hjemme eller på egen arbeidsplass.

Vurderingsformer

Sluttvurdering i emnet er en skriftlig, individuell hjemmeksamen over tre dager. Fullstendig oversikt over eksamensdatoer blir publisert 1. oktober.

Besvarelsen leveres i universitetets digitale eksamensplattform. Eksamen vurderes med én gradert karakter (A-F). Se også [Forskrift om studier og eksamen ved Universitetet i Sørøst-Norge \(USN\)](#).

Hjelpemidler til eksamen

Alle hjelpemidler er tillatt.

Annet

Organisering

Hvert semester består av tre samlinger à to dager. Undervisningsdagene vil være de samme gjennom studieåret. Mellom samlingene blir det gjennomført nettbaserte læringsaktiviteter i plenum og i grupper.

Hvilke dager som er satt av til samlinger, samt semesterplan med oversikt over læringsaktivitetene for hele studieåret, er klart i midten av juni.

I høstsemesteret får studenter med særlig lang reisevei anledning til å delta på nett på siste samling. Ta kontakt før studiestart om du lurer på om du kan komme innenfor denne ordninga.

Krav til utstyr

Ved nettbasert deltakelse må studenten ha tilgang på god og stabil internettforbindelse, samt arbeidsplass og kjøkken der en kan jobbe uforstyrret. Forelesninger og praktiske kjøkkenarbeid skjer i sanntid, så undervisningstida er den samme uavhengig av fysisk eller nettbasert deltakelse. Alle studenter trenger et eksternt webkamera eller godt innebygd kamera på nyere pc, samt headset med mikrofon. Innebygde mikrofoner og høyttalere i skjerm eller PC kan ikke brukes.

Krav til undervisningspraksis i studieåret

Det er ingen organisert praksis i tilknytning til studiet og det er ikke et krav at studenten underviser i mat- og helsefaget. Likevel må studenten ha anledning til å ha ansvar for å planlegge, gjennomføre og vurdere undervisning i faget i minimum fire uker i løpet av semesteret. Undervisningspraksisen trenger ikke være sammenhengende.