

# **Vores fagplaner følger slutmålene for faget Hjemkundskab.**

## **Efter 4./5./6./7. klassestrin**

### **Sundhed**

#### **Kost, ernæring, hygiejne**

Undervisningen skal lede fremmod, at eleverne har tilegnet 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 kostenbefalinger og digitale kostberegninger
- redegøre for mikroorganismers forekomst, betydning, vækstbetingelser og spredning samt have en forståelse af de almindeligste opbevarings- og konserveringsprincipper
- anvende almene hygiejneprincipper ved tilberedning, opbevaring og konservering af fødevarer.

#### **Kultur – æstetik – livskvalitet**

#### **Madlavning og måltider**

Undervisningen skal lede fremmod, at eleverne har tilegnet 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
- få en forståelse af mad og måltider i et socialt, kulturelt og historisk perspektiv
- eksperimentere med fødevarersammensætninger og krydringer med henblik på at skabe æstetiske indtryk og udtryk
- reflektere over og sætte ord på sansemæssige oplevelsers 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 for én selv og for andre.

#### **Samfund – ressourcer og miljø – etik**

#### **Fødevarer, forbrug, hygiejne**

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

- sætte navne på almindeligt anvendte råvarer/fødevarer og inddele dem i fødevarergrupperne
- eksperimentere med ingredienser og metoder med henblik på at få indsigt i fødevarers mad tekniske egenskaber
- vurdere en vare ud fra en varedeklaration og have kendskab til mærkningsordninger

- få en forståelse af fødevarers vej fra jord til bord (oprindelse, sæson, produktion, distribution, indkøb, anvendelse og bortskaffelse)
- analysere forskellige fødevarergrupperes kvalitet i forhold til smagsmæssige og madtekniske egenskaber, sundhed, miljø, etik og pris
- kende til forbrugerens rettigheder og pligter i forhold til indkøb og anvendelse af varer
- analysere faktorer, der styrer vores forbrug, kostvaner og husarbejde, herunder udviklingen i vareudbud, teknologi og markedsføring, tid, kræfter og ressourcer i hverdagen samt kulturelle og æstetiske aspekter
- forklare madens, forbrugets og hygiejnens/husholdningens betydning for miljø, sundhed og livskvalitet
- anvende principper for bæredygtig husholdning i forbindelse med indkøb, madlavning, opvask, rengøring, vask og affaldshåndtering
- tage kritisk stilling som forbruger såvel som til vilkår for at leve bæredygtigt og med både sundhed og livskvalitet.

### **Fagets virksomhedsformer**

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

- opleve med alle sanser, fortolke egne oplevelser, udvikle fantasi og kreativitet og udtrykke sig æstetisk og skabende
- arbejde praktisk, eksperimenterende og håndværksmæssigt
- forklare, forstå, anvende, analysere og vurdere viden af fagteoretisk art
- kommunikere om og handle i forhold til fagets æstetiske, etiske, praktiske og teoretiske problemstillinger.