

MADKUNDSKAB

Formålet med undervisningen i madkundskab er, at eleverne gennem alsidige læringsforløb tilegner sig kundskaber og færdigheder, der gør dem i stand til at varetage eget liv som voksen. Eleverne skal opnå praktiske færdigheder, æstetiske erfaringer og forståelse af egen og andres madkultur. Derudover arbejdes der med forskellige madkulturers etyding, set forhold til sundhed, samt ressource- og miljøproblemer og livskvalitet for den enkelte og andre.

Gennem praktiske og teoretiske opgaver skal eleverne have mulighed for at udvikle livsglæde og erkendelse, så de selv og i fællesskab med andre, kan tage kritisk stilling til sund praksis som borgere i samfundet.

Undervisningen skal forberede eleverne til at tage del i og medansvar for problemstillinger vedrørende mad, husholdning og forbrug i relation til kultur, sundhed og livskvalitet samt bæredygtighed. Undervisningen skal lægge op til, at eleverne oplever værdien af et fællesskab og samarbejde, der bygger på ligestilling og demokrati.

Slutmål for faget madkundskab efter 9. klasses trin

Sundhed: Kost, ernæring og hygiejne

Undervisningen skal give eleverne mulighed for at tilegne sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at:

- redegøre for energibehov og energigivende stoffers, fibres, vitaminers og mineralers ernæringsmæssige betydning
- vurdere, planlægge og tilberede dagskost, måltider og retter ud fra kost anbefalinger
- redegøre for mikroorganismers forekomst, betydning, vækstbetingelser og spredning samt have en forståelse af de almindeligste opbevarings- og konserverings-principper.
- anvende almene hygiejneprincipper ved tilberedning, opbevaring og konservering af fødevarer.

Madkultur: madlavning og måltider

Undervisningen skal give eleverne mulighed for at tilegne sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at:

- tilberede fødevarer efter grundlæggende madlavningsteknikker og -metoder
- sammensætte og tilberede enkle retter og måltider, der er kendetegnende for forskellige situationer, historiske perioder og kulturer
- planlægge indkøb og arbejdsproces
- forstå mad og måltider i et socialt, kulturelt og historisk perspektiv

- reflektere over samspil med følelser, individuelle erfaringer og kultur samt det æstetiske i forbindelse med fødevarer og måltider
- tage stilling til madens og måltidets betydning for sundhed og livskvalitet.

Samfund: ressourcer, miljø og etik

Undervisningen skal give eleverne mulighed for at tilegne sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at:

- sætte navne på almindeligt anvendte råvarer/fødevarer og inddele dem i fødevarergrupper
- eksperimentere med ingredienser og metoder med henblik på at få indsigt i fødevarers madtekniske egenskaber
- vurdere en vare ud fra en varedeklaration og have kendskab til mærkningsordninger
- forstå fødevarers vej fra jord bord
- forholde sig til og vurdere forskellige fødevarers sundhedsmæssige kvalitet
- kende til forbrugerens rettigheder og pligter i.f.m indkøb og anvendelse af varer
- analysere faktorer, der styrer vores forbrug og kostvaner
- forklare madens, forbrugets og hygiejnens/husholdningens betydning for miljø, sundhed og livskvalitet
- tage kritisk stilling som forbruger, og anvende principper for bæredygtig husholdning.

Læseplan

Udover grundforløbet (2 moduler) medtænkes madkundskab i: tværfaglige samarbejder i forbindelse med projekter og fællesemner; faget Natur/teknik; på skolens §7 dage samt i uge 41, hvor hele skolen arbejder med temaet sundhed, og hvor væsentlige punkter af fagets kerneområder kan belyses. En lang række temaer fra madkundskab finder naturligt plads i den daglige undervisning f.eks. planlægning af en klassefest eller en hyttetur. Endvidere er det let at forestille sig at ernæring og spisevaner er en del af emnet, hvis man i 1.- 6. klasse f.eks. arbejder med et fremmed land.

Fra 7. - 9. klasse er det også muligt på alsidig vis, at inddrage elementer fra madkundskabsundervisningen f.eks. i arbejdet med ressource- og miljøproblemer, som en del af geografi, biologi og samfundsfag.

Eleverne skal arbejde med at

- tilegne sig viden om energibehov, fedt, kulhydrater og protein, fibre, vitaminer og mineraler
- planlægge, sammensætte og tilberede måltider/dagskost ud fra kostenbefalinger og kostråd

- beregne, justere og vurdere mad og måltider i ernæringsmæssig henseende, fx ved anvendelse af it
- tilegne sig viden om mikroorganismers forekomst, betydning, vækstbetingelser og spredning samt de almindeligste opbevarings- og konserveringsprincipper
- indøve metoder og teknikker i forbindelse med personlig hygiejne og køkkenhygiejne, f.eks. opvask samt rene redskaber og tekstiler, foruden at adskille råvarer samt opvarme og afkøle korrekt
- anvende enkle opbevarings- og konserveringsprincipper, fx køling, frysning og sur/sød syltning
- overveje sammenhænge mellem kost- og hygiejnevener og sundhed samt formulere egne valg og handlemuligheder i forhold til sundhed.
- øve tilberedning af forskellige fødevarer efter grundlæggende madlavningsteknikker og -metoder
- læse, forstå og anvende forskellige opskrifter
- planlægge indkøb og arbejdsprocesser
- tilegne sig forståelse af mad og måltider i et socialt, historisk og kulturelt perspektiv
- sætte ord på sansemæssige oplevelser af fødevarer og måltider
- eksperimentere med fødevarerens sammensætninger, metoder og krydringer med henblik på at skabe æstetiske indtryk og udtryk
- anrette og præsentere forskellige fødevarer og retter ud fra både æstetiske og sundhedsmæssige kriterier
- rubricere fødevarer, sætte betegnelse på og beskrive deres karakteristika
- eksperimentere med fødevarers reaktion og forandring under de grundlæggende tilberedningsmetoder og forklare, hvad der sker
- lære at læse og anvende varedeklarationer og kende andre former for mærkning af varer
- sammenligne og vurdere varer i forhold til kvalitetskriterier
- få kendskab til forbrugerens rettigheder og pligter og til forbrugerinstitutioner
- tilegne sig forståelse af fødevarers oprindelse, behandling fra jord til bord og bortskaffelse samt viden om deres kvalitet
- forklare madens, forbrugets og hygiejnens/husholdningens betydning for miljø, sundhed og livskvalitet at anvende principper for bæredygtig husholdning
- analysere og drøfte faktorer af samfundsmæssig, kulturel og æstetisk art, der har betydning for forbrug, mad/kostvaner og husarbejde
- drøfte etiske problemstillinger og handlemuligheder knyttet til forbrugets, madvanernes og husarbejdets betydning for ressourcer og miljø, dyrevelfærd og menneskers sundhed og livskvalitet
- handle som bevidste og kritiske forbrugere og husholdere
- opleve med alle sanser, fortolke egne oplevelser, udvikle fantasi og kreativitet og udtrykke sig æstetisk og skabende
- arbejde praktisk, eksperimenterende og håndværksmæssigt