

AALBORG STEINERSKOLE

UNDERVISNINGSPLAN FOR MADKUNDSKAB

KLASSETRIN MED UNDERVISNING | 1. - 9. klasse

FORMÅL MED UNDERVISNING I FAGET

Fokus på fødevarer og måltider er væsentlige for sundhed, velvære, egenaktivitet og bæredygtighed. Vejen fra jord til bord hører for os med til Madkundskab som fag. Viden om økologi og erfaringer om, hvor maden kommer fra, og om dyrkning og forædling er en integreret del af faget. Dette bidrager til, at eleverne tilegner sig en oplevet indsigt, som styrker evnen til at foretage valg vedrørende ernæringsspørgsmål og i at se konsekvenserne af disse valg.

Mad og ernæring berøres i mange forskellige tværfaglige områder og i praksis. Omsorg og omtanke står centralt, når det handler om planter og dyr – og ligeledes glæden over det skønne. Væsentligt er også den daglige oplevelse af måltidets betydning og egenværdi. Erfaringerne bliver trinvist bearbejdet i bevidstgørelsen af de mange ernæringsspørgsmål af sundhedsmæssig, økologisk, social, etisk, økonomisk og praktisk art. Målet er udvikling af elevernes evne til selvstændig vurdering og omtanke, både i forhold til egen sundhed og i forhold til at bidrage til udvikling af en sund lokal og global madproduktion.

At lave mad til andre er en vigtig arena for samarbejde og social læring. Vi næres ikke kun igennem madens indholdsstoffer, men også igennem helheden af et måltid i fællesskab, hvor gode råvarer er tilberedt til en menu, som taler til alle sanser, og som vækker glæde i fællesskabet. Vores madvaner reflekterer ikke kun individuelle valg, men også kulturelle og religiøse udtryk. De er på den måde en central del af vores identitet. Fra hverdagens enkle spisepause til de store festlige arrangementer kan måltiderne være omkranset af eftertanke og taknemmelighed. Måltider indtager man sammen, man serverer for andre, venter på sin tur, lærer at se andres behov. Et grundlæggende mål i faget er at oparbejde gode måltidsvaner. I et flerkulturelt

AALBORG STEINERSKOLE

samfund er viden om og respekt for madtraditioner i forskellige kulturer central. Større mangfoldighed i fødevaremarkedet stiller større krav til forbrugerens evne til at foretage bevidste kvalitetsvalg, både i forhold til madlavning, egen sundhed og miljø.

FAGETS KOMPETENCEOMRÅDER OG SLUTMÅL	
Kompetenceområde	Slutmål efter 9. klasse
Mad og sundhed (MS)	Slutmålet er, at eleven kan <ul style="list-style-type: none">foretage begrundede madvalg i forhold til sundhed.
Fødevarebevidsthed (F)	Slutmålet er, at eleven kan: <ul style="list-style-type: none">foretage begrundede madvalg i forhold til kvalitet, smag og bæredygtighed.
Madlavning (M)	Slutmålet er, at eleven kan: <ul style="list-style-type: none">anvende madlavningsteknikker og omsætte idéer i madlavningen.
Måltid og madkultur (MM)	Slutmålet er, at eleven kan: <ul style="list-style-type: none">fortolke måltider med forståelse for værdier, kultur og levevilkår.

AALBORG STEINERSKOLE

FAGETS UDVIKLING OG KOMPETENCEMÅL			
Klasse	Indhold og fokus	Kompetence-område	Delmål
1.-3. klasse			
	<p>Madkundskab og -kultur er en integreret del af skolens liv. Maden, ernæringen og sundheden er centrale i flere undervisningsperioder gennem hele skoleforløbet, og det starter allerede i de yngste klasser (MM). Her er inddrages naturen i stort omfang, og eleverne tilbringer meget tid udendørs, hvor der også er fokus på indsamling af spiselige råvarer – fx indsamling af æbler og efterfølgende selv lægge kræfter i at moste dem (M).</p> <p>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 (MM). Klasselæreren taler ved givne lejligheder om sund mad, madvaner og søvn, ligesom det også er et kontinuerligt emne på forældremøderne (MS, MM).</p> <p>I løbet af 1. og 2. klasse arbejdes der med høsttiden som tema. Der planlægges typisk et bondegårdsbesøg, hvor eleverne kan prøve kræfter med at høste, fx gulerødder, rødbeder, kartofler og græskar. Efterfølgende laves der suppe af nogle af de høstede grøntsager. Der presses</p>	<p>Mad og sundhed (MS)</p>	<p>Eleven kan...</p> <ul style="list-style-type: none"> • have en idé om typer af sunde madvarer (primært grøntsager og frugt). • praktisere regler for god hygiejne og vide, hvorfor de er vigtige sundhedsmæssigt.
		<p>Fødevarerbevidsthed (F)</p>	<p>Eleven kan...</p> <ul style="list-style-type: none"> • kende frugter og grøntsager. • kende husdyr og husdyrprodukter. • kende almindelige kornsorter. • have kendskab til dyrkning og forædling af kendte madvarer.
		<p>Madlavning (M)</p>	<p>Eleven kan...</p> <ul style="list-style-type: none"> • have erfaring med indsamling af spiselige råvarer fra naturen. • have erfaring med tilberedning af råvarer fra naturen, fx moste æbler. • undersøge, hvordan forskellige råvarer og madvarer smager.
		<p>Måltid og madkultur (MM)</p>	<p>Eleven kan...</p> <ul style="list-style-type: none"> • bidrage til trivsel i sammenhæng med måltiderne.

AALBORG STEINERSKOLE

<p>æblemost, bages brød og til den årlige høstfest står de yngre klasser for at servere smør, de selv har kæret (F, M, MM).</p> <p>I 3. klasse er der fortsat fokus på høsten, men her er det kornhøsten, der er i fokus. Eleverne ser og mærker forskellige typer af korn – gerne ude på en mark, men alternativt bragt ind i klassen. Der arbejdes også med, at eleverne gør sig forsøg med at male korn til mel og efterfølgende bage brød af det maledede mel (M). På denne måde har eleverne fulgt maden fra jord til bord i alle processer (MM).</p>		<ul style="list-style-type: none"> • dække og pynte bord på en indbydende måde. • planlægge og gennemføre en årstidsrelateret fest eller andet arrangement sammen med andre.
4.-6. klasse		
<p>Zoologiperioden i 4. klasse omhandler bl.a. dyr, fødevalg og fødekæder (F). Også i forbindelse med kulturperioden om vikingetiden tilberedes der vikingemåltider over bål og i gløder, og de serveres og spises i den fri natur (M, MM).</p>	<p>Mad og sundhed (MS)</p>	<p>Eleven kan...</p> <ul style="list-style-type: none"> • give eksempler på sammenhænge mellem madvaner og sundhed. • have idéer om sammensætning af sunde morgenmads-, frokost- og mellemmåltider.
<p>I forbindelse med botanikperioden i 5. klasse, hvor eleverne gennem skildringer af planteriget i mødet med dem i deres lovmæssige sammenhæng med miljøer, får bevidsthed om den spiselige del af planteriget (fx svampe og spiselige blomster). Dermed er der et særligt fokus på at øge elevernes fødevarerbevidsthed i forhold til bæredygtighed (F).</p>	<p>Fødevarerbevidsthed (F)</p>	<p>Eleven kan...</p> <ul style="list-style-type: none"> • undersøge forskellige madvarer med hensyn til kvalitet og miljø. • vælge og agere med respekt for naturens kredsløb.
<p>I forbindelse med en hovedfagsperiode i Geografi i 6. klasse beskrives lande i Europa bl.a. gennem madkulturen - eleverne serverer enkle specialiteter fra et europæisk land</p>	<p>Madlavning (M)</p>	<p>Eleven kan...</p> <ul style="list-style-type: none"> • følge opskrifter og lave retter af lokale råvarer fra have og natur. • anvende regning for at øge eller reducere mængden i opskrifter. • lave god og næringsrig mad af enkle råvarer.

AALBORG STEINERSKOLE

<p>og oplever på denne måde stedsbestemte mad- og måltidskulturer (MM).</p>		<ul style="list-style-type: none"> • lave mad i naturen ved at bruge naturen som ressource.
<p>I 5. eller 6. klasses afholdes et længerevarende madlavningsforløb i lånte madlavningslokaler, hvor der undervises i konkrete madlavningsteknikker, i brug af forskellige køkkenredskaber, og eleverne skal opøve evnen til både at kunne arbejde ud fra en madopskrift og til at improvisere og idéudvikle i madlavningen (M).</p>	<p>Måltid og madkultur (MM)</p>	<p>Eleven kan...</p> <ul style="list-style-type: none"> • kende til, hvad et kulturlandskab er, og hvordan man kan passe på det. • være bevidst om stedsbestemte mad- og måltidskulturer.
<p>7.-9. klasse</p>		
<p>I menneskekundskabsperioden i 7. klasse arbejder eleverne med kostens sammensætning og de anbefalede kostråd (MS). De lærer desuden de forskellige fødevaremærkninger 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 (MS, F).</p> <p>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 (MS, F).</p> <p>I økologiperioden, der er en del af undervisningen i Biologi, er der et fokus på helheden i skabelsen og varetagelsen af bæredygtighedsprincipper i praksis. Her trækkes tråde tilbage til den tidlige undervisning, men nu på et mere</p>	<p>Mad og sundhed (MS)</p>	<p>Eleven kan...</p> <ul style="list-style-type: none"> • vide, hvilke næringsstoffer centrale madvarer indeholder. • have kendskab til tilsætnings-, konserverings- og aromastoffer i madvarer. • forstå og forholde sig til indholdsdeklarationer på indkøbte madvarer. • drøfte, hvordan forskellige markedsføringsmetoder kan påvirke valget af madvarer. • forholde sig til næringsrelaterede sygdomme, misbrug og afhængighed. • anvende kostanbefalinger.
	<p>Fødevarebevidsthed (F)</p>	<p>Eleven kan...</p> <ul style="list-style-type: none"> • kende til grundprincipperne inden for biodynamisk, økologisk og traditionel fødevareproduktion. • sammenligne brug af energi i forhold til forskellige produktionsmetoder, herunder vurdere madvarernes kvalitet inden for det globale varemarked.

AALBORG STEINERSKOLE

<p>intellektuelt niveau, omkring landbrugets og kulturplanternes udvikling, kulturlandskabets historie, opdagelse af kunstgødning, forskellige syn på landbrug og samfund, der alt sammen er begrundet i menneskets positive plads i naturen, mennesket som kulturskaber og forædler (F). Endelig er det også altid den ældste klasse, der har ansvaret for at indsamle (gerne selv høste) grønsager til og efterfølgende lave den traditionsrige høstsuppe, der serveres for hele skolen til den årlige høstfest (M, MM).</p>		<ul style="list-style-type: none"> vurdere og vælge madvarer ud fra etiske og bæredygtige kriterier.
	Madlavning (M)	<p>Eleven kan...</p> <ul style="list-style-type: none"> planlægge og lave et sammensat måltid.
	Måltid og madkultur (MM)	<p>Eleven kan...</p> <ul style="list-style-type: none"> servere et måltid til en årstidsfest med inviterede elever og forældre. give eksempler på, hvordan madredskaber og madkultur har ændret sig over tid. drøfte udfordringer knyttet til globalisering af madkulturen.