

37.13

UNDERVISNINGSVEJLEDNING  
FOR FOLKESKOLEN

9

*Hjem  
kundskab  
1976*

UNDERVISNINGSMINISTERIET

UNDERVISNINGSVEJLEDNING  
FOR FOLKESKOLEN

9

*Hjemkundskab*

UNDERVISNINGSMINISTERIET 1976



# Forord

Idet der henvises til undervisningsministeriets cirkulæreskrivelse af 18. december 1975 om udsendelse af vejledende forslag til læseplaner samt undervisningsvejledninger for folkeskolen, udsendes hermed undervisningsvejledning for faget hjemkundskab.

Hæftet bygger på lov om folkeskolen af 26. juni 1975 samt på det materiale,

der er udarbejdet af det nu ophævede Folkeskolens Læseplansudvalg. Det indeholder det formål for faget, der er fastsat af undervisningsministeren i bekendtgørelse af 24. september 1975, § 14. Desuden indeholder det en undervisningsvejledning for faget samt det vejledende forslag til læseplan.

*Undervisningsministeriet, direktoratet for folkeskolen,  
folkeoplysning, seminarier m. v., den 18. februar 1976.*

Asger Baunbak-Jensen

/ Per Iversen



# Indhold

<b>1. Formål</b> .....	7
1.1. Fagets indhold .....	7
1.2. Fagets særpræg .....	8
1.2.1. Fagets begrundelse .....	8
1.2.2. Fagets vidensaspekter .....	8
1.2.3. Fagets færdighedsaspekter .....	8
1.2.4. Fagets holdningsaspekter .....	8
1.2.5. Fagets undervisningsformer .....	8
1.2.5.1. Gruppeundervisning .....	9
1.2.5.2. Klasseundervisning .....	10
1.2.5.3. Individuel undervisning .....	10
1.2.6. Fagets placering .....	10
<b>2. Hjemkundskab før den obligatoriske undervisning</b> .....	11
2.1. Indledning .....	11
2.2. Undervisningens indhold .....	11
2.3. Undervisningens vilkår .....	12
2.4. Undervisningsformer .....	12
2.5. Hjælpe midler .....	12
<b>3. Hjemkundskab som obligatorisk fag</b> .....	13
3.1. Indledning .....	13
3.2. Undervisningens indhold .....	13
3.2.1. Madlavning .....	13
3.2.2. Ernæringslære .....	14
3.2.3. Levnedsmiddellære .....	14
3.2.4. Kostlære .....	14
3.2.5. Hygiejne .....	15
3.2.6. Økonomi og forbrug .....	15
3.2.7. Redskaber og tekniske hjælpemidler .....	15
3.2.8. Arbejdsbevægelser .....	15
3.2.9. Risikomomenter .....	15

3.3. Undervisningens tilrettelæggelse .....	15
3.4. Hjælpemidler og materialer .....	16
<b>4. Hjemkundskab som valgfag .....</b>	<b>17</b>
4.1. Indledning .....	17
4.2. Undervisningens indhold .....	17
4.2.1. Madlavning .....	17
4.2.2. Ernæringslære .....	17
4.2.3. Levnedsmiddellære .....	17
4.2.4. Kostlære .....	18
4.2.5. Hygiejne .....	18
4.2.6. Økonomi og forbrug .....	18
4.2.7. Redskaber og tekniske hjælpemidler .....	18
4.2.8. Barnepleje .....	18
4.2.9. Boliglære .....	19
4.3. Undervisningens tilrettelæggelse .....	19
4.4 Hjælpemidler og materialer .....	19
Bilag: Vejledende forslag til læseplan .....	20



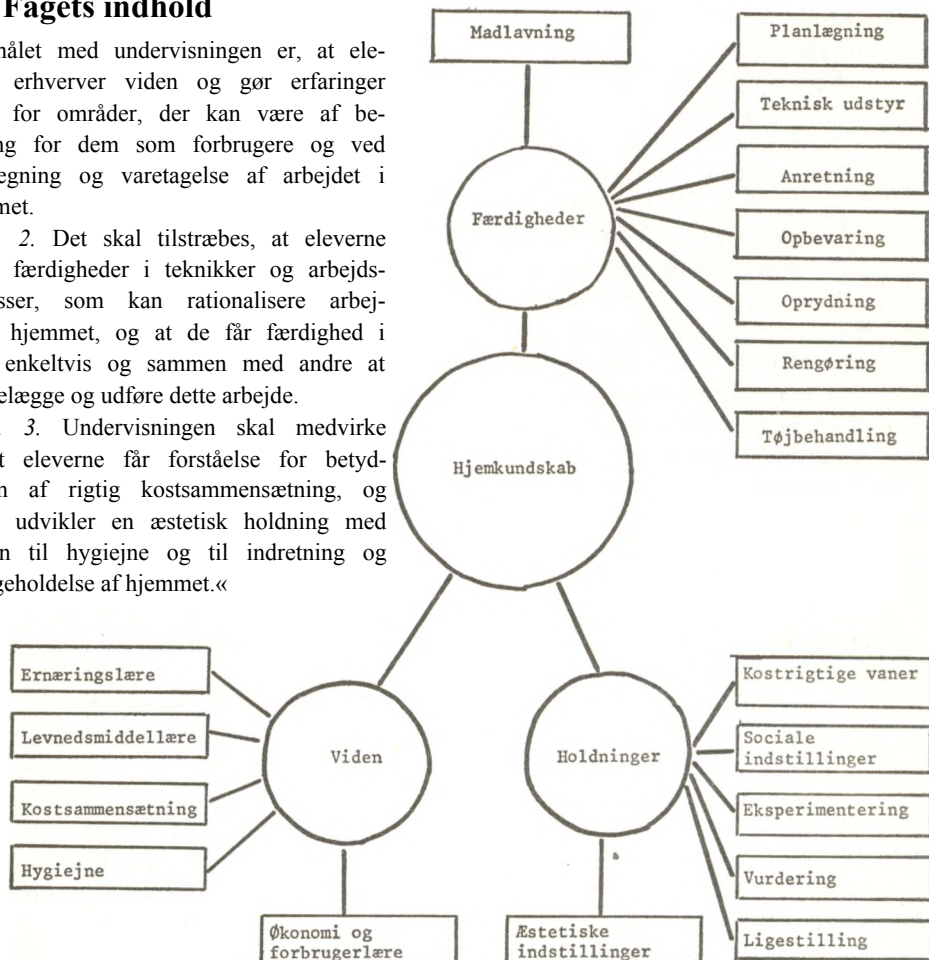
**Billedet fjernet på grund  
af ophavsret**

## 1.1. Fagets indhold

»Formålet med undervisningen er, at eleverne erhverver viden og gør erfaringer inden for områder, der kan være af betydning for dem som forbrugere og ved planlægning og varetagelse af arbejdet i hjemmet.

*Stk. 2.* Det skal tilstræbes, at eleverne opnår færdigheder i teknikker og arbejdsprocesser, som kan rationalisere arbejdet i hjemmet, og at de får færdighed i både enkeltvis og sammen med andre at tilrettelægge og udføre dette arbejde.

*Stk. 3.* Undervisningen skal medvirke til, at eleverne får forståelse for betydningen af rigtig kossammensætning, og at de udvikler en æstetisk holdning med hensyn til hygiejne og til indretning og vedligeholdelse af hjemmet.«





(Undervisningsministeriets bekendtgørelse af 24. september 1975 om formålet med undervisningen i folkeskolens fag, § 14.

## 1.2. Fagets særpræg

### 1.2.1. Fagets begrundelse.

Hjemkundskab er et skolefag, hvor piger og drenge øves i at udføre praktiske arbejder og løse opgaver, der forekommer i hjemmene. Det er et fagområde, hvorfra alle elever før eller siden får brug for kundskaber.

Eleverne kan lære en række teknikker og arbejdsprocesser, f. eks. at måle, at bage, at koge, at stege. De kan erhverve viden om mad, ernæring, hygiejne, forbrug og økonomi. Desuden møder de og udvikler selv en indstilling til forhold som samarbejde og ernæringsrigtig kost.

Ved at arbejde med opgaver, som angår planlægning, indkøb og tilberedning af mad til hverdag og fest, rengøring og vedligeholdelse, erhverves den nødvendige teoretiske baggrund for madlavning, hygiejne og forbrug.

Gennem arbejdet fremmes forståelsen af,

at et familielivs værdier opbygges, vurderes og ændres afhængig af deltagerens indstilling og aktivitet,

at et hjem kan være et fællesskab, hvis opgaver planlægges og udføres på forskellige måder, og

at et hjems funktioner kan udføres af familiens medlemmer som fællesopgaver under personligt og fælles ansvar.

### 1.2.2. Fagets vidensaspekter.

Viden om ernæring og hygiejne, kendskab til de forskellige levnedsmidlers ind-

hold af næringsstoffer og disses indvirkning på den menneskelige organisme er nødvendig for forståelse af en rigtig kostsammensætning.

I undervisningen indgår en vurdering af såvel næringsindhold som økonomi og planlægning bl. a. ved, at eleverne lærer at vurdere oplysninger, der gives i faglitteratur, varedeklarationer, pris- og kvalitetsmærkning og reklame m. v.

For at forstå risikoen ved madinfektion og -forgiftning skal eleverne have kendskab til mikroorganismers forekomst og deres levevilkår.

Viden om ernæring og hygiejne kan hermed få betydning for folkesundheden.

### 1.2.3. Fagets færdighedsaspekter.

Børn og unge har brug for at tilegne sig en række færdigheder for på en praktisk måde at klare nogle af dagliglivets opgaver.

Der tænkes på færdigheder som: at planlægge, dvs. beregne tid, indkøb, portioner o. lign., samt at bruge redskaber og teknisk udstyr, lave mad, gøre rent og holde tøj rent.

Færdighederne erhverves ikke på en gang, men når eleverne jævnlige i skoleforløbet arbejder med praktiske opgaver, vil de opnå færdigheder til gavn for sig selv og for deres omgivelser.

### 1.2.4. Fagets holdningsaspekter.

Gennem undervisningen i hjemkundskab tilstræbes det at få eleverne til at forstå betydningen af en ernæringsrigtig kost, ligestilling og trivsel i hjemmet og en bevidst indstilling til forbrug.

Ensidig og utilstrækkelig kost kan skyldes traditionelle, nedarvede kostvaner og manglende kendskab til, hvordan

mere ernæringsrigtig mad tilberedes og smager.

Hvis eleverne på et tidligt tidspunkt i skoleforløbet får lejlighed til at lave varierede retter af forskellige levnedsmidler, er det fremmende for kostændringer og kan hermed skabe forståelse af, hvad veltillavet og rigtigt sammensat kost betyder for familiens sundhed og velvære.

At drenge og piger arbejder med ensartede opgaver og i gruppearbejdet oplever betydningen af, at enhver påtager sig sin del af arbejdet, medvirker til en ændring af det traditionelle kønsrollemønster.

Det er betydningsfuldt, at børn og unge bliver sig bevidst, at ansvaret for hjemmet, hjemmets arbejder og trivselen i hjemmet er opgaver, man må påtage sig i fællesskab.

Når der i undervisningen lægges vægt på god hygiejne, anretning, udsmykning og hygge, kan det medvirke til at udvikle en æstetisk holdning.

Det er ligeledes muligt i det praktiske arbejde at fremme en eksperimenterende holdning og en vurdering af egen for-måen.

Endelig tilstræbes det, at eleverne lærer at vurdere egne behov, egen økonomi m. v. ved udnyttelsen af de forskellige tilbud af forbrugsvarer.

### **1.2.5. Fagets undervisningsformer.**

Faget har rige muligheder for en variation mellem forskellige undervisningsformer. Ved valg af undervisningsformer må der tages hensyn til bl. a. emnet, elevforudsætninger, lokaleforhold og hjælpemidler.

#### *1.2.5.1. Gruppeundervisning.*

En velegnet organisationsform for undervisning i hjemkundskab er en inddeling af eleverne i grupper, fordi mange opgaver er så komplicerede og omfattende, at de bedst løses i fællesskab.

I nogle tilfælde kan det være hensigtsmæssigt, at læreren fordeler arbejdet blandt gruppemedlemmerne, i andre tilfælde vil det være bedre at lade eleverne selv fordele arbejdet.

Et samarbejde mellem lærer og elever vil med henblik på en alsidig fordeling ofte være hensigtsmæssig.

Man kan lade eleverne deltage i planlægningen forud for arbejdet med et emne. Herved opøves de i:

- at kunne langtidsplanlægge, dvs. emnet fordeles af gruppen på de følgende lektioner,
- at fordele opgaverne og at udføre det planlagte.



**Billedet fjernet på grund  
af ophavsret**

Således får eleverne øvelse i at vurdere, hvorledes et emne kan opdeles i selvstændige arbejdsopgaver, og lejlighed til at konstatere, om det planlagte var gennemtænkt, og om det kunne nås inden for den givne tid.

Eleverne kan lære af deres egne erfaringer. Hvad der planlægges, forsøges udført, og den stadige mulighed for vurdering af resultaterne kan medføre et mere bevidst arbejde, bedre arbejdsfordeling og udnyttelse af tekniske hjælpemidler.

#### *1.2.5.2. Klasseundervisning.*

Når alle elever i en klasse eller på et hold har behov for at modtage samme information, anvendes klasseundervisning, dvs. at alle elever samles om emnet og arbejder med samme stof.

Klasseundervisning kan især anvendes ved start af et emne, ved indlæring af nyt stof og ny teknik samt ved afslutning af et emne.

#### *1.2.5.3. Individuel undervisning.*

Ved individuel undervisning vil eleverne kunne gå i gang med at planlægge og udføre arbejdet på egen hånd eller efter rådslagning med læreren.

Elevernes iagttagelser vil sandsynligvis føre til opdagelse af en række problemer, som søges løst.

Individuelt arbejde vil være egnet, når eleverne ønsker f. eks. at fordybe sig i en opgave, at afprøve og udvikle en opskrift eller eksperimentere sig frem til resultater.

Selvinstruerende hjælpemidler som arbejdsinstruktioner i form af tekst, billeder, transparenter, ITV, film m. m. kan være egnede ved løsning af individuelle opgaver.

### **1.2.6. Fagets placering.**

For at følge den umiddelbare interesse op for det, der foregår i hjemmet, er det vigtigt, at eleverne allerede fra børnehaveklassestadiet beskæftiger sig med praktiske aktiviteter fra fagets områder.

Der er mulighed for, at eleverne møder faget gennem hele skoleforløbet, periodevis, obligatorisk, valgbart og evt. integreret i andre fag eller fagområder.

Den obligatoriske undervisning er det tidsrum, hvor den grundlæggende undervisning i faget finder sted.

Efter den obligatoriske undervisning er faget et valgfag. Det kan vælges for et år ad gangen eller evt. for kortere perioder.

Aktiviteterne i den førobligatoriske undervisning kan finde sted, f. eks. tværfagligt eller i P-fagsordninger.

Aktiviteter i forbindelse med feature, fester, lejrskole o. lign. kan også forekomme.

# Hjemkundskab før den obligatoriske undervisning

# 2

## 2.1. Indledning

Undervisningen forud for den obligatoriske undervisning kan bygge på elevernes umiddelbare interesse for de ting, der sker i hjemmet, ved at de arbejder med opgaver i madlavning og i andre af hjemmets aktiviteter.

Ved at eleverne arbejder med hverdagens produkter i en naturlig sammenhæng, kan de efterhånden blive mere bevidste forbrugere.

På børnehavestadiet og i de første skoleår er eleverne naturligt motiveret for at lave mad og at arbejde med ting, som foregår i hjemmet.

Eleverne kan alt efter deres udvikling lære at udføre praktiske arbejder som at lave mad, bage, dække bord, pynte, vaske op og gøre rent.

De kan herigennem få kendskab til materialerne og nogen viden om, hvad der kan betragtes som sund kost, og hvordan mad og materialer behandles hygiejnisk.

Mad og madvarer er noget, eleverne kender til, og emner fra disse områder er derfor velegnede som valgmuligheder.

I skolens fag møder eleverne undertiden begreber fra hjemkundskabsområ-

det, som det vil være naturligt at belyse i praksis.

Aktiviteter med madvarer og med redskaber er med til at udvikle de praktiske færdigheder, men også en vis ansvarsbevidsthed, hjælpsomhed og social forståelse kan fremmes, da aktiviteterne for det meste udføres i samarbejde. Et samarbejde mellem store og små elever kan være frugtbart. Aktiviteterne vil kunne give afveksling og medvirke til hygge og trivsel i det daglige arbejde.

Eleverne kan ved at udføre det praktiske arbejde få et førstehånds kendskab til hjemmets tekniske udstyr og de risikomomenter, brugen af dette indebærer.

## 2.2. Undervisningens indhold

Emnerne (opgaverne) udvælges under hensyntagen til barnets udviklingstrin. De må være lystbetonede og så vidt muligt aktuelle.

Undervisningen centrerer om madlavning, borddækning, spising og oprydning.

I disse arbejdsprocesser indflettes orientering om ernæring, hygiejne og forbrug.

Eleverne får herved kendskab til

nogle af de produkter, redskaber og andre materialer, der indgår i det praktiske arbejde.

De øves i at læse på emballagen og søge at forstå meningen, og de får et vist kendskab til, hvor de aktuelle varer kan købes, samt øves i at planlægge begrænsede indkøb.

Elevernes interesse for penge og deres brugsværdi kan tilgodeses gennem praktiske eksempler, f. eks. prisberegninger og sammenligninger, afpasset efter elevernes interesser og forudsætninger.

Aktuelle reklamer, som har relation til de ting, der anvendes i undervisningen (f. eks. margarine, mælkeprodukter, brød), tages op til drøftelse med henblik på at vurdere reklamens formål, dens fordele og ulemper.

## 2.3. Undervisningens vilkår

Opgaver, hvori madlavning indgår, kan udføres i:

1. Hjemmeklassen, hvis der er koldt og varmt vand til rådighed, og hvis udstyret er passende.
2. Værkstedsområdet, hvor specielt udstyr findes.
3. Hjemkundskabslokalet.

Omfanget af de opgaver, der arbejdes med i hjemmeklassen, er begrænset af lokalets muligheder. Egentlig undervisning vil bedst kunne foregå i værkstedsområde og hjemkundskabslokale.

Hvor en semesterordning, periodelæsning, P-fagsordning eller lignende er mulig, vil en organiseret beskæftigelse med hjemkundskabsemner kunne anbefales.

Hvor dette ikke kan gennemføres eller ønskes gennemført, kan en integreret undervisning være løsningen.

## 2.4. Undervisningsformer

Læreren kan alene eller i samarbejde med andre faglærere udvælge, hvilke emner der skal arbejdes med.

Læreren planlægger sammen med eleverne og eventuelt forældrene, hvordan de enkelte emner skal bearbejdes, men ikke mere bundet, end at planen efter behov kan ændres, efterhånden som arbejdet skrider frem.

Læreren kan illustrere, forevise og lede arbejdet, eller eleverne kan selv gå i gang med opgaven og få hjælp, når problemer opstår.

Hvis undervisningen foregår i hjemkundskabslokalet sammen med ældre elever, kan disse planlægge og forberede undervisningsforløbet, fortælle om arbejdet og hjælpe til rette, idet de yngre elever i størst mulig udstrækning tages med i arbejdet.

Der arbejdes i grupper på 2, 3 eller 4, eventuelt kan hele holdet arbejde sammen om opgaven, alt efter hvad planlægningen af arbejdet har medført.

## 2.5. Hjælpemidler

Madvarerne, der arbejdes med, bør være enkle og ernæringsmæssigt forsvarlige. Redskaberne bør være hensigtsmæssige og nemme at rengøre.

Illustrationsmateriale, opskrifter og arbejdsopgaver afpasses efter elevernes modenhed og formåen.

## 3.1. Indledning

Sigtet med den obligatoriske undervisning er, at eleverne får mulighed for at tilegne sig færdigheder i madlavning og hjemmets øvrige praktiske arbejder, viden om og indsigt i ernæringslære, levnedsmiddellære, kostlære, hygiejne, økonomi og forbrugerorientering, og at eleverne stimuleres til at virke som aktive, forstående, selvstændige og samarbejdsvillige medlemmer i familien.

Dette fremmes ved,

at eleverne indføres, opøves og trænes i de faglige metoder og principper for madlavning, opbevaring og anretning, oprydning, rengøring og tøjbehandling,

at der arbejdes med overskuelige og aktuelle opgaver fra elevernes hverdag.

## 3.2. Undervisningens indhold

Undervisningen omfatter: planlægning, madlavning, ernæringslære, levnedsmiddellære, kostlære, hygiejne, oprydning, rengøring, tøjbehandling, økonomi, forbrugerorientering, redskabs- og materialelære, tekniske hjælpemidler, arbejdsbevægelser og risikomomenter.

### 3.2.1. Madlavning.

Eleverne opøves i at fremstille velsmagende, ernæringsrigtig mad.

De skal lære at anvende redskaber og teknikker, så arbejdet bliver rationelt og hensigtsmæssigt.

Arbejdet kan bestå i:

forbehandling (rensning, skrælning, findelning), jævning, kogning, smørdampning, trykkogning, stegning (pande-, gryde-, ovn-, grill- og friturestegning), fremstilling og bagning af forskellige dejtyper (æltede, piskede og rørte deje), konservering (frysning, syltning m.m.) samt tilberedning, der ikke kræver kogning, stegning eller bagning (salater, desserter, smørrebrød m. v.).

De skal lære at behandle levnedsmidlerne, så næringsstofferne bevares og udnyttes bedst muligt, og at vælge tilberedningsmetoder, som har betydning for kostens sammensætning, f. eks. for fedt- og kulhydratindholdet.

De skal kende almindelige fagudtryk og kunne følge en skriftlig instruktion.

Arbejdet fører frem til, at eleverne kan anvende levnedsmidler varieret og hensigtsmæssigt til fremstilling af mad.

### 3.2.2. Ernæringslære.

Eleverne skal lære om fordøjelse, stofskifte og forbrænding.

De skal have kendskab til energigivende stoffer (proteiner, kulhydrater, lipider), mineralstoffer (calcium, jern), vitaminer, A-, B-, C-) og disses forekomst og ernæringsmæssige betydning.

Undervisningen bør sigte mod at give eleverne forståelse af aktuelle problemer og af den udvikling, der finder sted inden for ernæringsområdet.

### 3.2.3. Levnedsmiddellære.

I levnedsmiddellæren arbejdes med følgende emner:

Mælkegruppen, kødgruppen, fedtvaregruppen, korngruppen, grønsagsgruppen, frugtgruppen, sukker og nydelsesmidler.

Eleven skal have mulighed for at erhverve kendskab til levnedsmidlernes

beskaffenhed, til deres indhold af vigtige næringsstoffer og til relevante bestemmelser i levnedsmiddellovgivningen.

De bør gøres opmærksomme på, at der i en række levnedsmidler forekommer tilsætningsstoffer, tilsat med forskellige formål.

### 3.2.4. Kostlære.

Eleverne indføres i kostlære ved arbejdet med ernæringsrigtig mad.

Det tilsigtes at give dem forståelse af, hvordan man sammensætter kosten, f. eks. gennem øvelser i at planlægge et eller flere af døgnets måltider.

Forståelsen kan fremmes ved forskellige former for beregning af næringsindhold, f. eks. ved anvendelse af tabeller, grafer og varedeklarationer.

Eleverne skal endvidere orienteres om, hvordan de kan vælge en ernæringsrigtig kost ud fra et tilbud af retter fra kantine, cafeteria el. lign.



**Billedet fjernet på grund  
af ophavsret**

### 3.2.5. Hygiejne.

Der arbejdes med følgende emner:

Mikroorganismer, levnedsmiddelhygiejne og hjemmets hygiejne.

Eleverne skal have mulighed for at erhverve viden om bakterier og svampe, deres levevilkår, skadelige og gavnlige virkning og om, hvordan man kan undgå eller udnytte dem.

De skal lære at arbejde med madvarer, så disse forurenes mindst muligt, og at opbevare fødevarer, så de bevares bedst muligt.

Eleverne skal lære at benytte de almindelige rengørings-, vaske- og rensesmidler.

De skal lære at holde arbejdsområdet rent og øves i at planlægge og udføre forskellige rengøringsarbejder samt vask og tøjbehandling.

Det er væsentligt, at eleverne lærer betydningen af personlig hygiejne.

### 3.2.6. Økonomi og forbrug.

Eleverne lærer om økonomi og forbrug i forhold til behov, ønsker og muligheder, herunder om husholdningsbudgetter og indkøbsformer.

Eleverne orienteres om gældende love om forbrugerspørgsmål, om forbrugerorganisationer og -institutioner og disses formål, om mulighederne for at få saglige og konkrete oplysninger om forbrugerspørgsmål, herunder varemærkninger.

Eleverne orienteres desuden om moderne markedsføring.

### 3.2.7. Redskaber og tekniske hjælpemidler.

Eleverne skal kende navnene på det værktøj, der arbejdes med, og erhverve kendskab til fagudtryk.

De skal opøve færdighed i at anvende redskaber og tekniske hjælpemidler, samt i at vurdere, hvor det er hensigtsmæssigt at anvende de enkelte redskaber og tekniske hjælpemidler.

### 3.2.8. Arbejdsbevægelser.

Eleverne skal lære at forstå betydningen af at arbejde rationelt, så tid og kræfter udnyttes, og således at belastningssygdomme undgås.

### 3.2.9. Risikomomenter.

Eleverne skal lære, hvilke risikomomenter der kan forekomme i forbindelse med hjemmets forskellige arbejder, f. eks. forbrænding, skoldning, fald og forgiftning.

De skal lære, hvordan skader og ulykker, som kan opstå ved arbejde med skærende redskaber og elektriske hjælpemidler, kan undgås.

Hensigtsmæssig placering af medicin, rens- og rengøringsvæske omtales.

## 3.3. Undervisningens tilrettelæggelse

I den obligatoriske undervisning kan målet tilgodeses ved, at der arbejdes med følgende områder:

Hjemmets arbejder, levnedsmiddelgrupperne, ernæringsrigtig mad og kostplaner.

Tilrettelæggelsen inden for disse områder foretages af læreren eller af elever og lærer i fællesskab.

Nye impulser kan tilføres, evt. ved samarbejde med forældre, skolelæge og -tandlæge m. fl.

Når aktuelle problemer fra massemedierne egner sig dertil, kan de tages op.

Målene for emner og delemer er bestemmende for, hvilke undervisningsfor-



mer, undervisningsmidler, arbejdsformer og materialer der skal benyttes.

Der arbejdes hovedsagelig praktisk, og det teoretiske stof behandles fortrinsvis i tilknytning til det praktiske arbejde og kan f. eks. formidles ved iagttagelse, studium, ved løsning af skriftlige opgaver og ved lærergennemgang.

Organisationen kan være klasseundervisning, gruppeundervisning og/eller individuel undervisning.

### **3.4. Hjælpemidler og materialer**

De vigtigste faglige hjælpemidler er lokalet med dets udstyr samt madvarer, rengørings- og dekorationsmidler.

Som støtte for undervisningen kan f. eks. anvendes arbejdsopgaver, lærebøger, håndbøger, pjecer, film, tv, bånd, transparenter, vareemballage og plancher.

Et passende udvalg af varer bør være til rådighed, så eleverne får lejlighed til at bruge deres fantasi og viden, når de stilles i en valgsituation.

Det er nødvendigt, at eleverne bliver fortrolige med brugen af håndmikser, el-komfur, køle- og fryseskab, fuldautomatisk vaskemaskine, el-rulle m. m.

Det er ønskeligt, at nye redskaber, tekniske hjælpemidler og andre undervisningsmidler kommer ind i takt med udviklingen.

## 4.1. Indledning

Arbejdet bygger på de færdigheder og den viden, eleverne har erhvervet i den obligatoriske undervisning, og sigtet er det samme.

Emnekredsen kan udvides, f. eks. med barnepleje og boliglære, og det tilstræbes, at eleverne dygtiggør sig yderligere inden for de områder, der behandles.

## 4.2. Undervisningens indhold

Eleverne skal have mulighed for at arbejde med emner inden for deres interesseområder. Emnerne kan udvælges fra de i 4.1. nævnte områder, evt. suppleret med emner fra barnepleje og boliglære.

### 4.2.1. Madlavning.

Eleverne skal have mulighed for at anvende kendte madlavningsteknikker og at supplere med mere sammensatte arbejdsprocesser, bl. a. udvidet brug af tekniske hjælpemidler.

Der lægges vægt på rationel udførelse af arbejdet. Der kan laves sammenligningsforsøg med forskellige teknikker og materialer, ligesom der bør være mulig-

hed for at eksperimentere med opskrifter o. lign.

Eleverne skal øves i at lave forskellige retter og måltider, herunder hverdagsmad, utraditionel mad, gæstemad, fremmed mad og mad til andre formål, samt i at bage og konservere.

### 4.2.2. Ernæringslære.

Undervisningen bør lægge op til, at eleverne udvider deres viden om energigivende næringsstoffer, mineralstoffer og vitaminer. Der lægges vægt på aktuelle ernæringsproblemer, herunder behov, anbefalede tilførsler og følgerne af fejler-næring eller overdosering.

### 4.2.3. Levnedsmiddellære.

Det tilsigtes, at eleverne får udvidet kendskab til levnedsmidlerne i de former, de kan forekomme på markedet (friske produkter, dybfrost, konserver m. m.). Der tænkes bl. a. på kvalitet, økonomi, ernæringsmæssig værdi og anvendelsesmuligheder.

Undervisningen omfatter såvel kendte som nye og utraditionelle levnedsmidler og produkter.

Tilsætningsstoffer (f. eks. konserveringsmidler, farvestoffer, sødestoffer og

stoffer til forbedring af næringsværdi) og levnedsmiddelforurening (sprøjtemidler, kviksølv m. v.) bør behandles.

#### **4.2.4. Kostlære.**

Kendskab til og færdighed i at tilrettelægge døgnets kostplaner under forskellige forhold er ønskelige, f. eks. under hensyntagen til økonomi, helbredstilstand, boligformer, familiemønstre osv.

Det tilsigtes at gøre eleverne kostbevidste.

Nationale og internationale kostvaner kan behandles.

Elevernes forståelse for kostplanlægning kan øges gennem øvelser i beregninger af næringsindhold i relation til anbefalede tilførsler af næringsstoffer.

#### **4.2.5. Hygiejne.**

Emnet uddybes ved drøftelse af praktiske erfaringer og af forskningsresultater for at øge elevernes forståelse af betydningen af personlig hygiejne, levnedsmiddelhygiejne og bolighygiejne.

Eleverne skal fortsat arbejde med relevante rengørings- og tøjbehandlingsopgaver, idet der lægges vægt på øget kendskab til materialernes egenskaber og behandlingsmetoder. Problemer omkring forureningskilder (vaske- og rengøringsmidler, bly og cadmium, emballage m. v.) bør drøftes.

#### **4.2.6. Økonomi og forbrug.**

Eleverne lærer fortsat om økonomi og forbrug i forhold til behov og ønsker og til muligheder og ressourcer. Der eksemplificeres ud fra den unges situation og ud fra familiesituationen. Eleverne uddyber deres kendskab til forbrugerlovgivning, herunder om levnedsmidler, bolig og miljø. Kendskab til forbrugerorga-

nisationer og -institutioner og deres arbejdsområder uddybes ligeledes.

Eleverne orienteres om påvirkninger af forbruget, herunder massekommunikation, og om forbrugerindflydelse, blandt andet den indflydelse, som stat, producent og forbruger bør have på varer og tjenesteydelser, der produceres og tilbydes.

#### **4.2.7. Redskaber og tekniske hjælpemidler.**

Eleverne bør gøres opmærksomme på den udvikling, der finder sted inden for området.

I det omfang, det er muligt, bør de præsenteres for et varieret udvalg af specielle redskaber og tekniske hjælpemidler.

De skal øves i at læse og følge brugsanvisninger, og der lægges vægt på, at tekniske hjælpemidler, redskaber og materialer prøves og vurderes.

Det tilsigtes at opøve elevernes evne til vurdering af og selvstændige stillingtagen til behov, kvalitet og økonomi.

#### **4.2.8. Barnepleje.**

Emnet kan omfatte barnet fra dets tilblivelse til 3–4 års alderen.

I undervisningen kan man bl. a. komme ind på graviditet, fødsel og nogle af spædbarnets behov.

Eleverne bør få kendskab til børns udvikling, pasning og ernæring samt til det ansvar, der følger med at have med børn at gøre.

Eleverne skal lære at pleje børn og at fremstille børnemad.

»Barnepleje« kan også tilbydes som et selvstændigt, valgbart emne. Se særligt hæfte om barnepleje.

#### 4.2.9. Boliglære.

Emnet kan behandles med vægt på sociale aspekter, f. eks. ved at problemer omkring boligens funktioner, dens indretning og udformning kan sættes i relation til familiens og det enkelte familiedlems behov bl. a. for arbejde, for aktivitet, hvile og trivsel.

Inventaret og udstyret studeres med særligt henblik på funktioner, vedligeholdelse, omkostninger og lignende. Det vil herunder være naturligt at komme ind på bord- og stolehøjder, belysninger, farver, udsmykning m. m.

### 4.3. Undervisningens tilrettelæggelse

Hjemkundskab er et valgfag efter den obligatoriske undervisning.

Eleverne skal kunne vælge faget for et år ad gangen eller evt. for kortere perioder.

Perioderne skal have en sådan længde, at et emne kan opnå en rimelig behandling.

Der arbejdes med emner, der bygges op til meningsfyldte helheder. Emnerne udvælges fra områderne i det under 4.2. beskrevne.

En årsplan eller en periodeplan kan have et overordnet emne eller sammensættes af flere af hinanden til dels uafhængige emner.

For at emner kan være acceptable, må de kunne behandles således, at de er i overensstemmelse med elevernes interesseområder og udviklingstrin, og at de

kan gennemføres på tilfredsstillende måde inden for de givne rammer med hensyn til tid, lokaleforhold, økonomi m. v.

Der skal opstilles mål for såvel emnerne som de delemler, der udledes.

Eleverne kan være medbestemmende ved udvælgelse af emner, opstilling af mål, fastlæggelse af den omtrentlige behandling, valg af materialer og arbejdsformer.

Emnerne må behandles så alsidigt, at flest mulige af fagets aspekter tilgodeses. Eleverne skal fortrinsvis hver gang beskæftige sig med en eller anden form for praktisk arbejde samtidig med, at de tilegner sig forståelse, viden og færdigheder.

Arbejdet kan organiseres som gruppearbejde.

Holdundervisning, individuel og individualiseret undervisning kan også forekomme, ligesom mere utraditionelle former som f. eks. kollektivt arbejde (skolefest, lejrskole, feature m. m.) kan tænkes.

### 4.4. Hjælpemidler og materialer

Foruden de under punkt 3.4. nævnte hjælpemidler og materialer er der brug for specielt udstyr til emner som barnepleje, boliglære og forbrugerorientering.

Det må anses for nødvendigt, at lokale og udstyr er tidssvarende.

Faglokalet med dets udstyr er beskrevet i et særligt hæfte udarbejdet af Folkeskolens Byggeudvalg.

*Undervisningsministeriets vejledning af 18. februar 1976.*

## Formålet med undervisningen

(Undervisningsministeriets bekendtgørelse af 24. september 1975 om formålet med undervisningen i folkeskolens fag, § 14).

»Formålet med undervisningen er, at eleverne erhverver viden og gør erfaringer inden for områder, der kan være af betydning for dem som forbrugere og ved planlægning og varetagelse af arbejdet i hjemmet.

Stk. 2. Det skal tilstræbes, at eleverne opnår færdighed i teknikker og arbejdsprocesser, som kan rationalisere arbejdet i hjemmet, og at de får færdighed i både enkeltvis og sammen med andre at tilrettelægge og udføre dette arbejde.

Stk. 3. Undervisningen skal medvirke til, at eleverne får forståelse for betydningen af rigtig kostsammensætning, og at de udvikler en æstetisk holdning med hensyn til hygiejne og til indretning og vedligeholdelse af hjemmet.«

## Undervisningens indhold

Hovedvægten skal lægges på det praktiske arbejde, og i tilknytning til dette behandles det teoretiske stof.

Undervisningen tilrettelægges således, at der gennem hele forløbet er en stigning i sværhedsgraden af faglige metoder og teknikker.

Det tilstræbes, at eleverne lærer at ar-

bejde sikkert, rationelt og hygiejnisk, og at de udvikler initiativ, ansvarsfølelse og glæde ved arbejdet.

## Hjemkundskab som obligatorisk fag 6.-7. klassetrin

Undervisningen planlægges omkring nogle centrale emneområder, der indgår som sammenhængende forløb:

1. *emneområde.* Grundprincipper for arbejdet i undervisningslokalet.

Herunder indgår: Fortrolighed med undervisningslokalets indretning og udstyr og forståelse af, hvordan man arbejder i lokalet og holder det rent, samt hvordan opbevaring af mad og oprydning finder sted på forsvarlig måde.

Eleverne opøves i de grundlæggende teknikker og principper for tilberedning af mad og for arbejdet i hjemmet: måling, vejning, forbehandling, jævning, kogning, stegning, bagning, oprydning og rengøring.

Der arbejdes med madlavnings- og rengøringsopgaver, og endvidere indøves vask og efterbehandling af køkkenets linned. Madlavningsøvelserne skal være enkle og indeholde varer fra flere levnedsmiddelgrupper.

2. *emneområde.* Kendskab til elementær ernæringslære.

Herunder indgår: Kendskab til de

energigivende stoffer, vitaminer (A-, B-, C-) og mineraler (Ca, Fe).

Eleverne skal opnå fortrolighed med, hvilke levnedsmidler der indeholder disse stoffer, og hvordan de kan sammensættes, så de supplerer hinanden på ernæringsrigtig måde.

### 3. *emneområde*. Varekendskab.

Herunder indgår: Kendskab til almindeligt anvendte levnedsmidler (råprodukter, forbehandlede og forarbejdede produkter) og rengøringsmidler, øvelse i vurdering af varer ud fra ydre kendetegn eller ud fra emballage med oplysninger, herunder pris- og datomærkninger, af reklame og af forskellige indkøbsmuligheder. Endvidere indgår kendskab til tekstiler og vaske- og rengøringsmidler.

### 4. *emneområde*. Planlægning af madlavning og andre praktiske arbejder.

Når de vigtigste grundteknikker og -metoder er indøvet, skal eleverne have lejlighed til at gøre erfaringer ved at planlægge, tilrettelægge og udføre opgaver i madlavning, baging, rengøring og tøjbehandling.

Opgaverne kan være bundet til en bestemt teknik, bestemte levnedsmidler, forskellige måltider, forskellige behov, forskellige familiesituationer. Det er væsentligt, at arbejdet tilrettelægges, så der er rimelig tid til planlægning og til vurdering af det udførte arbejde.

### 5. *emneområde*. Teknisk udstyr og risikomomenter.

Herunder indgår: Kendskab til teknisk udstyr til madlavning, rengøring og tøjbehandling, dets betjening, anvendelse

sesområde og risikomomenter. I de praktiske øvelser indgår brug af teknisk udstyr til madlavning, baging, vask og rengøring.

### 6. *emneområde*. Levnedsmidler, indhold og anvendelse.

Herunder indgår: Kendskab til almindeligt anvendte levnedsmiddelgrupper (oprindelse, forarbejdning, indkøb, anvendelse og opbevaring samt indhold af vigtige næringsstoffer, belyst ved tabeller og grafer), til levnedsmiddeloven (herunder også bestemmelserne om til sætningsstoffer) samt til forskellige former for samme levnedsmiddel og til varierende tilberedningsmetoder.

Elevernes sans for smag og kvalitet søges udviklet.

### 7. *emneområde*. Økonomi og forbrug.

Herunder indgår: Kendskab til lovbestemmelser på forbrugerområdet og til institutioner, der beskæftiger sig med forbrugerspørgsmål, samt til moderne markedsføring.

Undervisningen sigter imod, at eleverne tilegner sig forudsætninger for at blive bevidste forbrugere.

Eleverne øves i at vurdere behov, ønsker og økonomiske muligheder ud fra tilgængelige oplysninger om varenes kvalitet, sammensætning, brugsegenskaber, serviceydelser, priser m. m.

Eksempler på opgaver:

Køb for et bestemt beløb.

Udnyttelse af »ugens tilbud«.

Sammenligning af varegrupper.

Indkøb til et bestemt formål.

Husholdningspenge – lomme penge.

Reklame og påvirkning.

## 8. emneområde. Kost- og helseforståelse.

Mod slutningen af den obligatoriske periode udnyttes elevernes indsamlede viden fra de øvrige emner til en samlet vurdering af de faktorer, der har betydning for sundhed, velvære og ydeevne.

Eleverne lærer om ernæringsrigtige levnedsmidler og ernæringsrigtig kostsammensætning, herunder fejlagtig kost og mangelsygdomme.

Betydningen af rigtige arbejdsbevægelser og rigtig indretning af arbejdspladser.

Betydningen af personlig hygiejne og af hygiejne i hjemmet.

Eleverne trænes stadig i planlægning, madlavning, bagning, anretning, oprydning, rengøring og tøjbehandling, og arbejdet med disse områder afrundes, idet eventuelt manglende emner nu inddrages i undervisningen.

## Hjemkundskab som valgaf

Emneområderne vælges og tilrettelægges i samarbejde mellem lærer og elever og bygger på elevernes forudsætninger fra den obligatoriske undervisning.

Eksempler på emneområder:

### 1. Om at forenkle hjemmets arbejder.

- Øvelse i at planlægge praktisk arbejde og indkøb med henblik på forenkling.
- Madlavning, oprydning, rengøring og tøjbehandling tilrettelægges ud fra enkle teknikker, metoder og principper.
- Kostplanlægninger forenkles ved brug af kostmodel.
- Drøftelse af, hvordan hjemmets arbejds- og opbevaringspladser kan indrettes med henblik på forenkling af vedligeholdelse.

- Drøftelse af arbejdsfordeling og mulighed for lettelser, man kan købe sig til.

### 2. Om at bevare hjemmets materialer.

- Behandling af levnedsmidler, så næringsstofferne bevares.
- Hygiejne, så fordærvelse forhindres.
- Syltning af frugt og grøntsager.
- Frysning af retter og bagværk.
- Rengøring og vedligeholdelse, så hjemmets materialer bevares.
- Vask og behandling af forskellige tekstiler.
- Rigtig brug og vedligeholdelse af teknisk udstyr.

### 3. Om at være forbruger.

- Udvidet kendskab til levnedsmidlerne på markedet.
- Sammenligninger af hjemmelavede og industrielt fremstillede produkter med hensyn til kvalitet, ernæringsmæssig værdi, tid, kræfter og økonomi.
- Undervisningslokalets redskaber, materialer og tekniske udstyr vurderes med henblik på kvalitet og brugseg-nethed i forhold til tid, kræfter, penge. Også installationsomkostninger og serviceydelser behandles.
- Sammenligning mellem selvudførte og købte tjenesteydelser.
- Udvidet kendskab til love, organisationer og institutioner, der kan hjælpe forbrugerne.

### 4. Om mad og ernæring.

Vurdering af kosten ud fra behov og anbefalede daglige tilførsler.

Tilrettelæggelse af ernæringsrigtige kostplaner under hensyntagen til forskellige forhold.

Følgende delemler kan eksempelvis indgå:

- Mad og vitaminer
- Mad og mineraler
- Mad og energi

### 5. Om mad til forskellige formål.

Tilrettelæggelse af kostplaner til forskellige grupper og under forskellige forhold med efterfølgende drøftelse af egne og fremmede forslag.

Følgende delemler kan eksempelvis indgå:

- Teenagers kost.
- Småbørnsfamiliens kost.
- Mad for individualister.
- Skånekost og andre enkle diæter.
- Hybelkost.
- Kolde måltider – mellemmåltider.
- Krydderurter.
- Mad i andre lande.
- Lejr- og campingmad.
- Gæster og fester.
- Utraditionelle trakterement.
- Egnsretter.

### 6. Om spædbarnets ernæring og pleje.

Eleverne skal orienteres om og øves i, hvordan man skal passe et spædbarn. Det tilstræbes, at de får forståelse for barnets forskellige behov: følelsesmæssig kontakt, frisk luft, motion og for de ændringer, der er en naturlig følge af barnets vækst.

De skal blandt andet lære, hvordan man bader og plejer et barn, hvordan barnet klædes på, og hvordan man lægger det i seng.

De skal have kendskab til vask af babytøj.

Eleverne lærer om:

- Naturlig ernæring (diegivning).
- Kunstig ernæring (flaskegivning).
- Tilskudskost – vitamintilskud.
- Madebarnskost.

Eleverne får kendskab til det nyfødte barns naturlige reaktioner og til børns fysiske og psykiske udvikling det første leveår.

### 7. Om hjem og bolig.

Boligens funktion som ramme om hjem og familie drøftes. Det tilstræbes, at eleverne får forståelse for de enkelte familiemedlemmers og familiegrupperes særlige behov med hensyn til aktivitet, hvile og trivsel. De stimuleres til at finde frem til forskellige indretningsmuligheder med hensyntagen til behov og økonomi.

Eleverne skal lære om arbejdspladsernes indretning med hensyn til højder, belysning, materialer og udformning og om rigtige arbejdsstillinger og bevægelser.

Alt efter elevernes interesser og moudenhed kan følgende delemler uddybes:

- Forskellige boligtyper.
- Tegningsforståelse.
- Inventar og møblering.
- Boligens tekstiler.
- Boligens øvrige materialer.
- Køkkenets indretning og udstyr.
- Indretning af boligens øvrige rum.
- Boligens klima, belysning, farver og udsmykning.
- Økonomiske overvejelser.



## Undervisningsvejledning for folkeskolen

### Hidtil udkommet

1. Dansk
2. Fremmedsprog
3. Undervisningsmidler
4. 1.-2. klassetrin
5. Idræt
6. Formning
7. Sløjd
8. Håndarbejde
9. Hjemkundskab

### Under forberedelse

Klasselærerfunktionen  
Børnehaveklasser  
Musik  
Historie  
Geografi

### Biologi

Samtidsorientering  
Kristendomskundskab  
Regning/matematik  
Fysik/kemi  
Maskinskrivning  
Fotolære  
Drama  
Filmkundskab  
Motorlære  
Arbejdskendskab  
Elektronik  
Barnepleje  
Færdselslære  
Fremmede religioner og andre livs-  
anskuelser  
Uddannelses- og erhvervsorientering  
Sundhedslære

Med hensyn til *seksualoplysning* henvises til »Vejledning om seksualoplysning i folkeskolen«, Folkeskolens Læseplansudvalg 1971.

Vedrørende spørgsmål om *undervisningslokalers* udformning og indretning henvises til »Projekteringsgrundlag for folkeskoler«, Folkeskolens Byggeudvalg 1973.

Un. 08,07-251

ISBN 87-503-1905-1