

Studieplan 2016/2017

Mat og helse 1

Studiepoeng: 30

Studiets nivå og organisering

Studiet er et profesjonsfaglig 30-studiepoengs studium i lærerutdanning. Det er organisert som ordinær campusutdanning på Campus Elverum. Undervisning vil foregå på to-tre hele dager i uka, over to semestre og er deltidsstudium.

Bakgrunn for studiet

Høgskolen i Hedmark, Avdeling for folkehelsefag har et bredt faglig miljø innen kunnskapsområdet mat, ernæring og helse og gode fasiliteter til undervisning. Mat, ernæring og helse inngår som tema i samtlige utdanninger i avdelingen, og tydeliggjør folkehelseprofilen på campus Elverum. Studieplanen bygger på Nasjonal forskrift om rammeplan for grunnskoleutdanningene (2010), Nasjonale retningslinjer for grunnskolelærerutdanningen 1.-7. trinn og 5.-10 trinn (2010) og i Høgskolen i Hedmarks sine programplaner for tilsvarende grunnskolelærerutdanninger. Den har også en nær sammenheng med nasjonale helsepolitiske retningslinjer og Kunnskapsløftet 2006.

Mat og helse 1 gir en innføring i fagområdet mat og helse og omfatter planlegging, gjennomføring og vurdering av læringsarbeid i faget. Studentene skal tilegne seg kunnskaper og ferdigheter som gjør barn og unge i stand til å foreta bevisste valg med hensyn til helsefremmende og forebyggende kosthold, og gi dem forståelse for den kulturelle betydningen mat og måltider har for enkeltindivider og samfunn. Samiske mattradisjoner, måltidsskikker og tradisjonelle måter å utnytte matressurser fra naturen integreres i faget.

Læringsutbytte

Ved bestått studium har studenten oppnådd følgende læringsutbytte:

KUNNSKAP

Studenten

- har kunnskap om hovedpunkter i fagets historie og om innholdet i de mest sentrale styringsdokumentene som regulerer læringsarbeidet i mat og helse i grunnskolen
- har kunnskap om hvordan didaktiske kategorier som mål, innhold, elevforutsetninger, rammebetingelser og vurdering inngår i planlegging, gjennomføring og vurdering av elevenes læringsarbeid i mat og helse
- har kunnskap om hvordan de grunnleggende ferdighetene å kunne uttrykke seg muntlig og skriftlig, å kunne lese og regne og å kunne bruke digitale verktøy har betydning for elevenes læring i faget på ulike trinn
- har kunnskap om sentrale trekk ved utviklingen i norsk kosthold, bakgrunnen for og hovedinnholdet i norsk ernæringspolitikk og de nasjonale kostanbefalingene og næringsstoffanbefalingene
- har kunnskap om de viktigste ernæringsutfordringene blant barn og unge og hvordan en gjennom engasjement hos elevene kan tilrettelegge for et helsefremmende kosthold
- har kunnskap om matvaregruppene og ulike merkeordninger for mat
- har kunnskap om begrepet trygg mat, hvordan trygg mat kan sikres i matvareproduksjonskjeden og hvordan skolen kan sikre trygg mat i sin drift
- har kunnskap om ulike måltidstradisjoner i et flerkulturelt perspektiv
- har kunnskap om hvordan bearbeiding av matvarer og sammensetning av maten påvirker den ernæringsmessige kvaliteten av måltidet

FERDIGHETER

Studenten

- kan redegjøre for omsetningen av næringsstoffer og deres betydning for helsen, og kan kommunisere denne kunnskapen til de ulike aktørene i skolen
- kan lede læringsarbeidet i mat og helse ved å differensiere og variere undervisningen, og ved å gjennomføre en læringsorientert vurderingspraksis
- kan bruke arbeidsmåter som fremmer elevenes undring, skapende evne og evne til å arbeide systematisk med faglige problemstillinger
- kan planlegge og lage trygg og innbydende mat i tråd med de nasjonale kostanbefalingene
- kan bruke mangfoldet i elevgruppen som ressurs og tilrettelegge for matlaging for elever med ulike behov
- kan bruke digitale verktøy til å beregne næringsstoffinnhold og vurdere matens ernæringsmessige kvalitet
- kan formidle smaksopplevelser ved hjelp av sensoriske uttrykk
- kan være en god rollemodell for elevene i forhold til ulike kulturelle og sosiale måltidskontekster

- kan finne fram til, lese og vurdere innholdet i vitenskapelige artikler og rapporter med relevans for faget mat og helse
- kan omforme vitenskaplige funn til praktiske råd om kosthold
- kan vurdere påstander om mat, ernæring og helse og vurdere ulike læremidlers relevans for faget
- kan planlegge, gjennomføre og vurdere læringsarbeidet i mat og helse ut fra læreplanens intensjon og innhold
- kan konkretisere og integrere mål i læreplanen i tverrfaglige emner
- kan bruke fagspråk og veilede elevene i deres utvikling av fagspråk

GENERELL KOMPETANSE

Studenten

- kan formidle sentralt fagstoff, problemstillinger og løsninger og bidra til utvikling av en profesjonell lærerrolle
- kan bidra til å skape et godt læringsmiljø og utvikle gode relasjoner til og mellom elever

Målgruppe

Alle som ønsker å spesialisere seg i skolefaget mat og helse i grunnskolelærerstillinger.

Studiet er rettet mot lærerstudenter på 3. og 4. studieår som velger et undervisningsfag i sin grunnskolelærerutdanning, og til lærere som allerede har fullført grunnskolelærerutdanning, eller faglærerutdanning, eller tilsvarende.

Relevans for arbeidsliv og videre studier

Mat og helse 1 skal kvalifisere lærere til etterspurte lærerstillinger. Studiet legger grunnlag for å gå videre på Mat og helse 2. Det gir mat og helse-faglig kompetanse som kan være nyttig i forbindelse med helsefremmede og forebyggende arbeid på ulike arenaer i samfunnet.

Opptakskrav og rangering

Fullført minimum tre-årig lærerutdanning.

Arbeids- og undervisningsformer

Studiet er basert på en forståelse av at studenter og lærere har et felles ansvar for å

utvikle kunnskap og bidra til gode læringsprosesser. Lærerne har et spesielt ansvar for å motivere og stimulere til faglig utvikling gjennom forelesninger, veiledning og praktisk arbeid på kjøkkenet. Studentene har ansvar for egen og medstudenters læring gjennom selvstudium og ulike gruppeaktiviteter. Det benyttes aktive undervisningsformer. Dette forutsetter at studentene møter opp godt forberedt og er tilstedeværende i et allsidig læringsarbeid. Arbeids- og undervisningsformer som brukes er varierte, og de har et formål som stadig er gjenstand for pedagogiske overveielser.

Praksis

Det er lagt minst fem dagers obligatorisk praksis i studiet.

Vurderingsformer

Vurderingsarbeid er en integrert del av studiet, og har blant annet som formål at studentene skal få tilbakemelding på egen utvikling knyttet til studiets målsetninger. Godkjente arbeidskrav er en forutsetning for å kunne gå opp til eksamen. Det brukes ulike vurderingsformer. Praktisk muntlig gruppe-eksamen brukes i emnet der studentene skal vise at de kan formidle fagstoff, vise sammenhengen mellom teoretisk og praktisk kunnskap, og at de kan samarbeide. Eksamensform på vårsemestret er individuell skriftlig eksamen der studentene får større mulighet for å vise helhetlig faglig forståelse og modenhet.

Forskningsbasert undervisning

Undervisning er forskningsbasert, og inkluderer også erfaringskunnskap og taus kunnskap.

Internasjonalisering

Det er ikke lagt opp til utenlandsopphold i løpet av studiet, men studiet inneholder elementer som bidrar til flerkulturell forståelse.

Studiets oppbygging og innhold

Studie gir grunnleggende teoretiske, praktiske og pedagogiske kunnskaper om faget og er bygget opp av to emner. Emnet Introduksjon til mat og helse sikter til utvikling av kompetanse som er knyttet til matvarekunnskap, matteknologi og på matens

helsemessige dimensjon. Emnet matpedagogikk i mat og helsefaget legger særlig vekt på fagets egenart og legitimering, læringsprosesser og didaktiske overveielser, og omfatter planlegging, gjennomføring og vurdering av læringsarbeid i faget.

Emneoversikt

Emnekode	Emnets navn	S.poeng	O/V *)	Studiepoeng pr. semester					
				S1(H)	S2(V)	S3(H)	S4(V)	S5(H)	S6(V)
1MH1IN11	<u>Introduksjon til Mat og helse</u>	15	O	15					
1MH1P11	<u>Matpedagogikk</u>	15	O		15				
Sum:				15	15	0	0	0	0

*) O - Obligatorisk emne, V - Valgbare emne

Emneoversikt

1MH1IN1 1 Introduksjon til Mat og helse

Emnekode: 1MH1IN1 1

Studiepoeng: 15

Semester

Høst

Språk

Norsk

Krav til forkunnskaper

Ingen spesielle krav

Læringsutbytte

Emnet gir en innføring i fagområdet mat og helse. Det legges særlig vekt matvarekunnskap og matteknologi og på matens helsemessige dimensjon.

Ved bestått emne har studenten oppnådd følgende læringsutbytte:

KUNNSKAP

Studenten

- har kunnskap om hvordan didaktiske kategorier som mål, innhold, elevforutsetninger, rammebetingelser og vurdering inngår i planlegging og

vurdering av elevenes læringsarbeid i mat og helse

- har kunnskap om hvordan de grunnleggende ferdighetene å kunne uttrykke seg muntlig og skriftlig, å kunne lese og regne og å kunne bruke digitale verktøy har betydning for elevenes læring i faget på ulike trinn
- har kunnskap om sentrale trekk ved utviklingen i norsk kosthold, bakgrunnen for og hovedinnholdet i norsk ernæringspolitikk og de nasjonale kostanbefalingene og næringsstoffanbefalingene
- har kunnskap om matvaregruppene og ulike merkeordninger for mat
- har kunnskap om begrepet trygg mat, hvordan trygg mat kan sikres i matvareproduksjonskjeden og hvordan skolen kan sikre trygg mat i sin drift
- har kunnskap om hvordan bearbeiding av matvarer og sammensetning av maten påvirker den ernæringsmessige kvaliteten av måltidet

FERDIGHETER

Studenten

- kan redegjøre for omsetningen av næringsstoffer og deres betydning for helsen, og kan kommunisere denne kunnskapen til de ulike aktørene i skolen
- kan bruke arbeidsmåter som fremmer elevenes undring, skapende evne og evne til å arbeide systematisk med faglige problemstillinger
- kan planlegge og lage trygg og innbydende mat i tråd med de nasjonale kostanbefalingene
- kan bruke digitale verktøy til å beregne næringsstoffinnhold og vurdere matens ernæringsmessige kvalitet
- kan omforme vitenskapelige funn til praktiske råd om kosthold
- kan konkretisere og integrere mål i læreplanen i tverrfaglige emner
- kan bruke fagspråk

GENERELL KOMPETANSE

Studenten

- kan formidle sentralt fagstoff, problemstillinger og løsninger og bidra til utvikling av en profesjonell lærerrolle
- kan bidra til å skape et godt læringsmiljø og utvikle gode relasjoner til og mellom elever

Innhold

- Didaktiske overveielser og refleksjon
- Matvarekunnskap og utvikling av matvareforbruk i Norge

- Matlagingsteknikker og produksjonsprosesser
- Matens verdikjede
- Matmerking
- Grunnleggende mikrobiologi, matvare- og kjøkkenhygiene
- Matlovgivning og trygg mat
- Viktigste næringsstoffer og deres omsetning
- Matens kvalitet
- Kostholdsplanleggeren
- Ernæringspolitikk og kostanbefalinger

Arbeids- og undervisningsformer

- Praktisk matlaging med didaktisk refleksjon
- Dialogbasert forelesning
- Gruppearbeid
- Utstilling
- Ekskursjoner
- Digital historiefortelling
- Selvstudium
- Bruk av læringsplattform (Fronter)

Obligatoriske krav som må være godkjent før eksamen kan avlegges

- Minimum 80 % deltakelse på praktisk undervisning
- Praktisk gruppeoppgave med utstilling
- Gruppeoppgave med digital presentasjon
- Hygienetest
- Soppsertifikat
- Demonstrasjon av praktisk ferdighet
- Individuell skriftlig oppgave med kostregistrering

Eksamen

Praktisk-muntlig eksamen i gruppe med 2-4 studenter, med individuell karakter, vurderes med graderte bokstavkarakter fra A-F, der E er laveste ståkarakter.

Tillatte hjelpemidler til eksamen

Alle hjelpemidler er tillatt

Ansvarlig avdeling

Avdeling for folkehelsefag

1MH1P11 Matpedagogikk

Emnekode: 1MH1P11

Studiepoeng: 15

Semester

Vår

Språk

Norsk

Krav til forkunnskaper

Anbefalt emnet Introduksjon til faget mat og helse

Læringsutbytte

Emnet fokuserer på den profesjonelle lærerrollen og læringsmiljø i faget mat og helse. Det legges særlig vekt på fagets egenart og legitimering, undervisning, læringsprosesser og didaktiske overveielser.

Ved bestått emne har studenten oppnådd følgende læringsutbytte:

KUNNSKAP

Studenten

- har kunnskap om hovedpunkter i fagets historie og om innholdet i de mest sentrale styringsdokumentene som regulerer læringsarbeidet i mat og helse i grunnskolen
- har kunnskap om hvordan didaktiske kategorier som mål, innhold, elevforutsetninger, rammebetingelser og vurdering inngår i planlegging, gjennomføring og vurdering av elevenes læringsarbeid i mat og helse
- har kunnskap om hvordan de grunnleggende ferdighetene å kunne uttrykke seg muntlig og skriftlig, å kunne lese og regne og å kunne bruke digitale verktøy har betydning for elevenes læring i faget på ulike trinn

- har kunnskap om de viktigste ernæringsutfordringene blant barn og unge og hvordan en gjennom engasjement hos elevene kan tilrettelegge for et helsefremmende kosthold
- har kunnskap om ulike måltidstradisjoner i et flerkulturelt perspektiv
- har kunnskap om hvordan bearbeiding av matvarer og sammensetning av maten påvirker den ernæringsmessige kvaliteten av måltidet

FERDIGHETER

Studenten

- kan redegjøre for omsetningen av næringsstoffer og deres betydning for helsen, og kan kommunisere denne kunnskapen til de ulike aktørene i skolen
- kan lede læringsarbeidet i mat og helse ved å differensiere og variere undervisningen, og ved å gjennomføre en læringsorientert vurderingspraksis
- kan bruke arbeidsmåter som fremmer elevenes undring, skapende evne og evne til å arbeide systematisk med faglige problemstillinger
- kan bruke mangfoldet i elevgruppen som ressurs og tilrettelegge for matlaging for elever med ulike behov
- kan formidle smaksopplevelser ved hjelp av sensoriske uttrykk
- kan være en god rollemodell for elevene i forhold til ulike kulturelle og sosiale måltidskontekster
- kan finne fram til, lese og vurdere innholdet i vitenskapelige artikler og rapporter med relevans for faget mat og helse
- kan omforme vitenskapelige funn til praktiske råd om kosthold
- kan vurdere påstander om mat, ernæring og helse og vurdere ulike læremidlers relevans for faget
- kan planlegge, gjennomføre og vurdere læringsarbeidet i mat og helse ut fra læreplanens intensjon og innhold
- kan bruke fagspråk og veilede elevene i deres utvikling av fagspråk

Innhold

- Sentrale matpedagogiske og fagdidaktiske prinsipper
- Fagets egenart og historisk utvikling
- Læreplan analyse
- Dannelse, undervisning og læring
- Estetisk kommunikasjon
- Kommunikasjons- og formidlingsteknikker
- Nutrition literacy
- Viktigste ernæringsutfordringer bland barn
- Måltidet

- Norske mattradisjoner
- Bruk av dataverktøy
- Fagdidaktiske overveielser og refleksjoner

Arbeids- og undervisningsformer

- Studentstyrt undervisning
- Dialogbasert forelesning
- Gruppe- og teamarbeid
- Selvstudium
- Seminar
- Ekskursjon
- Praksis
- Bruk av læringsplattform (Fronter)

Obligatoriske krav som må være godkjent før eksamen kan avlegges

- Minimum 80% deltagelse på praktisk undervisning
- Gruppeoppgave om studentstyrt undervisning
- Individuell digital presentasjon av framstilling av mat i media
- To skriftlig refleksjonsnotater
- Aktiv deltagelse i seminarer
- Gjennomføring og muntlig presentasjon av praksisperioden på 5 dager

Eksamen

Individuell skriftlig seks timers skoleeksamen som vurderes med graderte bokstavkarakterer fra A - F, der E er laveste ståkarakter.

Tillatte hjelpemidler til eksamen

Ingen

Ansvarlig avdeling

Avdeling for folkehelsefag