

Studieplan 2020/2021

Mat og helse 1

Studiepoeng: 30

Studiets nivå og organisering

Studiet er et profesjonsfaglig studium i lærerutdanningen. Undervisningen foregår på Fakultet for helse og sosialvitenskap, Elverum. Undervisningen vil foregå i hovedsak tre dager i uken over et semester (høst).

Bakgrunn for studiet

Høgskolen i Innlandet, Fakultet for helse og sosialvitenskap har et bredt faglig miljø innen kunnskapsområdet mat, ernæring og helse. Her tilbys gode fasiliteter til undervisning.

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:

Kandidaten

- har kunnskap om fagets historie og har bred kunnskap om sentrale styringsdokumenter for faget

- har kunnskap om matvarer og deres betydning i norsk kosthold

- har kunnskap om ulike bearbeidingsmåter og matteknologiske prosesser
- har kunnskap om kjøkkenhygiene
- har kunnskap om kulturelle variasjoner i mat og måltider
- har kunnskap om viktige kostholdsutfordringer blant barn og unge og hvordan skolen kan tilrettelegge for et helsefremmende kosthold
- har kunnskap om hvordan didaktiske modeller kan anvendes i planlegging, gjennomføring og vurdering av elevenes læringsarbeid i mat og helse

Ferdigheter:

Kandidaten

- kan planlegge, gjennomføre og vurdere undervisning i mat og helse med fokus på begynneropplæring, grunnleggende ferdigheter og elevers ulike behov og grunnleggende faglige og didaktiske valg
- kan anvende ulike matlagingsmetoder til å lage mat med fokus på helse, kulturelt mangfold og bærekraftig forbruk
- kan lage trygg mat, og redusere matsvinn og smitte gjennom mat
- kan bruke digitale verktøy og medier i undervisningen
- kan kritisk vurdere kostholdsinformasjon og undervisningsmateriell opp mot eksisterende forskning
- kan bruke fagbegreper og finne fram til, anvende og vurdere forskningsbasert kunnskap med relevans for faget mat og helse

Generell kompetanse:

Kandidaten

- kan se faget mat og helse i et tids- og samfunnsmessig perspektiv og forstå hvordan faget kan bidra til å utjevne sosial ulikhet i helse
- kan forstå, utøve og utvikle egen profesjonalitet som lærer i mat og helse og har innsikt i relevante fag- og profesjonsetiske problemstillinger
- kan anvende faget mat og helse som læringsmiljø og danningsarena

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 helsefaglig kompetanse som kan være nyttig i forbindelse med helsefremmende og forebyggende arbeid på ulike arenaer i samfunnet.

Opptakskrav og rangering

Fullført minimum to-årig lærerutdanning.

Ved opptak må søkere legge frem gyldig politiattest.

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 avlegge eksamen. Det brukes ulike vurderingsformer. Individuell skriftlig eksamen første halvdel av semesteret, og en avsluttende praktisk muntlig eksamen i gruppe med individuell karakter. Studentene skal kunne vise at de kan formidle fagstoff og vise til sammenhengen mellom teoretisk og praktisk kunnskap og samarbeid.

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

Studiet er basert på en forståelse av at studenter og lærer 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 forelesning, 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 som formål som stadig er gjenstand for pedagogiske overveielser.

Kull

2020

Emneoversikt

Emnekode	Emnets navn	S.poeng	O/V *)	Studiepoeng pr. semester
				S1(H)
2MMAHE30	Mat og helse 1	30	O	30
			Sum:	15

*) O - Obligatorisk emne, V - Valgbare emne

Emneoversikt

2MMAHE30 Mat og helse 1

Emnekode: 2MMAHE30

Studiepoeng: 30

Semester

Høst

Språk

Norsk

Krav til forkunnskaper

Ingen spesielle krav

Læringsutbytte

Ved bestått emne har studenten oppnådd følgende læringsutbytte:

Kunnskap

Studenten

- har kunnskap om fagets historie og har bred kunnskap om sentrale styringsdokumenter for faget
- har kunnskap om matvarer og deres betydning i norsk kosthold
- har kunnskap om ulike bearbeidingsmåter og matteknologiske prosesser
- har kunnskap om kjøkkenhygiene
- har kunnskap om kulturelle variasjoner i mat og måltider
- har kunnskap om viktige kostholdsutfordringer blant barn og unge og hvordan

skolen kan tilrettelegge for et helsefremmende kosthold

- har kunnskap om hvordan didaktiske modeller kan anvendes i planlegging, gjennomføring og vurdering av elevenes læringsarbeid i mat og helse

Ferdigheter

Studenten

- kan planlegge, gjennomføre og vurdere undervisning i mat og helse med fokus på begynneropplæring, grunnleggende ferdigheter og elevers ulike behov og grunnleggende faglige og didaktiske valg
- kan anvende ulike matlagingsmetoder til å lage mat med fokus på helse, kulturelt mangfold og bærekraftig forbruk
- kan lage trygg mat, og redusere matsvinn og smitte gjennom mat
- kan bruke digitale verktøy og medier i undervisningen
- kan kritisk vurdere kostholdsinformasjon og undervisningsmateriell opp mot eksisterende forskning
- kan bruke fagbegreper og finne fram til, anvende og vurdere forskningsbasert kunnskap med relevans for faget mat og helse

Generell kompetanse

Studenten

- kan se faget mat og helse i et tids- og samfunnsmessig perspektiv og forstå hvordan faget kan bidra til å utjevne sosial ulikhet i helse
- kan forstå, utøve og utvikle egen profesjonalitet som lærer i mat og helse og har innsikt i relevante fag- og profesjonsetiske problemstillinger
- kan anvende faget mat og helse som læringsmiljø og dannelsesarena

Innhold

- Fagets egenart, historisk utvikling og samfunnsoppgave
- Grunnleggende mikrobiologi, matvare og kjøkkenhygiene
- Matlovgivning og trygg mat
- Matvarekunnskap, matkvalitet og matvareforbruk i Norge
- Matlagingsteknikker og produksjonsprosesser
- Matens verdikjede
- Bærekraftig og etisk matvareforbruk
- Mat og måltider i et kulturperspektiv
- Kostanbefalinger og kostholdsplanleggeren
- Næringsstoffer og deres omsetning

- Ernæringsutfordringer blant barn
- Didaktiske og fagdidaktiske modeller
- Fagdidaktiske overveielser og refleksjoner
- Læreplananalyse og tilpasset opplæring
- Kostholdsinformasjon og undervisningsmateriell
- Food literacy og nutrition literacy

Arbeids- og undervisningsformer

Praktisk matlaging individuelt og i grupper med didaktisk refleksjon

- Dialogbasert forelesning
- Gruppearbeid og seminar
- Utstilling og ekskursjon
- Arbeid med digitale verktøy og media
- Selvstudium

Obligatoriske krav som må være godkjent før eksamen kan avlegges

- Praktisk gruppeoppgave med utstilling og soppsertifikat
- Demonstrasjon av praktisk ferdighet i par
- Individuell skriftlig oppgave med kostregistrering
- Gruppeoppgave om matens verdikjede
- Gruppeoppgave om studentstyrt undervisning
- Individuell didaktisk oppgave
- 80 % obligatorisk frammøte til undervisning i henhold til undervisningsplanen

Eksamen

4 timers individuell skoleeksamen

Individuell praktisk- muntlig eksamen

Vurderes med gradert bokstavkarakter fra A- F, der E er laveste ståkarakter

Ansvarlig fakultet

Fakultet for helse- og sosialvitenskap