



Slutmål

1. Eleverne skal kunne arbejde praktisk med tilberedning af mad og servering
 - a. Kolde retter (smørebrød, salater mv.)
 - b. Varme retter
 - c. Bagværk
 - d. De skal gøre sig erfaringer med og forholde sig til
 - smag og æstetik
 - tradition og kultur
 - e. De skal kende og forstå substansen i køkken- og fødevarerhygiejne
 - f. De skal kende og forstå substansen i forskellige former for lagring af fødevarer

2. Eleverne skal kunne planlægge og foretage indkøb ud fra en vurdering af aktuelt relevante perspektiver:
 - a. Praktiske forhold (antal spisende, køkkenfaciliteter, vareudbud, transportmuligheder, opbevaringsmuligheder, ...)
 - b. Varernes kvalitet og oprindelse, herunder vurdering ud fra varedeklaration og mærkning
 - c. Sundhed
 - d. Økonomi
 - e. Miljø, ressourcer og etik (samfund)

3. Eleverne skal have viden om og kunne forholde sig reflekterende og kommunikativt til
 - a. Ernæring og sundhed (vitaminer, mineraler, proteiner, fedt og kulhydrater)
 - b. Kost og motion (forbrænding, kredsløb, muskler og knogler)
 - c. Kost og livsstil (sundhedsfremmende/sundhedsskadelig livsstil)
 - d. Kost, sundhed og levevis set i et samfundsmæssigt, kulturelt, geopolitisk og historisk perspektiv
 - e. Bæredygtig husholdning set i et samfundsmæssigt, kulturelt, geopolitisk og historisk perspektiv

Undervisningen

1. *Lejrskoler og rejser samt besøg fra udlandet*

Alle klasser er på lejrskole hvert år.

 - a. Indskolingen
 - Planlægning af måltiderne på lejrskolen
 - Deltagelse i madlavning og øvrige praktiske gøremål i fællesskab med de voksne

- b. Melletrinnet
 - Planlægning, indkøb, madlavning, rengøring mv. i fællesskab med de voksne
- c. Overbygningen
 - Eleverne bor privat i Tyskland og Polen og møder her andre madkulturer
 - Eleverne får besøg af de tyske og polske venskabsklasser og er værter ved fællesspisninger på Lilleskolen. (Planlægning, indkøb, praktisk madlavning)

2. Tværfaglig undervisning

- a. Indskolingen
 - Besøg i Jernalderlandsbyen
 - Madlavning og brødbagning
- b. Melletrinnet
 - Tværfagligt med engelsk
 - Kost og levevis i England
- c. Overbygningen
 - Tværfaglig med engelsk
 - Kost og levevis i USA

3. Fællesemner for hele trinnet

- a. Indskolingen

Indskolingen har 2 fællesemner á 1,5 uge pr. år. I eksemplerne herunder er kun medtaget det indhold, som er relevant i forhold til fagområdet *Kost, krop og samfund*.
Eksempler inden for en 3-årig periode

 - Olympiade
 - Muskler og knogler
 - Græsk madlavning
 - Teori om kost
 - Krop og sundhed
 - Hvad er sund mad og hvad er usundt?
 - Tilberedning af sund mad og fællesspisning
 - Hvordan styrker man knogler og muskler?
 - Sportsaktiviteter med måling af puls
 - Fugle
 - Slagtning af høns
 - Hygiejne og salmonellabakterier
 - Tilberedning af hønsekødsuppe
 - Fællesspisning
 - Ulandskalenderen – Papua
 - Madlavning efter opskrifter fra Papua

- Gamle dage
 - Bygning af små ovne af ler. Der fyres op forneden og steges pandekager foroven.
- b. Melletrinnet

Melletrinnet har 2 fællesemner á 2 uge pr. år plus Grøn uge. I eksemplerne herunder er kun medtaget det indhold, som er relevant i forhold til fagområdet *Kost, krop og samfund*.

 - *Kost og sundhed*

Temaet gentages hvert år, dog med forskellig perspektivering, da det er fælles for de 3 årgange på trinnet. Et eksempel:

Kost og bevægelse:

 - Madlavning, sund mad – praktisk og teoretisk
 - Fast food – varedeklarationer, protein, fedt og kulhydrater
 - Slik og søde sager – varedeklarationer, sukker og tilsætningsstoffer
 - Krop og bevægelse – praktisk og teoretisk (muskler og forbrænding)
 - *Historisk, samfundsfagligt, kulturelt eller geografisk emne*

Årligt tilbagevendende med fokus på forskellige temaer, da det er fælles for de 3 årgange på trinnet. Et eksempel:

Middelalderen

 - Praktisk fremstilling af ”middelaldermad”
 - Teoretisk: Kost og sundhed i middelalderen
 - *Grøn uge*

En uge på Hollufgård eller i naturen hvert år med forskellige temaer, dog altid:

 - Mad over bål. Fx pandekager tilsat smag fra skoven: brændenælder, skvalderkål, brombær ...
- c. Overbygningen
 - Mennesker og tro

Temaet er bredspektret og indeholder bl.a.:

 - Forskellige kulturers kost og levevis, herunder praktisk madlavning i samarbejde med kvinder fra forskellige kulturer

4. Naturfag,

Naturfag på Lilleskolen Odense rummer de væsentligste teoretiske områder af *Kost, krop og samfund* jf. fagbeskrivelsen for naturfag på Lilleskolens hjemmeside:

- a. Indskolingen
 - Hovedområde 6: Mennesket
 - Kroppen, ydre og indre dele
 - Hovedområde 7: Kost og ernæring
 - Stege, koge, sylte og bage i praksis
 - Hovedområde 10: Samfund og miljø
 - Dansk landbrug: afgrøder, husdyr, produkter

- Affald og genbrug
- b. Melletrinnet
- Hovedområde 6: Mennesket
 - Åndedræt og fordøjelsessystemet. Sund levevis
 - Vigtige organsystemer, bl.a. kredsløbet
 - Kredsløb og motion
 - Menneskets forskellige levevilkår forskellige steder på jorden
 - Hovedområde 7: Kost og ernæring
 - Andre kulturers levevis vs. vores
 - Kost og motion
 - Kost og livsstil
- c. Overbygningen
- Hovedområde 6: Mennesket
 - Kroppens ydre og indre fysiologi og funktion
 - Biologiske baggrunde for sundhedsproblemer, herunder livsstil og motion
 - GMO – etik, risici og fordele
 - Hovedområde 7: Kost og ernæring
 - Kroppens energiomsætning: opbygning, nedbrydning og anvendelse af fedt, proteiner og kulhydrater i kroppen
 - Fødevarerproduktion vha. gæring, katalyse og konservering.
 - Tilsætningsstoffer, sprøjtet, beriget og bestrålet mad
 - Hovedområde 10: Samfund og miljø
 - Industrilokaliseringen i verden i forhold til råstoffer, transport og markeder. Ressourceforbrug, miljø og affaldsmængde. Råvareproduktionens og naturgrundlagets sammenhæng i et område. Dyrkningsmønstre og indflydelse på miljø og naturforholdene. Bæredygtig udvikling og naturforvaltningen. Rige og fattige regioner.
 - Miljømæssige konsekvenser og sundhedsproblemer i forbindelse med samfundets forbrugsmønstre og udnyttelse af naturgrundlaget
 - Levestandard: erhverv, økonomi, levevilkår, levevis, værdier og normer.