

Fag: Mat og helse 1

Kode: MH130

Studiepoeng: 30

Vedtatt: Vedtatt av Avdelingsstyret i møte 20. april 2005 (sak A19/05)

Fagplanens inndeling:

- 1. Nasjonal rammeplan**
- 2. Innledning til lokal fagplan**
- 3. Innhold**
- 4. Organisering og arbeidsformer**
- 5. Vurderingsordning**
- 6. Pensum og kunnskapskilder**

1. Nasjonal rammeplan

Heimkunnskap (Mat og helse)

Formål og egenart

Kunnskap og bevissthet om kosthold, ernæring, forbruk og økonomi er viktig for å fungere godt i samfunnet. En oppgave for faget heimkunnskap er å ta vare på og utvikle den kompetansen gutter og jenter trenger for sitt dagligliv og for sitt framtidige arbeidsliv. Et av fagets siktemål er å bidra til en helsefremmende og forebyggende livsstil blant barn og unge.

Formålet med faget i allmennlærerutdanningen er å utvikle kompetanse for opplæring i heimkunnskap etter det gjeldende læreplanverket for grunnskolen. For å nå dette målet skal studentene tilegne seg solide ferdigheter og innsikt i matkultur, kosthold og ernæring, forbruk, økonomi, samhandling og livsstil. I studiet skal de utvikle kunnskap om fagets helsefremmende dimensjon og erfare de mulighetene det har som kultur- og miljøbærer i et flerkulturelt samfunn. Gjennom fagdidaktisk arbeid skal de utvikle evne til å vurdere, velge ut og legge til rette for læringsaktiviteter. Erfaring med ulike pedagogiske tilnærmingsmåter skal forberede studentene på en lærerrolle som fremmer elevenes dagliglivskompetanse og interesse for faget.

Målområder

Arbeidet med målområdene skal sikre et vekselspill mellom teoretisk kunnskap, praksiserfaring, faglig utvikling og didaktisk refleksjon.

Faglig og fagdidaktisk kunnskap

Studentene skal

- kjenne til fagets historie, idégrunnlag, innhold og metoder
- ha kunnskap om norsk ernæringspolitikk og om råvarer og matprodukter som er i samsvar med en bærekraftig utvikling, og de skal kunne anvende denne kunnskapen i opplæringen i grunnskolen
- kjenne til barns oppvekstvilkår i dag, familiestrukturer, familiens rolle i et moderne samfunn og betydningen av samarbeid mellom skole og hjem
- ha kunnskap om hygiene og rengjøring
- kjenne årsaker til rusatferd blant barn og unge
- kunne iverksette helsefremmende arbeid blant barn og unge

- ha kunnskap om bærekraftig forbruk og viktige lover og forskrifter som gjelder forbrukernes rettigheter og plikter

Å være lærer i heimkunnskap

Studentene skal

- kunne planlegge, organisere, gjennomføre, vurdere og kritisk analysere praktiske aktiviteter som dekker kosthold, ernæring, matkultur og matvarehygiene
- kunne praktisere og gi opplæring i prinsipper for god hygiene i et helse-, økonomi- og miljøperspektiv
- kunne lage tradisjonelle og moderne retter fra norsk, samisk og andre lands matkultur
- ha kunnskap om og kunne gjenkjenne tegn på spiseforstyrrelser
- kunne planlegge og gjennomføre faglige opplegg for å redusere bruken av tobakk og rusmidler blant barn og unge
- ha erfaring med utviklingsarbeid som grunnlag for faglige endringsprosesser
- kunne planlegge, organisere, gjennomføre, vurdere og kritisk analysere praktiske faglige og tverrfaglige aktiviteter, der vareundersøkelser, reklame, kommersiell påvirkning, innkjøp, pris, kvalitet, sikkerhet, miljø og disponible midler ses i sammenheng

Samhandling og refleksjon

Studentene skal

- kunne analysere og reflektere over egen læring og se den i sammenheng med elevenes læring i faget
- kunne analysere og reflektere over fagets helsefremmende og forebyggende oppgaver i dagens og framtidens samfunn
- kunne gjøre bruk av utviklingsarbeid som grunnlag for faglige endringsprosesser
- kunne sette faget inn i en flerfaglig og tverrfaglig sammenheng

2. Innledning til lokal fagplan Mat og helse

Mat og helse 1 (MH130) kan velges både av studenter som har fullført Heimkunnskap 1 (HK115) på 15 studiepoeng og studenter som ikke har fullført denne studieenheten. Innholdet i studiet tilpasses med ulike arbeidskrav rettet inn mot en felles eksamen MH130.

Studiet omfatter bredden i faget og kvalifiserer studentene til å undervise på alle trinn i grunnskolen. Mat og helse er et praktisk fag med et vidt fagområde, som bygger på både naturfaglig og samfunnsfaglig vitenskap.

Studiet bærer i seg en kulturarv knyttet til mat og måltider i hjem og samfunn til hverdag, høgtid og fest. Mat og helse vektlegger kultur-, håndverks- og opplevelsedimensjonen med fokus på praktiske ferdigheter, gjøremål og samhandling. Mat og helse er også et omsorgs-, helsefremmende og miljøbevarende fag.

Endringer i familiestrukturer gir faget et spesielt ansvar for overlevering av historiske og kulturelle verdier knyttet til hjem og familie med ulik kulturbakgrunn og tradisjoner.

Studieenheten omfatter holdninger til, ferdigheter i og kunnskaper om

- mat, matlaging, måltider og matkultur,
- ernæring og kosthold og spesialkost
- hygiene og matsikkerhet
- omsorgs og helsefremmende arbeid
- ressurs-, miljø og forbrukerspørsmål

Studiets egenart med praktisk arbeid, mat, kultur og måltider gir åpning for språk- og begrepsinnlæring, inkludering og flerkulturell forståelse. I tråd med samfunnsutviklingen er moderne teknologi, også hjemmets, sentralt i den studieenheten.

Fagplanen deles opp i tre målområder for studieenheten

- Faglig og fagdidaktisk kunnskap
- Å være lærer i Mat og helse
- Samhandling og refleksjon.

De tre målområdene har ulik rolle, men griper inn i hverandre. Det vil derfor ofte være vanskelig å avgjøre hvilket målområde man til enhver tid arbeider innenfor.

Det første målområdet sier hovedsakelig noe om det spesifikt faglige grunnlaget. Det andre har å gjøre med å utvikle en handlingskompetanse som lærer i Mat og helse og se muligheter for helhetstenkning og relasjoner til andre fag i skolen. Det tredje målområdet er knyttet til studentenes egen utvikling, for seg selv og i samarbeid med andre studenter, lærere og elever.

3. Innhold

Faglig og fagdidaktisk kunnskap

Det legges særlig vekt på emner som er sentrale på de ulike trinn i grunnskolefaget Mat og helse. Fagets ulike sider vil trekkes fram

- som et praktisk fag
- som kulturfag
- som dannelsesfag
- som helsefremmende fag
- som estetisk fag
- som forvaltningsfag
- som vitenskapsfag
- og fagemnenes historiske utvikling

Mat og helse er i seg selv tverrfaglig og kan brukes sammen med andre fag i større sammenhenger. Sentrale tema ernæring, praktisk matlaging, forvaltning, organisering. Innenfor kosthold og ernæring vil en bygge på statens anbefalinger og vitenskapelig forskning. IKT og annen teknologi vil benyttes innenfor alle fagemner, for eksempel kostberegningsprogram (Mat på data). Anvendelse av teknologiske hjelpemidler i hjem og yrkesfaglige sammenheng (induksjons- og gassovn, mikroovn, ulike kjøkkenmaskiner, osv.) settes i et økonomisk og miljømessig perspektiv.

I studiet vil en arbeide med holdninger til likestilling og likeverd generelt. Tilpasset opplæring og inkluderende arbeidsmiljø blir fokusert, samt jenters og gutters holdninger til oppgaver i hjemmet

Sentrale tema i studiet er:

- fagets historie og idégrunnlag
- mat og måltider til hverdags, fest og i friluft
- matkultur, mat og religion, spesialkost og dietter
- forståelse for sammenhengen mellom helse, livsstil og kosthold
- tradisjonelle og moderne retter fra norsk, samisk, og andre lands matkultur
- råvare og matvarekunnskap (-merking, -sikkerhet og -hygiene)
- teknikker i matlaging, hjemmets teknologi, kunnskap om utstyr og hjelpemidler
- ulike teorier for læring og undervisning i praktiske fag
- utvikling av profesjonskunnskap gjennom refleksjon over egne erfaringer
- drøfting og forståelse av læreplanverket for den 10-årige grunnskolen

Å være lærer i Mat og helse

Sentralt i dette målområdet er at studentene utvikler sine evner til å anvende den faglige og didaktiske kunnskapen i tilrettelegging for god undervisning.

Studentene vil få erfaring med ulike undervisningsmetoder og undervisningsmiljø der de blir stimulert til kommunikasjon og samarbeid samt utvikling av både praktiske og teoretiske kunnskaper.

Å være lærer i Mat og helse innebærer også å hjelpe elevene til å utvikle dagliglivskompetanse. Dette betyr overføring av gode holdninger, kunnskaper om å mestre eget liv og å ta vare på egen helse.

I praksisopplæring vil studentene oppleve varierte situasjoner med konkretiseringer i tilknytning til fagdidaktisk teori. Det er særlig viktig at studentene får anledning til å arbeide tema- og prosjektbasert med sentrering i faget. Studentene skal bli i stand til å legge til rette aktiviteter som passer for den enkelte elev. De må skaffe seg god forståelse for valg av framgangsmåter og hjelpemidler tilpasset elevenes behov for spesialkost, nivå og erfaringsbakgrunn.

Samhandling og refleksjon

Studentene skal presentere egne refleksjoner over sin utvikling av fagdidaktisk kompetanse. Faget er i en særstilling når det gjelder praktisk samhandling. Det holdningsskapende og helsefremmende perspektivet vil være utgangspunkt for ulike refleksjonsoppgaver. Det vil også bli arbeidet med holdninger til likeverd, likestilling og arbeidsfordeling i hjem og samfunn.

Grunnleggende ferdigheter i faget

I studieemnet skal de grunnleggende ferdighetene, som er integrert i kompetansemålene i grunnopplæringen, komme tydelig fram. De skal bidra til utvikling av og er en del av fagkompetansen.

4. Organisering og arbeidsformer

Studiet legges over ett semester. Detaljene i forbindelse med organisering av undervisningen finnes i semesterplanene. Studiet vil vektlegge studentaktivitet og induktive arbeidsformer i ulike gruppesammensetninger. I studiet legges det opp til noen mindre ekskursjoner.

Obligatorisk studiedeltaking

Følgende elementer av studiet er obligatorisk:

- innføring i studieprosessene
- innføring i teknikker, utstyr, redskaper, tekniske hjelpemidler og sikkerhet
- framlegg av prosjekter, forevisninger av og for medstudenter
- aktiviteter som krever samhandling, refleksjon
- arbeid i nettklasserom
- loggskrivning
- studievurdering

Det kreves avmelding fra praktiske økter av hensyn til innkjøp og organisering. Om en student er fraværende fra obligatorisk undervisning, fører dette til kompensatorisk arbeid som avtales med faglærer. Nærmere opplysninger om obligatoriske emner og undervisning blir gitt i semesterplanen.

Det vises ellers til avdelingens Regler for frammøte og studiegang ved Avdeling for lærer- og tolkeutdanning. Det er krav til arbeidsantrekk under praktiske aktiviteter. Materialpenger betales inn på tilsendt giro innen oppgitt frist.

Praksis

Praksis er en viktig del av studiet. For studenter i tredje studieår er det tre uker allmennpraksis med undervisningsopplegg knyttet til studieemnet, men med allmennpraksis fokus. For studenter i fjerde studieår er det to uker fagpraksis, se plan for fagpraksis.

5. Vurderingsordning

Obligatoriske arbeidskrav:

- En skriftlig fagdidaktisk oppgave i gruppe
- Forevisninger og framlegg for medstudenter
- Teknikktrening

Obligatoriske arbeidskrav vurderes med vurderingsuttrykkene godkjent/ikke godkjent. Endelig karakter blir ikke gitt før all obligatorikk er godkjent. Nærmere opplysninger om innleveringsfrister og krav til innhold vil bli gitt ved studiestart, i semesterplaner og gjennom studieåret.

Karakteren i faget fastsettes på grunnlag av to deler, som hver teller 50 %

Del 1

- Mappe med tre ulike arbeider utført innenfor ulike fagområder.
To av mappebidragene er individuelle. Krav til antall mappebidrag, omfanget av dem og andre mer spesifikke krav vil framgå av semesterplanen.

Del 2.

- Individuell praktisk-muntlig prøve

Både del 1 og del 2 må være bestått for å få karakter i faget. Ved fastsetting av endelig karakter er del 1 utslagsgivende.

6. Pensum, kunnskapskilder og hjelpemidler til eksamen

Pensumlistene produseres av biblioteket og finnes på følgende adresse

<http://www.alt.hist.no/biblioteket/> på avdelingens hjemmesider. Pensumlistene redigeres av biblioteket. Spørsmål rettes til faglig ansvarlig.