

UNDERVISNINGSPLAN

DEL- OG SLUTMÅL

MADKUNDSKAB BH.KL. - 9. KLASSE



Formål:

Eleverne skal i faget madkundskab tilegne sig færdigheder og viden om mad, smag, sundhed, fødevarer, madlavning, måltider og fødevarernes produktion. Igennem alsidige undervisningsforløb skal eleverne udvikle kompetencer og praktiske færdigheder inden for madlavning og kunne eksperimentere med såvel råvarer, opskrifter og retter. Eleverne skal kunne foretage kritisk reflekterede madvalg på baggrund af viden om fødevarer, sæson, oprindelse, sundhedsværdi, produktionsformer og bæredygtighed.

Eleverne skal igennem skoletiden opleve værdien af et fællesskab omkring måltider, herunder skal de lære at tage del i og opleve medansvar for problemstillinger, der vedrører mad, madvalg, madlavning og måltider i relation til kultur, trivsel, sundhed og bæredygtighed.

Børnehaveklassen

Fra råvare til måltid

To gange om ugen laver børnehaveklassen mad og spiser sammen. Der er en fast grøddag og en bål suppedag. Vi lægger vægt på, at børnene er med i hele processen, så de f.eks. valser havre på en lille håndvalse til grøden og maler korn til mel, som bruges i det brød, der spises til suppen. Vi prioriterer råvarer af god kvalitet – altid økologiske, og også gerne biodynamiske. Afhængig af årstiden laver vi f.eks. æblemos og blommekompot til at komme ovenpå grøden. I forbindelse med fejring af årstidsfester, er der ofte en særlig spise, som knytter sig til festen – det kan være æg og karse til påske, og hyldebær suppe til Skt. Michaelsfesten. I sensommeren har vi en tur til en bondegård, hvor vi hjælper med at høste grønsager. På den måde får eleverne en forståelse af, hvor råvarerne kommer fra, og at forskellige grønsager og frugt er i sæson. Ved måltidet synger vi ved start og slut, og har fokus på madro og bordskik. Disse gode vaner fortsætter i den følgende klassesetrin.

1. - 3. klasse

Som overgang mellem arbejdsstund og spisestund, rydder eleverne deres borde, og rejser sig bag deres stol for sammen med deres klasse at synge eller sige bordvers. Hermed markeres måltidet som værende noget særligt, og eleverne opmuntres til at finde ro omkring denne stund.

Klasselæreren taler ved givne lejligheder om sund mad, madvaner og søvn, ligesom det også er et kontinuerligt emne på forældremøderne.

I 1. og 2. klasse har, sammen med børnehaveklassen, en projektuge i sensommeren, hvor høsttiden er tema. Bondegårdsbesøg er en del af ugen. Der hjælper de med at høste f.eks. gulerødder, rødbeder, kartofler og græskar. Næste dag laves der suppe af nogle af de høstede grøntsager. Der presses

æblemost, bages brød og ugen sluttet af med en høstfest, hvor alle medbringer noget til det fælles bord.

I 3. klasse tager klassen ud og høster korn – helst hvede - på en nærliggende mark. I den efterfølgende tid bliver det tærsket med plejl, rensset og malet til mel, inden der til sidst bages af melet. Ofte vil klassen også i denne periode kærne smør, lave marmelade eller lignende, inden klassen til sidst fejrer høsten med et festmåltid. Dette år med mad de selv har fulgt fra jord til bord i alle processer.

4.-8. klasse

Som udgangspunkt er det eleverne selv, der laver mad, når de er på lejrture i 4.-8. klasse. På mellemtrinnet deltager eleverne selv i planlægningen af måltiderne og opnår herigennem viden om måltidernes sammensætning og valg af råvarer.

I Menneskekundskab I i 7. klasse arbejder eleverne med kostens sammensætning og de anbefalede kostråd. De lærer desuden de forskellige fødevarermærkninger at kende og gennemgår grundlæggende næringsgrupper samt vitaminer og mineraler. I perioden tages der også udgangspunkt i kostrådene igennem tiden, og eleverne diskuterer rådernes formål og samfundsændringer, der kan indvirke på begrebet sundhed.

I kemiperioden i 8. klasse arbejdes der med madens kemi. Eleverne opnår grundlæggende viden om madlavningens fysik og kemi gennem teoretisk og eksperimentelt arbejde. De arbejder med madvaredeklarationer og hvordan disse aflæses, ligesom de også opnår viden om fødevarernes næringsindhold og tilsætningsstoffer.

9. klasse

I 9. klasse deltager eleverne på en fast studietur, hvor de indlogeres på et biodynamisk landbrug og har landbrugspraktik på gården. Praktikken indbefatter alsidigt arbejde igennem alle landbrugets facetter; herunder beskæring og høst af forskellige afgrøder, frugttræer og buske, pasning og evt. malkning af køer. Centralt for landbrugsturen er, at eleverne på hold har ansvaret for at lave mad til klassen samt landbrugets beboere og ansatte. I løbet af turen og praktikken på gården, lærer eleverne om hele processen fra jord til bord og arbejder hovedsageligt med fødevarer og produkter fra gårdens egen avl og høst. Som led i madlavningsopgaven på gården får eleverne brug for at kunne vurdere hensigtsmæssig kostsammensætning ud fra rammer om fødevarertilgængelighed, mængder og anvendelse. Eleverne lærer om, og anvender, hygiejneprincipper for madlavning i løbet af praktikkens arbejde med madlavning.

Slutmål efter 9. klasse

Mad og sundhed

Overordnet er det et mål, at eleven kan træffe begrundede madvalg i forhold til sundhed.

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- kunne omsætte viden om sund mad i madlavningen
- kunne vurdere egne madvalg i forhold til sundhed, trivsel og miljø

- kunne redegøre for energibehov og ernæring i forhold til egen sundhed
- kunne anvende kostanbefalinger til madlavning og måltidssammensætning
- kunne anvende almindelige hygiejneprincipper i madlavningen
- kende til principper for opbevaring og konservering

Fødevarebevidsthed

Overordnet er det et mål, at eleven kan træffe begrundede madvalg i forhold til kvalitet, smag og bæredygtighed.

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- kunne redegøre for almindelige råvarers smag og anvendelse
- kunne tage hensyn til råvarers fysisk-kemiske egenskaber
- kunne analysere fødevaregruppers vej fra jord til bord og til jord igen
- have viden om fødevaregruppers bæredygtighed
- kunne vurdere miljømæssige konsekvenser af madhåndtering
- kunne aflæse madvaredeklarationer og fødevaremærkninger
- have viden om madvaredeklarationers og mærkningsordningers formål
- kunne vurdere næringsindhold og tilsætningsstoffer
- kunne vurdere fødevarers kvalitet
- kunne vurdere madforbrug i relation til kvalitet, hverdagsliv, æstetik og markedsføring

Madlavning

Overordnet er det et mål, at eleven kan anvende madlavningsteknikker og omsætte idéer i madlavningen.

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- have viden om køkkenredskaber, arbejdsprocesser samt fagord og begreber i en opskrift samt at kunne lave mad efter opskrift
- kunne udvikle opskrifter
- kunne lave mad ud fra viden om grundmetoder i madlavning
- kunne kombinere grundmetoder og teknikker i madlavning
- have viden om madlavningens grundlæggende fysik og kemi

Måltid og madkultur

Overordnet er det et mål, at eleven kan fortolke måltider med forståelse for værdier, kultur og levevilkår

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- kunne opbygge måltider til både hverdag, fest og andre anledninger
- have viden om mad- og måltidskulturer
- have viden om tids- og stedsbestemte mad- og måltidskulturer