

**Fælles Mål**

**Faghæfte 11**

**Hjemkundskab**

**Fælles Mål – Faghæfte 11 – Hjemkundskab**

Publikationen indgår i Uddannelsesstyrelsens håndbogsserie som nr. 10-2004

Grafisk tilrettelæggelse: Schwander Kommunikation

1. udgave, 1. oplag, april 2004

ISBN 87-603-2387-6

ISBN (WWW) 87-603-2389-2

ISSN 1399-2260

Uddannelsesstyrelsens håndbogsserie (Online) 1399-7394

Udgivet af Undervisningsministeriet, Uddannelsesstyrelsen, Område for Grundskolen

Bestilles (UVM 5-447) hos:  
Undervisningsministeriets forlag  
Strandgade 100 D  
1401 København K  
Tlf. nr.: 3392 5220  
Fax nr.: 3392 5219  
E-mail: [forlag@uvm.dk](mailto:forlag@uvm.dk)  
eller hos boghandlere

Tryk: Scanprint as

Printed in Denmark 2004

# Indhold

<b>4</b>	<b>Forord</b>
<b>5</b>	<b>Indledning</b>
<b>7</b>	<b>Folkeskolens formål</b>
<b>8</b>	<b>Om Fælles Mål</b>
<b>10</b>	<b>Læreplan</b>
<b>10</b>	<b>Signalement af faget</b>
<b>11</b>	<b>Formål for faget</b>
<b>12</b>	<b>Slutmål</b>
12	Efter 4./5./6./7. klassetrin
<b>14</b>	<b>Beskrivelser</b>
14	Udviklingen i undervisningen på 6. og 7. klassetrin
<b>16</b>	<b>Beskrivelser og slutmål – synoptisk opstillet</b>
<b>20</b>	<b>Læseplan</b>
<b>23</b>	<b>Hjemkundskab som valgfag</b>
24	Læreplan for hjemkundskab som valgfag
24	Signalement af hjemkundskab som valgfag
25	Formål for hjemkundskab som valgfag
26	Slutmål for hjemkundskab som valgfag
28	Læseplan for hjemkundskab som valgfag
<b>30</b>	<b>Undervisningsvejledning</b>

# Forord

Med fornyelsen af folkeskoleloven har regeringen først og fremmest ønsket at styrke fagligheden. Eleverne skal – uanset hvor i landet de går i skole – have mulighed for at tilegne sig de samme kundskaber og færdigheder, og enhver må kunne danne sig et overblik over, hvilke mål der arbejdes hen mod. Det er en forudsætning for at sikre kvaliteten i folkeskolen.

Jeg har valgt at kalde de nye faghæfter for FÆLLES MÅL. Fælles Mål dækker over de to vigtigste sæt af faglige tekster til skolens fag og emner. For det første de bindende fælles nationale mål i form af fagformål, centrale kundskabs- og færdighedsområder (slutmål) og trinmål samt mål og bindende indholdsbeskrivelser for børnehaveklassen. For det andet de vejledende læseplaner og beskrivelser af udviklingen i undervisningen frem mod trin- og slutmål. Når de lokale læseplaner og beskrivelser er endeligt godkendt af kommunalbestyrelsen, bliver også de bindende – og dermed fælles – for den enkelte skole.

Fælles Mål har til hensigt at gøre det muligt at følge udviklingen i elevernes kundskabstilegnelse – fra de starter i børnehaveklassen, til de forlader folkeskolen. I en rummelig folkeskole skal alle børn have mulighed for at lære så meget som muligt. Skolens undervisning skal fortsat tage udgangspunkt i det enkelte barns styrkeområder, samtidig med at barnet bringes frem mod de fælles mål. Netop derfor er det helt afgørende, at lærerne og børnehaveklasselederne fortsat har frihed til – og dermed også ansvar for – at tilrettelægge undervisningen, så den tilgodeser den enkelte elev.

Folkeskolens formålsparagraf udtrykker fortsat på meget fin vis folkeskolens værdigrundlag og angiver den overordnede indholdsramme for skolens arbejde med elevernes alsidige personlige udvikling. Det handler om at lære noget, og det handler om at udvikle sig som menneske.

Det er i den enkelte kommune og på den enkelte folkeskole, at kvaliteten i folkeskolen skabes. Dette kan kun ske i et frugtbart samarbejde mellem lærere, børnehaveklasseledere, pædagoger, skolens øvrige medarbejdere og ledelse. Skolen har en væsentlig plads at udfylde i det enkelte barns liv, og et godt samarbejde med forældrene er en forudsætning for, at skolen kan løse sine opgaver.

Jeg håber, at de nye Fælles Mål hæfter bliver et godt værktøj i dagligdagen på skolerne.

ULLA TØRNÆS  
*Undervisningsminister*

# Indledning

Fælles Mål for undervisningen kan medvirke til at styrke kvaliteten i folkeskolen på en række områder. Trinmål og slutmål kan give lærerne et klart og tydeligt billede af, hvad eleverne skal lære, uden at der tages stilling til hvordan. Trinmål og slutmål er samtidig et dialogværktøj mellem lærer og elev, lærere indbyrdes, mellem skoleleder og lærerteam samt mellem skole og hjem.

De fælles mål skal sikre en fælles folkeskole. Eleverne skal – uanset hvor i landet de går i skole – have mulighed for at tilegne sig de samme kundskaber og færdigheder. Målbeskrivelserne skal endvidere hjælpe lærere, forældre og elever med at være opmærksomme på, om en elev har brug for større udfordringer, støtte eller særlig opmærksomhed. Målene er således i høj grad et værktøj, der fremmer undervisningsdifferentiering.

Fælles Mål er en videreudvikling af Klare Mål. Det arbejde, som skolerne har iværksat med at planlægge undervisning ud fra målbeskrivelser, kan fortsætte. Tidligere kunne kommunerne vælge at gøre Undervisningsministeriets vejledende delmål til deres egne eller fastsætte egne delmål. Det nye er, at alle kommuner og skoler fremover skal følge de samme trinmål. Dertil kommer, at børnehaveklassens mål og indhold er blevet præciseret, således at der nu er fælles regler for, hvad børnene skal lære i børnehaveklassen. Hermed har børnehaveklassens undervisning fået vilkår, som er sammenlignelige med undervisningen på de efterfølgende klassetrin.

I forbindelse med revisionen af faghæfterne indføres to nye begreber: Læreplan og Undervisningsvejledning (tidligere: Vejledning). Læreplanen indeholder en præambel (et signalement af faget), fagets formål, CKF/slutmål, trinmål, vejledende beskrivelser af udviklingen i undervisningen frem mod trin- og slutmål samt den vejledende læseplan. Undervisningsvejledningen indeholder som hidtil en vejledning i form af en række råd og vink til undervisningen. De to begreber – læreplan og undervisningsvejledning – er valgt for at skabe overensstemmelse i sprogbrug mellem folkeskole og ungdomsuddannelse med henblik på at fremme samarbejdet og kontinuiteten i uddannelsessystemet.

I forbindelse med omdannelsen af delmål til trinmål er der foretaget visse konsekvensrettelser i de vejledende læseplaner. De overskrifter, som de centrale kundskabs- og færdighedsområder er bygget op om, kan fremover genfindes i læseplanerne.

Som noget nyt skal kommunerne udarbejde beskrivelser af udviklingen i undervisningen frem mod trin- og slutmål. Ifølge folkeskoleloven udsender undervisningsministeren et vejledende materiale til understøttelse af disse beskrivelser. Materialet er indeholdt i læreplanen for det enkelte fag.

Skolernes arbejde med elevernes alsidige personlige udvikling skal også videreføres. Forpligtelsen er nu indskrevet i selve folkeskoleloven.

KIM MØRCH JACOBSEN  
*Uddannelsesdirektør*



# Folkeskolens formål

*Fra bekendtgørelse af lov om folkeskolen nr. 870 af 21. oktober 2003*

§ 1. Folkeskolens opgave er i samarbejde med forældrene at fremme elevernes tilegnelse af kundskaber, færdigheder, arbejdsmetoder og udtryksformer, der medvirker til den enkelte elevs alsidige personlige udvikling.

*Stk. 2.* Folkeskolen må søge at skabe sådanne rammer for oplevelse, virkelyst og fordybelse, at eleverne udvikler erkendelse, fantasi og lyst til at lære, således at de opnår tillid til egne muligheder og baggrund for at tage stilling og handle.

*Stk. 3.* Folkeskolen skal gøre eleverne fortrolige med dansk kultur og bidrage til deres forståelse for andre kulturer og for menneskets samspil med naturen. Skolen forbereder eleverne til medbestemmelse, medansvar, rettigheder og pligter i et samfund med frihed og folkestyre. Skolens undervisning og hele dagligliv må derfor bygge på åndsfrihed, ligeværd og demokrati.

§ 2. Folkeskolen er en kommunal opgave. Kommunalbestyrelsen har ansvaret for, at alle børn i kommunen sikres vederlagsfri undervisning i folkeskolen. Kommunalbestyrelsen fastlægger, jf. § 40, mål og rammer for skolernes virksomhed inden for denne lov.

*Stk. 2.* Den enkelte skole har inden for de givne rammer ansvaret for undervisningens kvalitet i henhold til folkeskolens formål, jf. § 1, og fastlægger selv undervisningens organisering og tilrettelæggelse.

*Stk. 3.* Elever og forældre samarbejder med skolen om at leve op til folkeskolens formål.

# Om Fælles Mål

Med Lov om ændring af lov om folkeskolen af 30. april 2003 fastsættes fælles nationale mål for undervisningen. Det indebærer, at undervisningsministeren – i lighed med tidligere – fastsætter regler om formålet med undervisningen og om centrale kundskabs- og færdighedsområder, dvs. slutmål, for alle folkeskolens 42 fag og emner.

Endvidere fastsætter undervisningsministeren som noget nyt bindende mål – trinmål – på bestemte klassetrin. Trinmålene fastsættes, hvor det er pædagogisk begrundet ud fra det enkelte fags vejledende timetal, opbygning og progression.

Folkeskolens formål						
Fag	Fag	Fag	Fag	Fag	Fag	Fagets formål
						CKF slutmål
						Trinmål
						Beskrivelser
						Læseplan
						Undervisningsvejledning

Slutmål og trinmål angiver fælles nationale mål for, hvad undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig af kundskaber og færdigheder i faget eller emnet, henholdsvis ved afslutningen af undervisningen og ved afslutningen af bestemte klassetrin.

Slutmålene – eller de centrale kundskabs- og færdighedsområder – er de langsigtede mål, som skal fungere som pejlemærker for undervisningen i hele forløbet. Trinmålene er de kortsigtede mål, som anvendes i forbindelse med planlægning og evaluering af undervisningen, som dialogredskab og som områder i forbindelse med vurderingen af elevens udbytte af undervisningen.

Ved udformningen af trinmål er der taget udgangspunkt i de vejledende delmål fra Klare Mål. Der er dog sket nogle justeringer som følge af, at minimumstimetallet øges, at der er kommet et minimumstimetal i visse fag, og at der i visse fag sker en ændring i begyndelses- og sluttidspunktet.

Undervisningsministeren udsender vejledende læseplaner, der angiver indholdet i undervisningen. Kommunalbestyrelsen godkender efter indstilling fra skolebestyrelsen skolens læseplaner.

Som et nyt element i det faglige hierarki skal kommunen udarbejde beskrivelser af udviklingen i undervisningen frem mod trin- og slutmål. Beskrivelserne anvendes som et redskab i lærernes planlægning af undervisningen og i samarbejdet om fag og tværfaglige forløb med henblik på at understøtte den enkelte elevs udvikling og behov.

Undervisningsministeren udsender vejledende beskrivelser. Kommunalbestyrelsen godkender beskrivelserne efter indstilling fra skolebestyrelsen.



Med fornyelsen af folkeskoleloven har undervisningsministeren hjemmel til at fastsætte en indholdsbeskrivelse, der angiver mål for børnehaveklassen. Mål og indhold for børnehaveklassen er udformet som et faghæfte og findes ligesom de øvrige fag og emner på hjemmesiden.

## Fagenes teksthierarki

1993-loven	Klare Mål	Fælles Mål	
Formål CKF (Prøvebestemm.)	Formål CKF (Slutmål) (Prøvebestemm.)	Formål Slutmål – CKF Trinmål (Prøvebestemm.)	Centrale bestemmelser
Læseplaner	Delmål Læseplaner Elevens alsidige	Beskrivelser Læseplaner Elevens alsidige	Lokale bestemmelser
Vejledning	Vejledning	Undervisnings- vejledning	Vejledende tekster

Undervisningsministeren udsender endvidere et vejledende materiale om beskrivelsen af elevernes alsidige personlige udvikling med udgangspunkt i folkeskolens formålsparagraf. Kommunalbestyrelsen skal sikre, at hensynet til elevernes alsidige personlige udvikling er tilgodeset gennem beskrivelser i læseplanerne eller på anden hensigtsmæssig måde. "Elevernes alsidige personlige udvikling" er udformet som et faghæfte og findes ligesom de øvrige fag og emner på hjemmesiden.

### Formål – fag og alsidig personlig udvikling

[illegible]

I praksis udmøntes undervisningsministerens hjemmel til at udsende bindende og vejledende faglige tekster ved dels at udsende 25 faghæfter – hvoraf dette hæfte er ét af dem – dels ved at oprette en hjemmeside for alle fag og emner:

<http://www.faellesmaal.uvm.dk>

## Læreplan for hjemkundskab består af:

- **Signalement**
- **Formål**
- **Slutmål**
- **Beskrivelser**
- **Læseplan**

## Signalement af faget

Der undervises i hjemkundskab på et eller flere klassetrin inden for 4.-7. klassetrin.

De centrale kundskabs- og færdighedsområder er:

Mad, måltider og livskvalitet

Fødevarer og håndværk

Forbrug, miljø og ressourcer

Hygiejne og sundhed.

I hjemkundskab skal de grundlæggende kundskaber og færdigheder i hvert af de fire områder udvikles som en helhed på alle fagets klassetrin både i faget hjemkundskab, og når hjemkundskab indgår i tværgående emner og problemstillinger.

De centrale kundskabs- og færdighedsområder er grundlaget for tilrettelæggelsen, gennemførelsen og evalueringen af undervisningen, således at eleverne får mulighed for at

- få kendskab til de vilkår og værdier, hjemmet har i samspillet mellem natur, kultur, samfund og historie
- forstå betydningen af anvendelsen af ressourcer for miljø, sundhed og livskvalitet
- opleve med alle sanser i æstetisk og skabende virksomhed
- forholde sig kritisk og udvikle handlemuligheder i forhold til sammenhænge og problemstillinger i hverdagslivet.

# Formål for faget

Formålet med undervisningen i hjemkundskab er, at eleverne tilegner sig kundskaber og færdigheder, så de bliver i stand til at tage medansvar og udvise omsorg for den virksomhed, der finder sted i hjemmet, og at de opnår indsigt i de vilkår og værdier, dette livsområde har i samspil med natur, kultur og samfund.

*Stk. 2.* Gennem praktiske, eksperimenterende og skabende opgaver får eleverne mulighed for sansemæssige og æstetiske oplevelser og for at udvikle selvværd og livsglæde, så de i fællesskab med andre og hver for sig får lyst til og bliver i stand til at tage kritisk stilling og handle i hjem og samfund.

*Stk. 3.* Gennem undervisningen fremmes elevernes forståelse af egen og andres kultur, som den kommer til udtryk i udførelsen af hjemmets opgaver, samt for den betydning, anvendelsen af ressourcer har for miljø, sundhed og livskvalitet. Undervisningen skal lægge op til, at eleverne oplever værdien af et fællesskab og samarbejde, der bygger på ligeværd og tolerance.

# Slutmål

## Efter 4./5./6./7. klassetrin

### Mad, måltider og livskvalitet

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

- vælge, sammensætte og tilberede enkle og forskellige typer af måltider
- give eksempler på måltidets sociale, kulturelle og historiske aspekter
- sætte ord på sansemæssige oplevelser af måltidet
- vurdere retter og måltider ud fra sundheds-, smags- og forbrugskriterier
- anvende kostanbefalinger og digitale kostberegninger
- beskrive forskellige madkulturer
- overveje og drøfte ansvar og omsorg i forbindelse med mad og måltider.

### Fødevarer og håndværk

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

- planlægge indkøb og arbejdsproces
- sætte navne på almindeligt anvendte fødevarer og inddele dem i fødevaregrupperne
- undersøge forskellige fødevarer og deres kvalitet i forhold til sundhed, miljø og teknologi
- tilberede fødevarer efter grundlæggende madlavningsteknikker og -metoder
- bruge og vedligeholde redskaber, udstyr og tekniske hjælpemidler
- give eksempler på fødevarers vej fra jord til bord
- nyde og skabe æstetiske indtryk og udtryk.

### Forbrug, miljø og ressourcer

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

- vurdere en vare ud fra en varedeklaration
- sætte forbrug i relation til behov, valg og vaner
- finde frem til relevante forbrugerinformationer
- forstå, at forbrugsvalg har miljø- og ressourcemæssige konsekvenser
- tage kritisk stilling som forbruger.

# Slutmål

## Hygiejne og sundhed

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

- håndtere grundlæggende principper for almen køkken- og personlig hygiejne
- opbevare fødevarer korrekt
- forstå betydningen af vedligeholdelse, oprydning, rengøring og vask
- forklare hygiejnens betydning for miljø og sundhed.

# Beskrivelser

## Udviklingen i undervisningen på 6. og 7. klassetrin

Skolerne kan organisere den obligatoriske hjemkundskabsundervisning på forskellig måde. Undervisningsministeriets vejledende beskrivelser af udviklingen i undervisningen frem mod slutmålerne bygger på et toårigt forløb på 6. og 7. klassetrin. Vælger skolen en anden organisering, må der tages højde for dette ved udarbejdelsen af de lokale beskrivelser.

### Mad, måltider og livskvalitet

Undervisningen i hjemkundskab omhandler et livsområde, eleverne har kendskab til fra hjemmet, og den tager sit udgangspunkt i de erfaringer, eleverne på forskellig vis besidder.

I den første undervisning præsenteres eleverne for mange forskellige råvarer. De tilbereder enkle retter og måltider, og der tales om syns-, duft- og smagsindtryk.

Ved hjælp af bl.a. kostmodeller og it arbejdes der med sammensætning og vurdering af hverdagens måltider både ud fra en sundhedsmæssig og en forbrugsmæssig vinkel. Historiske retter, mad til fest, traditioner og højtider og retter fra andre kulturer er emner, som eleverne undersøger, diskuterer og arbejder praktisk med flere gange i forløbet.

I forbindelse med at eleverne tilbereder og spiser måltidet, er det vigtigt, at de bliver opmærksomme på måltidets sociale betydning og på, at man i hjemmet og også i andre sammenhænge har et fælles ansvar for både forberedelsen og gennemførelsen af måltidet.

### Fødevarer og håndværk

Det kendskab, som eleverne allerede har til forskellige fødevarer, udnyttes. Efterhånden lærer de gennem det praktiske og konkrete arbejde flere og flere fødevarer og deres anvendelsesmuligheder at kende.

De elementære madlavningsteknikker, fx stegning, bagning og kogning samt brugen af køkkenets redskaber og maskiner, indgår med stigende sværhedsgrad i det praktiske arbejde. Når eleverne har opnået et varieret kendskab til både fødevarer og tilberedningsmetoder, stilles de opgaver, hvor de skal udarbejde indkøbslister og planer for det praktiske arbejde.

Eleverne undersøger, hvordan fødevarer bliver produceret, og der skabes situationer, hvor eleverne selv eksperimenterer med forskellige produkter. Sammenhængen mellem produktionsformer, pris og kvalitet vurderes.

# Beskrivelser

I forbindelse med tilberedning og præsentation af forskellige typer af retter bevidstgøres eleverne om, at konsistens, nydelse, anretning og servering har betydning for den smagsmæssige oplevelse.

## **Forbrug, miljø og ressourcer**

Undervejs i det praktiske arbejde lærer eleverne at læse en varedeklaration. De oplysninger, som deklarationen giver, diskuteres og vurderes. Eleverne udarbejder i forlængelse af deres egen produktion eksempler på varedeklarationer for deres produkter.

Valgmuligheder og ressourceforbrug i forhold til aktiviteter med madlavning, rengøring og indkøb præsenteres og diskuteres. Fx sammenlignes energi- og vandforbrug ved forskellige tilberedningsmetoder.

Der skabes situationer, hvor eleverne gennem praktiske og konkrete opgaver, i pjecer og tidsskrifter og via it skal søge informationer om fx forbrugers rettigheder, vareudbud og miljømæssige faktorer.

## **Hygiejne og sundhed**

Forskellige råvarers krav til opbevaring og håndtering undersøges gennem enkle, praktiske forsøg med fx mikroorganismer, temperatur og pH-værdi.

Som en naturlig del af undervisningen lærer eleverne om betydningen af håndvask, opvask, rene redskaber og tekstiler samt om vigtigheden af at adskille råvarer og at opvarme og afkøle korrekt.

Den personlige hygiejne, køkkenhygiejnen, håndteringen af råvarer og disse forholds betydning for sundhed og livskvalitet indgår i såvel det praktiske arbejde som i drøftelserne af valg og konsekvenser.

# Beskrivelser og slutmål – synoptisk opstillet

Beskrivelse af udviklingen i undervisningen på 6. og 7. klassetrin	Slutmål efter 4./5./6./7. klassetrin
<p><b>Mad, måltider og livskvalitet</b></p> <p>Undervisningen i hjemkundskab omhandler et livsområde, eleverne har kendskab til fra hjemmet, og den tager sit udgangspunkt i de erfaringer, eleverne på forskellig vis besidder.</p> <p>I den første undervisning præsenteres eleverne for mange forskellige råvarer. De tilbereder enkle retter og måltider, og der tales om syns-, duft- og smagsindtryk.</p> <p>Ved hjælp af bl.a. kostmodeller og it arbejdes der med sammensætning og vurdering af hverdagens måltider både ud fra en sundhedsmæssig og en forbrugsmæssig vinkel. Historiske retter, mad til fest, traditioner og højtider og retter fra andre kulturer er emner, som eleverne undersøger, diskuterer og arbejder praktisk med flere gange i forløbet.</p> <p>I forbindelse med at eleverne tilbereder og spiser måltidet, er det vigtigt, at de bliver opmærksomme på måltidets sociale betydning og på, at man i hjemmet og også i andre sammenhænge har et fælles ansvar for både forberedelsen og gennemførelsen af måltidet.</p>	<p><b>Mad, måltider og livskvalitet</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vælge, sammensætte og tilberede enkle og forskellige typer af måltider</li> <li>• give eksempler på måltidets sociale, kulturelle og historiske aspekter</li> <li>• sætte ord på sansemæssige oplevelser af måltidet</li> <li>• vurdere retter og måltider ud fra sundheds-, smags- og forbrugskriterier</li> <li>• anvende kostanbefalinger og digitale kostberegninger</li> <li>• beskrive forskellige madkulturer</li> <li>• overveje og drøfte ansvar og omsorg i forbindelse med mad og måltider.</li> </ul>



# Beskrivelser og slutmål

## – synoptisk opstillet

Beskrivelse af udviklingen i undervisningen på 6. og 7. klassetrin	Slutmål efter 4./5./6./7. klassetrin
<b>Fødevarer og håndværk</b> <p>Det kendskab, som eleverne allerede har til forskellige fødevarer, udnyttes. Efterhånden lærer de gennem det praktiske og konkrete arbejde flere og flere fødevarer og deres anvendelsesmuligheder at kende.</p> <p>De elementære madlavningsteknikker, fx stegning, bagning og kogning samt brugen af køkkenets redskaber og maskiner, indgår med stigende sværhedsgrad i det praktiske arbejde. Når eleverne har opnået et varieret kendskab til både fødevarer og tilberedningsmetoder, stilles de opgaver, hvor de skal udarbejde indkøbslister og planer for det praktiske arbejde.</p> <p>Eleverne undersøger, hvordan fødevarer bliver produceret, og der skabes situationer, hvor eleverne selv eksperimenterer med forskellige produkter. Sammenhængen mellem produktionsformer, pris og kvalitet vurderes.</p> <p>I forbindelse med tilberedning og præsentation af forskellige typer af retter bevidstgøres eleverne om, at konsistens, nydelse, anretning og servering har betydning for den smagsmæssige oplevelse.</p>	<b>Fødevarer og håndværk</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• planlægge indkøb og arbejdsproces</li><li>• sætte navne på almindeligt anvendte fødevarer og inddele dem i fødevaregrupperne</li><li>• undersøge forskellige fødevarer og deres kvalitet i forhold til sundhed, miljø og teknologi</li><li>• tilberede fødevarer efter grundlæggende madlavningsteknikker og -metoder</li><li>• bruge og vedligeholde redskaber, udstyr og tekniske hjælpemidler</li><li>• give eksempler på fødevarers vej fra jord til bord</li><li>• nyde og skabe æstetiske indtryk og udtryk.</li></ul>

## Beskrivelser og slutmål – synoptisk opstillet

Beskrivelse af udviklingen i undervisningen på 6. og 7. klassetrin	Slutmål efter 4./5./6./7. klassetrin
<p><b>Forbrug, miljø og ressourcer</b></p> <p>Undervejs i det praktiske arbejde lærer eleverne at læse en varedeklaration. De oplysninger, som deklarationen giver, diskuteres og vurderes. Eleverne udarbejder i forlængelse af deres egen produktion eksempler på varedeklarationer for deres produkter.</p> <p>Valgmuligheder og ressourceforbrug i forhold til aktiviteter med madlavning, rengøring og indkøb præsenteres og diskuteres. Fx sammenlignes energi- og vandforbrug ved forskellige tilberedningsmetoder.</p> <p>Der skabes situationer, hvor eleverne gennem praktiske og konkrete opgaver, i pjecer og tidsskrifter og via it skal søge informationer om fx forbrugerens rettigheder, vareudbud og miljømæssige faktorer.</p>	<p><b>Forbrug, miljø og ressourcer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vurdere en vare ud fra en varedeklaration</li> <li>• sætte forbrug i relation til behov, valg og vaner</li> <li>• finde frem til relevante forbrugerinformationer</li> <li>• forstå, at forbrugsvalg har miljø- og ressourcemæssige konsekvenser</li> <li>• tage kritisk stilling som forbruger.</li> </ul>

# Beskrivelser og slutmål

## – synoptisk opstillet

Beskrivelse af udviklingen i undervisningen på 6. og 7. klassetrin	Slutmål efter 4./5./6./7. klassetrin
<p><b>Hygiejne og sundhed</b></p> <p>Forskellige råvarers krav til opbevaring og håndtering undersøges gennem enkle, praktiske forsøg med fx mikroorganismer, temperatur og pH værdi.</p> <p>Som en naturlig del af undervisningen lærer eleverne om betydningen af håndvask, opvask, rene redskaber og tekstiler samt om vigtigheden af at adskille råvarer og at opvarme og afkøle korrekt.</p> <p>Den personlige hygiejne, køkkenhygiejnen, håndteringen af råvarer og disse forholds betydning for sundhed og livskvalitet indgår i såvel det praktiske arbejde som i drøftelserne af valg og konsekvenser.</p>	<p><b>Hygiejne og sundhed</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• håndtere grundlæggende principper for almen køkken- og personlig hygiejne</li><li>• opbevare fødevarer korrekt</li><li>• forstå betydningen af vedligeholdelse, oprydning, rengøring og vask</li><li>• forklare hygiejnens betydning for miljø og sundhed.</li></ul>

# Læseplan

Læseplanen er struktureret ud fra de fire centrale kundskabs- og færdighedsområder. Omdrejningspunktet for undervisningen og indholdet i faget er det praktiske og konkrete arbejde, og der lægges vægt på at skabe sammenhæng mellem teori og praksis.

Hjemkundskab er dels et humanistisk fag, dels et naturvidenskabeligt fag, der beskæftiger sig med hjemmet som et centralt livsområde. Der lægges i faget op til, at eleverne udfolder sig eksperimenterende og skabende, at de oplever med alle sanser, at de bliver i stand til at tage stilling og handle, samt at de forbinder fagets indhold med livskvalitet, lyst og glæde.

## Obligatorisk forløb

Den obligatoriske hjemkundskabsundervisning skal finde sted på et eller flere klassetrin fra 4.-7. klasse. Skolerne kan organisere dette på forskellig måde. Denne læseplan for den obligatoriske undervisning forudsætter et toårigt forløb på 6. og 7. klassetrin.

De fire centrale kundskabs- og færdighedsområder indgår på varieret måde og med forskellig vægtning som en helhed i undervisningen. Alle områder vil ikke kunne tilgodeses i lige høj grad ved de enkelte emner, temaer eller problemstillinger, men når det obligatoriske forløb er afsluttet, skal undervisningen have været tilrettelagt således, at eleverne har kunnet tilegne sig kundskaber og færdigheder i alle fire områder. Fagets forskellige virksomhedsformer indgår i et samspil, og der lægges vægt på, at eleverne arbejder med emner og problemstillinger, som tager udgangspunkt i praktiske processer og i hjemmets anliggender.

Den håndværksmæssige virksomhed vil oftest være udgangspunktet i forbindelse med arbejdet med fødevarer, materialer, metoder, teknikker og redskaber. Dette giver mulighed for oplevelser, hvor alle sanser vækkes, stimuleres og udfordres. Det sker primært gennem tilberedning, anretning og spisning af maden, men også gennem oprydning og vedligeholdelse.

Den skabende, eksperimenterende og undersøgende virksomhed giver gode muligheder for udvikling af færdigheder, forståelse og fantasi. Den har en fremtrædende plads i såvel planlægning, det praktiske og teoretiske arbejde som i evaluering af både proces og produkt.

Samtalen i undervisningen finder sted i forbindelse med både det praktiske og det teoretiske arbejde. I samtalen perspektiveres synsvinkler og værdier på de valgte emner og problemstillinger, og eleverne udfordres til eftertanke og forståelse.

Undervisningen organiseres forskelligt afhængigt af elevernes forudsætninger og arbejdsopgavernes indhold. Der arbejdes individuelt eller i mindre eller større grupper afhængigt af opgavernes omfang og sværhedsgrad.

## Mad, måltider og livskvalitet

I dette område er det helt centrale, at eleverne erfarer gennem skabende og kreative processer og de sansemæssige oplevelser. Gennem de forskellige undervisningsforløb opøver eleverne færdighed i at tilrettelægge og tilberede forskellige måltider. Desuden arbejdes der løbende med madens betydning for sundhed og livskvalitet.

Eleverne skal arbejde med at

- tilberede forskellige typer af måltider
- sammensætte måltider til hverdag og fest både i hjemmet og i andre sammenhænge
- deltage i måltidsfællesskaber med fokus på smag og nydelse
- vurdere, hvad man spiser og hvorfor
- undersøge og vurdere færdige retter og måltider
- planlægge og sammensætte måltider ud fra kostanbefalinger og kostråd
- beregne og vurdere mad og måltider, bl.a. ved anvendelse af it
- undersøge danske og andre kulturers mad- og måltidstraditioner.

## Fødevarer og håndværk

Det centrale i dette område er, at eleverne tilegner sig både håndværksmæssige færdigheder og kundskaber om de praktiske madlavningsprocesser. Desuden skal de kende til udbud og produktion af forskellige fødevarer samt deres anvendelsesmuligheder.

Eleverne skal arbejde med at

- anvende forskellige madlavningsmetoder og teknikker
- læse og bruge forskellige opskrifter
- eksperimentere med tilberedning af forskellige fødevarer
- undersøge fødevarers reaktion og forandring under tilberedning
- vurdere og justere smagen i forskellige retter
- planlægge indkøb og arbejdsprocesser
- anrette og præsentere forskellige fødevarer og retter
- undersøge fødevarers oprindelse, sæson og kvalitet
- undersøge forskellige fødevarers vej fra jord til bord
- bruge og vedligeholde køkkenets redskaber og maskiner
- anvende korrekte arbejdsstillinger samt kende til de risikomomenter, der er forbundet med det praktiske arbejde.

## Forbrug, miljø og ressourcer

Eleverne arbejder med deres roller som bevidste forbrugere i forhold til opgaver i hjemmet og egne behov. Der lægges op til, at eleverne i de praktiske og konkrete opgaver arbejder miljø- og ressourcebevidst og får indsigt i, at de daglige handlinger har forskellige miljømæssige konsekvenser.

# Læseplan

Eleverne skal arbejde med at

- analysere og vurdere forbrug i relation til valg og vaner
- planlægge, vurdere og foretage indkøb
- læse varedeklarationer og kende andre former for mærkning af varer
- sammenligne og vurdere varer i forhold til indhold, pris og kvalitet
- søge information om fødevarelovgivning og forbrugerinstitutioner
- undersøge og vurdere miljømæssige problemstillinger i husholdninger
- analysere og vurdere etiske problemstillinger, fx produktionsformer og dyrevelfærd
- være bevidst om egen forbrugerrolle og indflydelse.

## Hygiejne og sundhed

Det centrale i dette område er, at eleverne tilegner sig forståelse for sundhedens og hygiejnens betydning i forbindelse med indkøb, madlavning, opbevaring af fødevarer, rengøring og personlig hygiejne.

Eleverne skal arbejde med at

- lære metoder og teknikker i forbindelse med køkkenhygiejne og personlig hygiejne
- tilegne sig viden om, hvordan fødevarer opbevares korrekt
- undersøge mikroorganismers forekomst, betydning, vækstbetingelser og spredning
- vaske korrekt op og deltage i rengøring og vedligeholdelse af redskaber og udstyr
- anvende enkle opbevarings- og konserveringsprincipper, fx frysning og syltning
- undersøge sammenhængen mellem fysisk, psykisk og social sundhed.

## **Hjemkundskab som valgfag**

## Læreplan for hjemkundskab som valgfag består af:

- **Signalement**
- **Formål**
- **Slutmål**
- **Læseplan**

## Signalement af hjemkundskab som valgfag

Der undervises i hjemkundskab som valgfag på 8. og/eller 9. og/eller 10. klassetrin.

De centrale kundskabs- og færdighedsområder er:

Mad, måltider og livskvalitet

Fødevarer og håndværk

Forbrug, miljø og ressourcer

Hygiejne og sundhed.

I hjemkundskab som valgfag anvender og uddyber eleverne de kundskaber og færdigheder, de besidder, bl.a. fra den obligatoriske undervisning. De grundlæggende kundskaber og færdigheder i de fire områder udvikles som en helhed både i hjemkundskab som valgfag, og når valgfaget indgår i tværgående emner og problemstillinger.

De centrale kundskabs- og færdighedsområder er grundlaget for tilrettelæggelsen, gennemførelsen og evalueringen af undervisningen, således at eleverne får mulighed for at

- opnå indsigt i de vilkår og værdier, hjemmet har i samspillet mellem natur, kultur, samfund og historie
- forstå betydningen af anvendelsen af ressourcer, for miljø, sundhed og livskvalitet
- opleve og udtrykke sig med alle sanser i æstetisk og skabende virksomhed
- forholde sig kritisk og udvikle handlemuligheder i forhold til sammenhænge og problemstillinger i hverdagslivet.



## Formål for hjemkundskab som valgfag

Formålet med undervisningen i hjemkundskab er, at eleverne tilegner sig kundskaber og færdigheder, så de bliver i stand til at tage medansvar og udvise omsorg for den virksomhed, der finder sted i hjemmet, og at de opnår indsigt i de vilkår og værdier, dette livsområde har i samspil med natur, kultur og samfund.

*Stk. 2.* Gennem praktiske, eksperimenterende og skabende opgaver får eleverne mulighed for sansemæssige og æstetiske oplevelser og for at udvikle selvværd og livsglæde, så de i fællesskab med andre og hver for sig får lyst til og bliver i stand til at tage kritisk stilling og handle i hjem og samfund.

*Stk. 3.* Gennem undervisningen fremmes elevernes forståelse af egen og andres kultur, som den kommer til udtryk i udførelsen af hjemmets opgaver, samt for den betydning, anvendelsen af ressourcer har for miljø, sundhed og livskvalitet. Undervisningen skal lægge op til, at eleverne oplever værdien af et fællesskab og samarbejde, der bygger på ligeværd og tolerance.

# Slutmål for hjemkundskab som valgfag

## Efter 8./9./10. klassetrin

### Mad, måltider og livskvalitet

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

- sammensætte, tilberede og anrette måltider til forskellige lejligheder
- smage forskelle og sætte smagserfaringer i relation til kryddring, fødevarer, tilberedningsformer, måltider, servering, stemning og rum
- give eksempler på måltider gennem tiden og i forskellige kulturer
- anvende forskellige kostanbefalinger og digitale kostberegninger til sammensætning og vurdering af måltider
- forholde sig til faktorer, der påvirker mad og måltider, og deres betydning for sundhed og livskvalitet
- vurdere mad og måltiders betydning for ressourcer og miljø
- forholde sig til aktuelle emner og problemstillinger om mad og måltider.

### Fødevarer og håndværk

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

- planlægge og tilberede varieret, indbydende og velsmagende mad
- planlægge praktiske arbejdsprocesser, alene og sammen med andre
- benytte faglige udtryk og begreber
- vurdere fødevarers kvalitet ud fra indhold, smag og anvendelse
- drøfte etiske problemstillinger herunder genteknologi og dyrevelfærd
- finde oplysninger i relevante medier om fødevarer, lovgivning mv.
- eksperimentere med råvaresammensætning, smagsgivere og teknikker
- behandle fødevarer, redskaber og udstyr hensigtsmæssigt
- give eksempler på fødevarers oprindelse, produktion og opbevaring
- vælge opskrifter og tilpasse dem efter forskellige kriterier.

# Slutmål for hjemkundskab som valgfag

## Forbrug, miljø og ressourcer

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

- drøfte sammenhængen mellem forbrug og teknologi- og samfundsudvikling
- undersøge forbrugets sammenhæng med vareproduktion og markedsføring
- tage stilling til egne behov og ønsker i hverdagen og de faktorer, der påvirker deres valg
- undersøge forbrugerens rettigheder i forhold til indkøb og anvendelse af varer
- forholde sig til ressourceanvendelse i husholdning og vareproduktion
- anvende principper om bæredygtig husholdning i forbindelse med indkøb, madlavning, opvask og vask
- foretage økonomiske overvejelser i forhold til indkøb
- forholde sig til sammenhænge mellem forurening af natur og fødevarer.

## Hygiejne og sundhed

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

- håndtere hygiejneprincipper ved tilberedning og opbevaring af fødevarer
- behandle redskaber og udstyr hensigtsmæssigt
- udføre god personlig hygiejne i forbindelse med arbejdet med fødevarer
- anvende konserveringsprincipperne frysning og syltning
- beskrive forskellige rengørings- og vaskemidler samt deres anvendelse
- forklare forskellige vaskesymboler
- give eksempler på mikroorganismers forekomst og betydning i miljøet, i fødevarerne og hos mennesket
- forholde sig til hygiejneproblematikken i fødevareproduktionen
- forholde sig til vilkår for husarbejde og dets betydning for sundhed og livskvalitet.

# Læseplan for hjemkundskab som valgfag

Valgfagsundervisningen i hjemkundskab tilrettelægges på 8. og/eller 9. og/eller 10. klassetrin. Forløbet kan eventuelt afsluttes med folkeskolens afgangsprøve i hjemkundskab. Det er i så fald en betingelse, at eleven efter 7. klasetrin har fulgt undervisningen i et omfang, så undervisningens indhold opfylder kravene til prøven.

Undervisningen i valgfaget skal bygge videre på de kundskaber og færdigheder, som eleverne har tilegnet sig i det obligatoriske forløb. Indholdet omfatter de samme fire kundskabs- og færdighedsområder som i den obligatoriske hjemkundskabsundervisning, men slutmålene for valgfagsundervisningen er udbyggede og mere omfattende. Ud over en fortsættelse af arbejdet fra det obligatoriske forløb skal eleverne således arbejde med mere komplekse opgaver inden for de fire områder.

Det er fortsat det praktiske arbejde, der er omdrejningspunkt for undervisningen. Fagets indhold relateres i højere grad end i det obligatoriske forløb til aktuelle emner og problemstillinger. Det giver eleverne mulighed for gennem undersøgelser og eksperimenter at diskutere, vurdere og tage stilling til de valgte emner og problemstillinger.

Eleverne inddrages i planlægningen af undervisningen, der tager udgangspunkt i fagets indhold og perspektiveres i forhold til fx elevernes hverdagsliv og forbrugerrolle, fødevarerbehov i forhold til sundhed og mødet med andre kulturer. Der kan herigennem lægges op til debat om livskvalitet og livsstil samt om rollen som husholdere med ansvaret for sig selv, fællesskabet, miljøet og ressourcerne.

## Mad, måltider og livskvalitet

Eleverne skal arbejde med at

- planlægge, udføre og vurdere forskellige måltider fra idé, gennem proces, til præsentation
- kombinere smagens fire grundelementer – sødt, surt, salt og bittert – i retter, når retterne smages til, og når der eksperimenteres med nye retter og måltidssammensætning
- sammensætte måltider og menuer ud fra forskellige inspirationskilder som fx opskrifter, fødevarer i sæson og kulturelle påvirkninger
- tilberede, undersøge og vurdere måltider i et historisk og kulturelt perspektiv i forhold til fødevarer, smag, anretning og borddækning
- analysere og diskutere mad og måltiders betydning for sundhed og livskvalitet
- tilberede forskellige måltider og analysere dem ved hjælp af kostanbefalinger og digitale kostberegninger samt vurdere måltidernes sundhedsværdi
- diskutere og undersøge, hvilke samfundsmæssige og kulturelle forhold, der påvirker mad og måltidskulturen.

# Læseplan for hjemkundskab som valgfag

## Fødevarer og håndværk

Eleverne skal arbejde med at

- planlægge indkøb og arbejdsproces
- vælge de mest hensigtsmæssige fødevarer, redskaber, teknikker og metoder til en given opgave og begrunde valgene
- eksperimentere med mere komplekse madlavningsmetoder og teknikker i forhold til kendte og nye fødevarer
- vurdere fødevarers kvalitet i forhold til produktion, anvendelsesmuligheder og smag
- vurdere og diskutere etiske spørgsmål i forbindelse med valg og forbrug af fødevarer
- anvende redskaber, køkkenmaskiner og udstyr hensigtsmæssigt
- kunne arbejde sikkert og med hensigtsmæssige arbejdsstillinger alene og sammen med andre.

## Forbrug miljø og ressourcer

Eleverne skal arbejde med at

- vurdere en fødevarer i forhold til anvendelse, mærkning, pris og kvalitet
- diskutere og undersøge, hvordan medier, reklamer og tilbud påvirker forbrug af fødevarer
- sammenligne og vurdere deklarationer, priser, tilberedningstid, kvalitet af færdigretter, halvfabrikata og råvarer
- finde og undersøge forbrugerinformationer
- diskutere og praktisere en miljøvenlig husholdning i forbindelse med fx tilberedning, rengøring og affaldssortering
- undersøge og vurdere ressourceanvendelse i forbindelse med indkøb, tilberedning, opbevaring og oprydning
- handle som bevidste forbrugere.

## Hygiejne og sundhed

Eleverne skal arbejde med at

- anvende principper for god og hensigtsmæssig køkkenhygiejne, både hvad angår deres egen færden i køkkenet og håndtering og opbevaring af fødevarer
- kende, undersøge og vurdere forskellige mikroorganismers forekomst, spredning og betydning i naturen og i fødevarer i forhold til fødevarers vej fra jord til bord
- tilberede, opbevare og konservere fødevarer hygiejnisk korrekt og begrunde den valgte metode
- udføre praktisk arbejde i forbindelse med opvask, vedligeholdelse af redskaber og vask
- vurdere hygiejnens betydning for sundhed og livskvalitet
- undersøge sammenhængen mellem fysisk, psykisk og social sundhed i forhold til livsstil og levevilkår.

# Undervisningsvejledning

## Indhold

### 32 Indledning

### 33 Elevforudsætninger og progression i faget

### 34 Undervisningens tilrettelæggelse

### 35 Mad, måltider og livskvalitet

35 Sammensætning af måltider

35 Det gode måltid

36 Det æstetiske perspektiv

36 Forskellige madkulturer

36 Livskvalitet

### 36 Fødevarer og håndværk

36 Fødevarer

37 Håndværket – teknikker og metoder

37 Redskaber og udstyr

38 Opskrifter

### 38 Forbrug, miljø og ressourcer

38 Eleven som forbruger

39 Varedeklarationer

39 Miljø og ressourcer

### 39 Hygiejne og sundhed

39 Sundhed

40 Hygiejne

### 40 Fagets kompetencer

### 41 Aktiviteter i faget

41 Eksempler på undervisningsforløb

42 Undervisningseksempel 1

44 Undervisningseksempel 2

### 47 Tværfaglighed/samarbejde med andre fag

### 47 Undervisningsdifferentiering

### 50 Specialundervisning

### 50 Synlighed

# Undervisningsvejledning

## **51 Evaluering**

## **52 Tilsyn**

## **53 Hjemkundskab som valgfag**

## **55 Eksempel på undervisningsforløb**

# Undervisningsvejledning

## Indledning

Undervisningsvejledningen er en redigeret udgave af Vejledning – hjemkundskab fra 1995. Denne tidligere udgave var struktureret ud fra seks faglige kerneområder set under syv forskellige perspektiver. Teksten er redigeret og ajourført i forhold til fagets fire hovedområder: Mad, måltider og livskvalitet, Fødevarer og håndværk, Forbrug, miljø og ressourcer og Hygiejne og sundhed, som også betinger dispositionen i slutmålene samt i de vejledende beskrivelser for faget.

Undervisningsvejledningen indledes med nogle generelle afsnit om undervisning i faget. Herefter følger et langt afsnit med en udvidet beskrivelse af tanker og mulighederne i de fire forskellige centrale kundskabs- og færdighedsområder. Der afsluttes med en præsentation af undervisningseksempler fra faget, og desuden nogle betragtninger om fagets kompetencer, undervisningsdifferentiering og evaluering.

Både indholdsmæssigt og sprogligt er der sket en modernisering af faget. Dels er begreber ændret. Levnedsmidler betegnes nu som fødevarer og madlavning er defineret som et håndværk i de fire centrale kundskabs- og færdighedsområder. Dels er der forskellige samfundsmæssige påvirkninger, som præger vægtningen i faget. Her tænkes der specielt på den øgede opmærksomhed på sundhed og livskvalitet, interessen for madens sociale, æstetiske og etiske betydning og andre kulturers indflydelse på spisevanerne.

Hjemkundskab skal præges af det håndværksmæssige indhold, men ikke kun fungere og praktiseres som et kulinarisk og praktisk indslag i elevernes skolehverdag. Man skal i faget ikke kun koncentrere sig om de aktiviteter, der finder sted i køkkenet, men også fokusere på de processer, der foregår før og efter det praktiske arbejde i faglokalet.

Faget skal åbnes mod det omgivende samfund. Der bør i undervisningen lægges vægt på, at fagets indhold belyses ud fra forskellige synsvinkler og værdinormer i forhold til hjem, samfund, historie, natur og kultur.

Gennem dialogen mellem lærer og elever og elevernes eget undersøgende og eksperimenterende arbejde, hvor der gives tid og rum til nysgerrighed og engagement, bliver fagets emner og problemstillinger belyst. Dette er medvirkende til, at eleverne kan udvikle selvstændige arbejdsformer og anvende de forskellige oplysninger og overvejelser i deres vurdering, stillingtagen og handling.



## Elevforudsætninger og progression i faget

Alle elever har en eller anden grad af erfaring med det praktiske arbejde i køkkenet og med måltidsfællesskabet. Erfaringerne stammer dels fra hjemmet, dels fra tidligere emnearbejder, projektforsøb og oplevelser i fritidsinstitutioner.

Elevernes håndværksmæssige færdigheder og deres viden om fødevarer og tilberedning af disse er forskellig alt efter, hvor meget de har været inddraget i arbejdet i hjemmet. Det er i den sammenhæng ikke uden betydning, om faget introduceres i 4., 5., 6. eller 7. klasse, og læreren må medtænke disse eleverfaringer, når de faglige forløb tilrettelægges.

Eleverne har forskellige forventninger, traditioner og interesser for at deltage i hjemkundskabsundervisningen, og dette bør indarbejdes som en mulighed og en ressource i planlægningen.

For at opnå progression i undervisningen kan der fx i planlægningsfasen arbejdes efter spiralprincippet. At tilrettelægge ud fra dette princip betyder, at det faglige indhold gentages på stadig mere omfattende og avancerede niveauer ved, at de fire hovedområder perspektiveres, udbygges og behandles mere dybtgående og sættes i forhold til hinanden på stadig mere komplekse måder. De samme emner og problemstillinger vil således kunne være udgangspunkt for undervisningen, uanset hvor i skoleforløbet undervisningen er placeret.

Progressionen opnås ved at sørge for stigende sværhedsgrad i fx teknikker og metoder, højere abstraktionsniveau samt mere uddybende teori. Progressionen skal ikke blot sikres i undervisningens faglige indhold, men også i elevmedbestemmelsen.

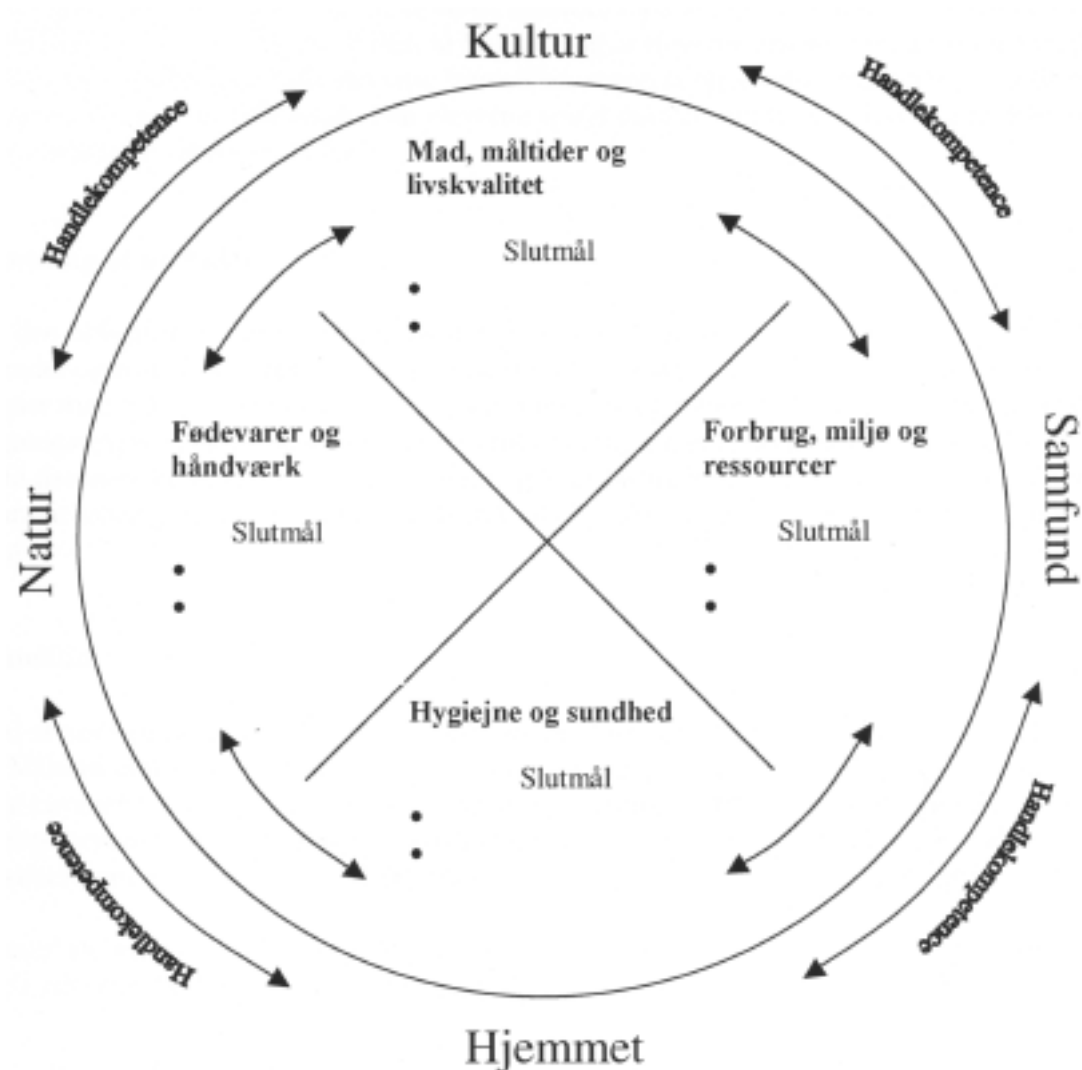
Det vil være naturligt at starte med en overvejende lærertilrettet undervisning, hvor eleverne introduceres for og stifter bekendtskab med hjemkundskab og de muligheder, faget åbner for. Gradvis øges elevernes medbestemmelse til både at omfatte indflydelse på planlægning af aktuelle forløb, valg af emner og problemstillinger og valg af arbejds- og samarbejdsformer.

Medbestemmelsen angår også mål og indhold. Det kan både dreje sig om individuelle og kollektive mål. En elev kan fx ønske at lære at lave en bestemt slags bagværk, der kræver en ganske særlig teknik. En anden elev kan have lyst til at lære noget om madens sammensætning og betydning i relation til sportspræstationer, eller hele elevgruppen kan have sat sig det mål kritisk at vurdere skolens bod/ kantine/madpolitik med hensyn til udbud, pris, kvalitet og spisemiljø mv. Eleverne får herved øgede muligheder for at udtrykke sig selvstændigt, reflektere over egen læring og tage medansvar for undervisningens indhold og gennemførelse.

# Undervisningsvejledning

## Undervisningens tilrettelæggelse

De fire centrale kundskabs- og færdighedsområder udgør en helhed, hvor man i undervisningens tilrettelæggelse og valg af emner på forskellige måder arbejder hen imod slutmål fra flere af de fire områder.



Figuren viser, hvordan de fire områder med tilhørende slutmål udgør fagets indhold. Gennem arbejdet med de valgte emner og slutmål udvikler eleverne handlemuligheder i forhold til hjemmet, den kultur, den natur og det samfund, eleverne er en del af. I løbet af den obligatoriske undervisning skal man have arbejdet med alle fire områder og mod alle slutmål. Man kan ikke hver gang arbejde med alle områder og slutmål, men udvælger disse i forhold til det konkrete emne og forløb.

# Undervisningsvejledning

Når undervisningen tilrettelægges, er indholdet i de fire områder grundlaget for planlægningen, og læreren må udarbejde planer for de enkelte forløb i faget, således at de indgår i et samspil i arbejdet med de forskellige mål.

Fagets formål, de fire CKF-områder (slutmål), beskrivelser og læseplan er lærerens værktøj, når der tilrettelægges overordnet i faget, og når forløbene skal planlægges detaljeret, kan undervisningsvejledningen, øvrige fagbøger og undervisningsmaterialer danne grundlag for arbejdet.

## Mad, måltider og livskvalitet

Det centrale inden for dette område er, at eleverne arbejder med at sammensætte og fremstille forskellige typer af måltider, fx til hverdagen, til fest, til højtider, og at eleverne arbejder med mange forskellige råvarer og hel- og halvfabrikata. I forbindelse med at eleverne fremstiller, serverer og anretter måltiderne, har de mulighed for at opleve det sociale fællesskab. Når eleverne spiser maden sammen, oplever de nydelse og samvær samt fælles ansvar for måltidet.

### Sammensætning af måltider

I starten af den obligatoriske undervisning sammensætter læreren forskellige typer af måltider, som eleverne tilbereder, og som diskuteres. I forløbet inddrages forskellige kostråd og kostmodeller, som eleverne arbejder med, når de selv skal planlægge, sammensætte og tilberede forskellige retter og måltider. De planlægningsopgaver, eleverne stilles, varieres fra det meget enkle, fx udvælgelse af frugter til en frugtsalat, til det mere komplekse, fx sammensætning af et festmåltid. Et emne om dagens måltider vil være relevant at arbejde med i forhold til fagets indhold og elevgruppen, da emnet er en del af elevernes hverdagsliv.

### Det gode måltid

Glæden ved at deltage i et vellykket og fælles måltid bør være et særligt indsatsområde i hjemkundskab. Måltidskulturen er i udvikling, og det er derfor vigtigt, at der i hjemkundskabsundervisningen skabes gode rammer for at opleve fællesskab, ansvar og omsorg i forbindelse med måltiderne. Dette gøres ved at prioritere fødevarekvalitet, tilberedning, anretning, servering, borddækning, tid, samvær, smagsoplevelser som integrerede dele af en måltidskultur.

I dialogen med eleverne om oplevelser i forbindelse med måltidet udvikles et sprog med udtryk for varierede sanseoplevelser, fx duft, udseende og smag.

# Undervisningsvejledning

## Det æstetiske perspektiv

Vægtningen af det æstetiske perspektiv medfører, at arbejdet fx i forbindelse med madlavning, måltider, smag og nydelse fokuserer på det kropslige, sanselige og følelsesmæssige samt på fantasi og kreativitet. Det betyder, at eleverne i forbindelse med udvælgelsen og tilberedningen af råvarer skal udfordres til at give udtryk for deres sansemæssige oplevelser og erkendelser. Det sker ved, at de smager, dufter, ser, mærker og beskriver de enkelte råvarer, og at de gennem dialog og videre arbejde udtrykker sig om deres oplevelser.

## Forskellige madkulturer

Gennem konkrete mad- og måltidsoplevelser kan eleverne erkende og forstå det særegne og forskellige ved egne og andre kulturer. I tilknytning til det praktiske arbejde fokuseres der bl.a. på valg af fødevarer, retter, den kulturbundne sammensætning og smag, tilberedningsmetoder, regler for tilberedning og normer for samvær. Det drøftes, hvordan der kan kommunikeres gennem mad, og hvad en madkultur kan fortælle om den lokale produktion, religion, hverdagsliv, samfundsforhold og livsværdier.

Viden om forskellige kulturer tilegnes dels gennem det praktiske arbejde samt formidling, dels gennem elevernes særlige erfaringer og forudsætninger og eventuelt ved gæstelærerbesøg.

## Livskvalitet

Når der arbejdes med mad og måltider, sættes der fokus på velvære, fysisk og psykisk sundhed, livsglæde, fællesskab og samarbejde samt glæden ved at skabe. Eleverne skal opleve, at de valg, man foretager ved indkøb og tilberedning af fødevarer, og når man spiser, har betydning for både livsstil og livsværdier og dermed for egen og andres livskvalitet.

## Fødevarer og håndværk

Det praktiske og håndværksmæssige arbejde med fødevarerne er det helt centrale i dette område. I nær tilknytning hertil arbejdes der med, at eleverne tilegner sig viden om og erfaringer med fødevarergrupperne og deres varierede anvendelse.

## Fødevarer

Gennem en varieret præsentation og gennem praktiske erfaringer lærer eleverne om fødevarers vej fra jord til bord, dvs. råvarers oprindelse, sæson, produktion, forarbejdning, distribution og kvalitet. De tilbereder råvarerne på forskellige måder og eksperimenterer

med forskellige tilberedningsformer og reaktioner. Desuden undersøger de, hvorledes forskellige fødevarer kan sammensættes i varierede retter.

At smage på en ret og at "smage til" bør have stor opmærksomhed. Eleverne skal lære, at selv om en opskrift angiver præcise mængder, kan det være individuelt, hvorledes man ønsker, en ret skal smage, og man må derfor justere med fx salt og andre krydderier.

Råvarerne har deres egen sæson, dvs. perioder på året hvor de naturligt dyrkes og høstes i Danmark. Eleverne skal tilegne sig denne indsigt, således at de oplever, at det at spise sæsonens råvarer giver variation i måltidet og mange smagsindtryk.

## Håndværket – teknikker og metoder

Eleverne arbejder omhyggeligt med de grundlæggende madlavningsmetoder og tilberedningsteknikker, dvs. kogning, stegning, bagning, findeling, jævning og konservering, så de opnår håndværksmæssige færdigheder og sikkerhed.

For at eleverne kan opnå sikre færdigheder inden for de forskellige teknikker og metoder, må opgaverne, hvor de udføres og anvendes, gentages, og sværhedsgraden i dem øges. Eksempelvis kræver det både øvelse og træning at få en fornemmelse af, hvornår en gærdej er æltet tilpas, hvornår en kartoffel er kogt mør, og hvornår en fars er rørt lind.

Der skal i de enkelte forløb stilles opgaver, der belyser, hvornår de enkelte metoder skal anvendes, og også hvilke metoder der er hensigtsmæssige i forhold til det enkelte produkt, fx at en kartoffel både kan koges, steges, bages og anvendes i en suppe. Disse opgaver og erfaringer er også grundlaget for, at eleverne i løbet af den obligatoriske hjemkundskabsundervisning kan arbejde eksperimenterende og undersøgende.

I det hele taget er det vigtigt i faget, at eleverne opnår en fornemmelse for at handle praktisk og hensigtsmæssigt i køkkenet. At de selv ved hjælp af deres sanser og viden kan vurdere de forskellige madlavningsprocessers forløb.

## Redskaber og udstyr

Undervisningen skal tilrettelægges således, at eleverne på en hensigtsmæssig måde lærer at bruge de forskellige redskaber. Køkkenet må være indrettet, så det rummer et bredt udvalg af det almindeligste køkkenudstyr, og samtidig bør eleverne have mulighed for i særlige opgaver at kunne anvende mere specielle redskaber og tekniske hjælpemidler.

Eleverne skal opnå en forståelse for, hvornår de forskellige redskaber anvendes, og hvilke køkkenredskaber der kræves til de forskellige metoder og teknikker.

Køkkenet er et værksted, og det skal vedligeholdes. Naturligvis ligger opgaverne hos skolens tekniske personale, men eleverne skal lære, hvordan den daglige vedligeholdelse og rengøring skal udføres. Det kan fx handle om vask og opvask på en korrekt måde og om at rengøre ovn og køkkenmaskiner.

# Undervisningsvejledning

Eleverne skal kende til de forskellige risikomomenter i køkkenet – varme ting, skarpe knive, elektriske apparater etc., og de skal lære om hensigtsmæssige arbejdsstillinger, fx være opmærksomme på korrekt arbejds højde og funktionelle arbejdsgange.

## Opskrifter

Opskrifter er en del af fagets undervisningsmateriale. Det er meget væsentligt, at opskrifterne er udarbejdet pædagogisk til det aktuelle alderstrin og emne. Det kræver eksempelvis, at de er enkle i deres opsætning, at processer er forklaret detaljeret og i punktform, og at sproget er entydigt og tilgængeligt. Gennem arbejdet med forskellige typer af opskrifter lærer eleverne et fagsprog og nogle arbejdsgange, således at de efterhånden kan overskue mere komplekse processer.

Kravet om struktur og overskuelighed gør, at der ikke bare kan hentes og anvendes opskrifter fra voksenkøgebøger og internet. Disse opskrifter vil kræve en pædagogisk bearbejdning, så eleverne efterhånden kan arbejde selvstændigt med mere komplekse opskrifter. Eleverne bør også selv udarbejde og justere opskrifter. Det kan fx foregå i forbindelse med eksperimenterende praktisk arbejde.

## Forbrug, miljø og ressourcer

Eleverne skal erfare, at de forskellige valg, de gør i forhold til både indkøb og opgaver, har konsekvenser for miljøet, for økonomien og for kvaliteten. Det er vigtigt, at de lærer at opfatte sig selv som aktive og kritiske forbrugere, og at de opnår kendskab til, hvorledes de kan få hjælp til at agere hensigtsmæssigt.

### Eleven som forbruger

Det undersøgende og det analyserende arbejde skal prioriteres højt, således at eleverne oplever, at de kan vælge/har valgmuligheder, og at deres valg har en betydning på forskellige planer. Valget kan fx stå mellem forskellige råvarer, mellem købt og hjemmelavet, mellem forskellige tilberedningsprocesser, mellem hel- og halvfabrikata, mellem frisk og konserveret.

Gennem undervisningsforløbene skal eleverne opleve situationer, hvor de kan erfare, at deres valg har betydning både for deres sundhed, deres økonomi, deres sociale relationer og dermed for deres livskvalitet.

Eleverne må lære at søge oplysninger om forbrugerens rettigheder og muligheder. De kan søge oplysninger på de forskellige organisationers hjemmesider, deltage i spil, der sætter dem i fiktive valgsituationer og undersøge konkrete problemstillinger om fx byttegaranti og holdbarhed.

# Undervisningsvejledning

## Varedeklarationer

Undervisningen må tilrettelægges, så eleverne udfordres til at skaffe sig viden om en vares indhold, anvendelse og pris. I undervisningen skal man arbejde med at undersøge, hvorledes forskellige varer er mærket. Hvilke oplysninger får man som forbruger om fx indhold, tilsætningsstoffer, holdbarhed, anvendelse, vægt og pris? Forskellige typer af varedeklarationer undersøges, og eleverne vurderer om deklARATIONERNE giver de oplysninger, de behøver for at kunne træffe kvalificerede valg i forhold til indkøb og anvendelse.

## Miljø og ressourcer

Både i faget alene og ved samarbejde med andre fag kan der tilrettelægges arbejdsopgaver, hvor miljøbevidsthed og ressourceforbrug er i centrum. Eleverne skal først og fremmest forholde sig til deres eget forbrug, fx vandmængde til forskellige tilberedninger og opvask, elforbrug ved bagning og stegning, typer af vaske- og rengøringsmidler, affaldssortering og valg af emballage.

Emner som genbrug af emballage, ressourceforbrug, produktionsformer – lokale og globale – og etiske valg i den forbindelse bør indgå i de samtaler og undersøgelser, der finder sted i forbindelse med det praktiske arbejde.

## Hygiejne og sundhed

Måden, man arbejder på i køkkenet, har stor betydning på mange felter. Det handler både om det fællesskab, der opstår og om de hygiejniske og sundhedsmæssige handlinger, man foretager. Eleverne skal opnå en bevidsthed om, at disse ting hænger sammen, og de skal lære at handle hensigtsmæssigt i forbindelse med de forskellige praktiske arbejdsprocesser.

## Sundhed

Der sættes fokus på velvære, fysisk og psykisk sundhed, livsglæde, fællesskab og samarbejde i arbejdet med alle fagets områder. Eleverne skal opleve, at det arbejde, de indgår i, og de opgaver, de løser, har betydning for deres egen og andres sundhed og livskvalitet.

Det er væsentligt, at eleverne erfarer, at de gennem hensigtsmæssige arbejdsprocesser har mange gode muligheder for at opleve det brede sundhedsbegreb som noget positivt, der hænger sammen med velvære, og ikke som noget negativt, hvor risici og farer er i centrum. At det handler om at anvende produkter sikkert og hensigtsmæssigt – frem for at lade være med at anvende dem.

# Undervisningsvejledning

Også i forbindelse med drøftelse af sundhed bør valgmuligheder i forhold til forskellige fødevarer være i centrum. Produkters indhold af fx fedt og sukker kan analyseres og sættes i forhold til behov.

## Hygiejne

Gennem praktiske opgaver skal eleverne få forståelse for køkkenhygiejnereglernes betydning og indsigt i principper for konservering og rigtig opbevaring af fødevarer.

Eleverne skal lære at adskille fødevarer, undgå at overføre bakterier fra den ene fødevarer til den anden, opvarme og afkøle korrekt, anvende rene redskaber samt vaske korrekt op. De skal undersøge, hvorledes mikroorganismer spredes og formeres og anvende denne viden i forbindelse med madlavning, konservering og opbevaring.

Undersøgelserne af de forskellige hygiejniske principper foregår gennem praktiske opgaver og har til hensigt, at eleverne lærer fx at varme kødet rigtigt op og køle den færdige ret korrekt ned, at fryse grøntsager og sylte frugter.

Som en helt naturlig del af undervisningen fokuseres der på personlig hygiejne, fx håndvask.

## Fagets kompetencer

I hjemkundskab tilegner eleverne sig kompetencer, som de kan bruge i deres hverdag her og nu og i deres fremtidige liv. Hjemkundskab er det fag, der beskæftiger sig med hjemmet som et centralt livsområde. Gennem arbejdet med emner og problemstillinger udvikler eleverne en håndværksmæssig kompetence og tilegner sig viden, der kan danne grundlag for at kunne klare dagliglivets praktiske opgaver i hjemmet, fx at

- samarbejde om praktiske opgaver
- overskue og afslutte en proces inden for en fastlagt tidsperiode
- have viden om teori og praksis inden for mad- og måltidsområdet
- analysere og vurdere forskellige forhold og problemstillinger i relation til husholdning
- kommunikere både verbalt og nonverbalt om praksis og teori i forbindelse med fødevarer og måltider
- udtrykke sanseindtryk
- have indsigt i forhold, der har betydning for sundhed og livskvalitet
- tage ansvar og yde omsorg
- tage stilling og handle ud fra erfaringer og vurderinger.



## Aktiviteter i faget

Forløb og emner i hjemkundskab tilrettelægges således, at der som hovedregel indgår elementer fra flere af de centrale kundskabs- og færdighedsområder.

Det er væsentligt, at undervisningen giver eleverne muligheder for alsidige udfordringer, der bidrager til forskellige erkendelsesformer. Dette skal ske både af hensyn til elevernes forskellige interesser og deres forskellige måder at lære på samt for at tilgodese en alsidig dannelse. Det er således nødvendigt inden for et undervisningsforløb at anvende varierede metoder og arbejdsformer, der inddrager forskellige virksomhedsformer som

- *håndværksmæssig virksomhed*  
fx at lave et brød ved at bruge hænder og redskaber
- *analytisk, eksperimentel, videnskabelig virksomhed*  
fx gennem analyse af brødets rolle i en madkultur, som en del af en samfundsproduktion og analyse af de enkelte ingrediensers betydning for at opnå et godt brød, den sundhedsmæssige betydning af brød m.m.
- *skabende/udtryksmæssig virksomhed*  
fx gennem valg af ingredienser til en brøddej, udformning af brødet og komposition af et måltid, hvor brødet indgår
- *kommunikativ virksomhed og dialog*  
fx gennem sproglige udtryk for smag og smagsoplevelser, formidling og vurdering af proces og produkt samt samtale og diskussion om de emner og problemstillinger, der opstår i forløbet
- *oplevelsesmæssig virksomhed*  
rummes i de øvrige virksomhedsformer og er af såvel intellektuel, sanse- og følelsesmæssig som motorisk og social art, fx. føle på dejen og iagttage hæveprocessen.

Virksomhedsformerne tilgodeses både gennem den alsidige brug af faglokale og læremidler samt ved benyttelse af de ressourcer, skolen, lokalmiljøet og omegnen byder på.

## Eksempler på undervisningsforløb

Faghæftet er lærerens værktøj, når undervisningen i hjemkundskab skal planlægges og tilrettelægges. Fagets formål, de fire centrale kundskabs- og færdighedsområder (slutmål) og lærerens kendskab til eleverne danner grundlag for lærerens planlægning.

En årsplan, der angiver overskrifter og temaer for årets arbejde og kort beskriver de forløb, der gennemføres, giver overblik for læreren, elever og forældre og bør medtænke en naturlig progression og sammenhæng i fagets indholdsområder. Ved udarbejdelsen af de enkelte undervisningsforløb tager læreren udgangspunkt i de fire centrale kundskabs- og færdighedsområder og vurderer, hvilke slutmål der arbejdes hen imod.

# Undervisningsvejledning

Cirkelmodellen (se under afsnittet Undervisningens tilrettelæggelse) giver et overblik over, hvordan der ud fra et eller flere af de fire centrale kundskabs- og færdighedsområder kan vælges et emne og tilrettelægges et forløb, så undervisningen leder frem mod flere slutmål. Efterhånden som eleverne inddrages i planlægningen, kan cirkelmodellen også give overblik over fagets indhold. Når man bruger cirkelmodellen i sin planlægning, kan man understrege de hovedområder, man arbejder med, og de slutmål, der arbejdes mod, så man undervejs og ved afslutningen af det obligatoriske forløb kan dokumentere, at der er arbejdet med alle fire områder og slutmål.

Der opstilles præcise mål for de enkelte forløb, hvilket gør det muligt at foretage en løbende evaluering med tilhørende justeringer af arbejdet. En afsluttende evaluering giver et billede af elevernes udbytte af undervisningen og dermed dokumentation for elevernes muligheder for at tilegne sig de kundskaber og færdigheder, som slutmålene angiver.

Den løbende evaluering kan danne baggrund for opstilling af nye læringsmål for den enkelte elev. Læringsmålene opstiller den enkelte elev eller en gruppe af elever og læreren i fællesskab, og de kan inddrages i tilrettelæggelsen af kommende forløb.

## Undervisningseksempel 1

Et emne i årsplanen kan være "Dagens måltider".

Ved at vælge dette emne kan udgangspunktet tages i noget, alle elever kender, nemlig morgenmad, frokost og aftensmad. I relation til de fire centrale kundskabs- og færdighedsområder skal der under dette emne arbejdes med flere af disse. Arbejdet skal lede frem mod følgende slutmål:

Mad, måltider og livskvalitet	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vælge, sammensætte og tilberede enkle og forskellige typer af måltider</li> <li>• sætte ord på sansemæssige oplevelser af måltidet</li> <li>• vurdere retter og måltider ud fra sundheds-, smags- og forbrugskriterier</li> <li>• anvende kostanbefalinger og digitale kostberegninger.</li> </ul>
Fødevarer og håndværk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tilberede fødevarer efter grundlæggende madlavningsteknikker og -metoder</li> <li>• bruge og vedligeholde redskaber, udstyr og tekniske hjælpemidler</li> <li>• nyde og skabe æstetiske indtryk og udtryk.</li> </ul>
Hygiejne og sundhed	<ul style="list-style-type: none"> <li>• håndtere grundlæggende principper for almen køkken- og personlig hygiejne</li> <li>• opbevare fødevarer korrekt.</li> </ul>

Mål for emnet er, at eleverne

- tilegner sig viden om de enkelte måltiders sammensætning og forskellighed
- analyserer og vurderer det enkeltes måltids betydning med hensyn til sundhed, smag og nydelse
- træner og udvikler håndværksmæssige færdigheder
- oplever glæden ved selv at fremstille forskellige måltider og spise sammen.

Emnet forløber over fire gange á to lektioner.

## *1. gang: Morgenmad*

Læreren introducerer kort temaets mål og forløb, og i dialogform drøftes morgenmadens betydning. Elevernes erfaringer med morgenmåltider inddrages. Flere af de fødevarer, der indgår som dele af elevernes morgenmåltider, "sættes ind" i en kostmodel, fx madpyramiden, som er ophængt som plakat i lokalet. Morgenmåltidets sammensætning drøftes, og der sættes fokus på brød som basis i morgenmåltidet.

Eleverne arbejder sammen to og to om fremstilling af små brød efter opskrift, og de bestemmer selv, hvordan brødene skal formes og dekoreres. Halvdelen af brødene fryses ned til næste lektion, og de øvrige brød serveres som en del af et sundt og lækkert morgenmåltid. Eleverne sammensætter i grupper deres morgenmåltid ud fra valg mellem forskellige fødevarer, som læreren har udstillet på et fælles bord. Til denne proces henvises til den anvendte kostmodel.

Under spisningen af morgenmåltidet cirkulerer læreren blandt grupperne og samtaler med eleverne om sammensætning af morgenmåltidet.

## *2. gang: Frokost*

En sund, energirig og lækker madpakke – hvad er det?

Ud fra dette spørgsmål giver eleverne i grupper deres bud på en lækker madpakke og når til enighed om, hvilke to forslag der skal fremstilles og fotograferes med digitalkamera. Billederne af de sunde, energirige og lækre frokoster skal udstilles på skolens pædagogiske servicecenter og dermed være med til at opfordre skolens elever til at diskutere madpakkens, skolebodens eller kantinens frokostudbud.

Brød fra sidste lektion optøs og anvendes i madpakkefremstillingen.

Hvordan kan madpakken holde sig frisk? Og hvilke muligheder er der for indpakning og sikker transport af madpakken?

Disse spørgsmål overvejes og drøftes i grupperne, mens det praktiske arbejde med fremstilling, fotografering, udprintning og udstilling foregår.

# Undervisningsvejledning

## 3. gang: Middag

Eleverne får til opgave to og to at røre en fars af hakket kød. Eleverne kan vælge mellem hakket svine-, lamme- eller kalkunkød. Mens farsen hviler i køleskabet, kommer eleverne med forslag til, hvilke retter der kan fremstilles af en rørt fars af svinekød, lam eller kalkunkød. Læreren leder samtalen hen mod hakket køds holdbarhed og opbevaring samt forskellige teknikker og metoder, så eleverne relaterer til erfaringer fra tidligere lektioners arbejde med disse.

Det besluttet, at målet er at fremstille så mange forskellige farsretter som muligt, og det aftales, hvilket tilbehør der skal fremstilles til det fælles "fars-retter-bord".

Under smagning af de forskellige farsretter med tilbehør begrundet de enkelte elever, hvorfor de netop valgte at fremstille den specielle farsret – og det vurderes samlet på hele holdet, hvad årsagen er til, at hakket kød er så populær en fødevarer på de danske middagsborde.

## 4. gang: Måltider og evaluering

Læreren har bestemt hvilke enkle måltider, der skal fremstilles, og noteret rammerne for et morgenmåltid, et frokostmåltid og et middagsmåltid på et kort. Rammerne er de kriterier, som eleverne skal planlægge indenfor, fx hvilke fødevarer der kan vælges imellem, hvor lang tid eleverne har til fremstilling af måltidet, at der skal dækkes et pænt bord osv.

Hver gruppe trækker et kort og fremstiller det måltid, som kortet og kortets angivne rammer beskriver, og inddrager den viden og de erfaringer, de har gjort med måltiderne de tre første gange i forløbet. Når måltiderne er fremstillet, cirkulerer eleverne rundt fra gruppe til gruppe, hvor den enkelte gruppe præsenterer deres måltid og dettes anretning. De andre elever og læreren kommenterer og vurderer måltidernes sammensætning og anretning. Dermed indgår evaluering af hele undervisningsforløbet "Dagens måltider" i samtalen.

I denne lektion lægges der vægt på borddækning, god tid til spisning, nydelse og oplevelse af måltidsfællesskabet.

## Undervisningseksempel 2

Arbejdet med de enkelte fødevaregrupper er centralt i hjemkundskabsundervisningen. Et andet emne i den obligatoriske hjemkundskabsundervisning kan være "Fisk".

Når man ser på cirkelmodellen (se afsnittet om Undervisningens tilretteæggelse), kan undervisningen lede frem mod flere af de fire områders slutmål. Læreren opstiller mål for periodeforløbet "Fisk", og eleverne inddrages i planlægningen. Undervisningsplanen er tillige eksemplarisk i arbejdet med andre fødevarer.

# Undervisningsvejledning

Et af de syv kostråd fra Fødevaredirektoratet lyder: “Spis ofte fisk og fiskepålæg – vælg forskellige slags”. Mange elever har et meget lille kendskab til fødevaren fisk, og til hvordan fisk kan tilberedes og spises. Når fokus sættes på fisk, er det centrale i undervisningen elevernes oplevelser med forskellige fisk, undersøgelser af hvordan de kan købe fisk, og træning i håndværket af tilberedningen af fisk.

Under processen med emnet fisk skal arbejdet lede frem mod følgende slutmål:

Mad, måltider og livskvalitet	<ul style="list-style-type: none"><li>• vælge, sammensætte og tilberede enkle og forskellige typer af måltider</li><li>• sætte ord på sansemæssige oplevelser af måltidet</li><li>• vurdere retter og måltider ud fra sundheds-, smag og forbrugskriterier.</li></ul>
Fødevarer og håndværk	<ul style="list-style-type: none"><li>• planlægge indkøb og arbejdsproces</li><li>• sætte navne på almindeligt anvendte fødevarer og inddele dem i grupper</li><li>• undersøge forskellige fødevarer og deres kvalitet i forhold til sundhed, miljø og teknologi</li><li>• tilberede fødevarer efter grundlæggende madlavnings teknikker og -metoder</li><li>• give eksempler på fødevarers vej fra jord til bord</li><li>• nyde og skabe æstetiske indtryk og udtryk.</li></ul>
Forbrug, miljø og ressourcer	<ul style="list-style-type: none"><li>• vurdere en vare ud fra en varedeklaration</li><li>• tage kritisk stilling som forbruger.</li></ul>
Hygiejne og sundhed	<ul style="list-style-type: none"><li>• håndtere grundlæggende principper for almen køkkenhygiejne.</li></ul>

Mål for undervisningen er, at eleverne

- følger fisk fra hav til bord
- træner forskellige madlavningsteknikker – stege, dampe, ovnbage, panering
- undersøger, hvordan man kan købe fisk
- tilbereder forskellige retter med fisk og vurderer måltidets smag
- anvender madpyramiden i arbejdet med fisk.

Undervisningen forløber over tre gange á tre lektioner. Udgangspunktet for undervisningen kan være et besøg hos en fiskehandler, på havnen, i supermarkedet eller andet, afhængigt af hvilke muligheder der er i lokalsamfundet.

# Undervisningsvejledning

## 1. gang: *Fra vand til bord*

Eleverne besøger den lokale fiskehandler, der på baggrund af elevernes forberedte spørgsmål fortæller om forskellige fisk. Fiskehandleren viser og forklarer, hvordan man kan se og vide, om en fisk er frisk: fisken har klare øjne, en frisk havlugt osv. Desuden viser fiskehandleren, hvordan man flår og fileterer en skrubbe, og eleverne tager fiskefileterne med hjem.

Eleverne arbejder sammen fire og fire og vælger mellem to tilberedningsformer: Pandestegning af panerede fileter eller dampning af rullede fiskefileter.

Eleverne skal tilberede kartofler som tilbehør. De vælger selv tilberedningsformen, da de har erfaringer med forskellige tilberedningsformer af kartofler. De sauterede grøntsager skal tilberedes efter opskrift.

Eleverne portionsanretter deres fisk og viser hinanden anretningerne. Eleverne spiser i fællesskab og diskuterer måltidets sammensætning og smag.

Det aftales med eleverne, at de til næste gang skal undersøge, hvordan man kan købe fisk i deres lokale supermarked. Til undersøgelsen har læreren udarbejdet et skema.

## 2. gang: *Er det sundt at spise fisk?*

Eleverne har undersøgt, hvordan man kan købe fisk i det lokale supermarked. Undersøgelsesskemaerne sættes op på opslagstavlen. I grupper på fire vælger eleverne det fiskeprodukt, de vil undersøge og arbejde med næste gang. Det kan være fersk fisk, fisk på dåse, frossen fisk. Eleverne skal vælge tilbehør til de enkelte fiskeprodukter. Tilbehøret skal vælges mellem basisprodukter som fx ris, pasta, brød og grøntsager. Derefter skal eleverne udarbejde en indkøbsliste.

Efter denne planlægning arbejder eleverne med kostmodellen madpyramiden. Det diskuteres, hvor fisk er placeret i pyramiden, og hvorfor det anbefales at spise fisk en gang om ugen.

Læreren har indkøbt forskellige stykker fisk fra en fed fisk og fra en mager fisk, fx et stykke laks og torsk. Eleverne beskriver de to forskellige stykker fisk ud fra et arbejdsoplæg. Kan man se fedtet på laksen? Hvorfor er der farveforskel?

Derefter arbejder eleverne sammen på hele holdet, hvor de øver og erfarer andre madlavningsmetoder og teknikker med fisk som findeling, farsrøring, pande- og ovnstegning. Fiskefrikadeller af torsk med lidt laks i og ovnbagt torsk med tilbehør tilberedes. Andre elever tilbereder bl.a. tilbehør til fiskefrikadellerne, herunder en hjemmelavet remoulade, som bliver sammenlignet med en købt.

Retterne tilberedes og anrettes på et fælles bord. Eleverne smager på retterne og diskuterer smag, og hvordan de har lyst til at spise fisk.

# Undervisningsvejledning

## 3. gang: Fisk og halvfabrikata

Læreren har købt varer ind efter elevernes indkøbslister. Eleverne præsenterer deres valgte fiskeprodukter for hinanden ud fra varedeklarationerne og begrundet tilbehøret. Derefter tilberedes og anrettes de valgte retter. Alle skal smage på alle retter. Til dette har læreren udarbejdet et smagsvurderingsskema.

Under smagningen tales der om de ord, der kan beskrive oplevelsen af fiskeretternes smag, fx sød, sur, salt, bitter, mild, stærk. Betydningen af fiskens konsistens for smagen drøftes også. Efter smagningen diskuteres, hvordan kostrådet "Spis ofte fisk og fiskepålæg" kan blive en del af elevernes mad/livsstil.

## Tværfaglighed/samarbejde med andre fag

Hjemkundskab er i sig selv et tværfagligt fag, da det har rod i det naturfaglige, det samfundsvidenskabelige og det humanistiske område. Hjemkundskab rummer derfor gode muligheder for at belyse mange emner og problemstillinger sammen med andre fag, fx i forbindelse med natur/teknik, biologi, historie, geografi og idræt. Når hjemkundskab indgår i tværfaglige sammenhænge, er det væsentligt at kunne begrunde og tydeliggøre fagets deltagelse i tværfagligheden med fagets centrale områder.

Ofte har faget og faglokalet dannet baggrund for aktiviteter i emneuger, hvor eleverne har fået gode oplevelser med det praktiske arbejde og fremstilling af mad og måltider både til sig selv og hinanden. Det bør imidlertid drøftes, hvorledes hjemkundskabsfagligheden bliver synlig i disse tværfaglige projekter og emneuger. Hvis de elever, der arbejder med faget i de pågældende projekter, samtidig er i gang med den obligatoriske undervisning i faget, bør slutmålene medtænkes og indgå i forberedelserne af det konkrete forløb, og det må efterfølgende evalueres, hvorledes målene er blevet tilgodeset og opfyldt.

## Undervisningsdifferentiering

Undervisningsdifferentiering er et princip for tilrettelæggelse og gennemførelse af undervisningen i en klasse eller gruppe, hvor den enkelte elev tilgodeses, samtidig med at man bevarer fællesskabets muligheder.

En hjemkundskabsundervisning, der bygger på undervisningsdifferentiering, tilrettelægges, så den både styrker og udvikler den enkelte elevs interesser, forudsætninger og behov, og så den indeholder fælles oplevelser og erfaringsgivende situationer, der forbereder eleverne til at samarbejde om at løse både de praktiske og de teoretiske opgaver.



# Undervisningsvejledning

Afhængig af de fastlagte mål, undervisningsaktiviteten, elevernes varierede behov og materialerne kan undervisningen tilrettelægges med inspiration fra nedenstående spørgsmål:

*Hvilke dele af undervisningsindholdet er især egnet til fælles arbejde i klassen?*

Introduktion af praktiske opgaver, præsentation af teknikker og arbejdsgange, præsentation og vurdering af måltider. Emner til årsplanen og konkrete forslag til undervisningens organisering kan drøftes i fællesskab. Læreren kan fremlægge faglige oplæg for holdet, og elevgrupper kan fremlægge resultater af undersøgende eller eksperimenterende arbejde, som hele holdet kan diskutere og analysere.

*Hvilke dele af undervisningsindholdet er især egnet til individuelt arbejde?*

Selvstændigt arbejde med madlavningsprocesser, eksperimenterende og undersøgende aktiviteter. Arbejde med håndværket i forskellige madlavningsmetoder og -teknikker, når eleven fremstiller mange forskellige retter.

*Hvilke dele af undervisningsindholdet er især egnet til pararbejde?*

Mange af fagets aktiviteter og arbejdsprocesser kræver et samarbejde mellem to elever. Eksperimenterende opgaver, planlægning og indkøb, vurdering af processer og smag. I hjemkundskab oplever eleverne det nyttigt og til stor hjælp at arbejde sammen to og to. Det giver tryghed og mod på nye opgaver at have en kammerat at rådføre sig med i en arbejdsproces. I pararbejdet under selve madlavningsprocessen og i oprydningsarbejdet oplever eleverne naturligt ansvar og omsorg for hinanden.

*Hvilke dele af undervisningsindholdet er især egnet til gruppearbejde?*

Tilberedning af hele måltider med flere retter og flere delprocesser, anretning og præsentation, vurdering og evaluering af processer, smag og kvalitet. En arbejdsopgave som fx planlægning, indkøb og fremstilling af et måltid mad er en gruppeopgave, der giver eleverne mulighed for at følge en fødevarer gennem flere led - fra forbrugsleddet gennem opbevarings- og tilberedningsprocessen til måltidet og vurderingen af dette. Arbejdet kræver, at gruppen udviser ansvar og selvstændighed, og at eleverne bruger deres overblik og viden om hinandens færdigheder.

*Hvilke dele af undervisningsindholdet kan især give anledning til egentlige samtaler med eleverne til støtte for deres forståelse og eget fortsatte arbejde med indholdet?*

Vejledning om en specifik opgave, drøftelse (lærer-elev) af fx en arbejdsproces, et fødevarereudbud, planlægning og gennemførelse af en opgave. Præsentation af dagens fremstillede retter på en buffet med dialog om lektionens indhold og mål, opgavernes planlægning, udførelse og resultat kan indgå i en fælles og individuel evaluering. Vurderinger af, hvilke betydning det praktiske arbejde med fødevarer har i forhold til miljøet og den enkeltes livskvalitet, kan diskuteres. Desuden vil de praktiske og konkrete arbejdsituationer give anledning til undren og spørgsmål fra eleverne bl.a. om fødevarer og hygiejne, så teori og praksis knyttes sammen i en helhed.



*Hvilke dele af et undervisningsforløb giver især mulighed for at fremme elevernes sociale forståelse og adfærd?*

Fordeling af arbejdsopgaver, vurdering af opgavers omfang og sværhedsgrad, deltagelse i måltidsfællesskabet, vurdering af den samlede arbejdsproces, erfaringsudveksling. Når den enkelte elev præsenterer sin del af måltidet, og hele gruppen skal smage og vurdere dette, udvikles respekt, accept og forståelse for hinanden.

*Hvilke opgaver og arbejdsituationer bidrager til den enkelte elevs alsidige udvikling?*

Introduktion til nye arbejdsprocesser, drøftelse af forskellige kulturers måltidsvaner, deltagelse i måltidsfællesskabet, vurdering af madens kvalitet, smag og udseende, drøftelse af miljømæssige konsekvenser af forskellige produktionsgange. Elevernes møde med mange forskellige fødevarer, som erkendes og opleves gennem alle sanser, giver dem mulighed for at udtrykke deres erfaringer og oplevelser gennem æstetiske udtryk. De sansemæssige læringsformer og oplevelsen af succes giver selvtillid og mod til at prøve nye udfordringer.

*Hvordan kan eleverne som klasse, gruppe eller hver for sig deltage i planlægning og evaluering?*

Planlægning af specifikke måltidsopgaver, planlægning og fordeling af arbejdsopgaver i en gruppe, evaluering af arbejdsprocesser, samarbejde om madens kvalitet. I begyndelsen af det obligatoriske forløb vil læreren være den, der fastlægger undervisningens indhold. Efterhånden inddrages eleverne mere og mere i valg af emner, arbejdsgange, opskrifter og processer.

*Hvilke arbejdsituationer er især fremmende for tilegnelsen/udviklingen hos elever, der har svært ved at arbejde med undervisningsindholdet?*

Enkle praktiske opgaver, der er overskuelige, men samtidig vigtige for det fælles måltid, samarbejde om opgaver – elev-elev og elev-lærer. I fordelingen af arbejdsopgaverne tager læreren og elevgrupperne hensyn til den enkelte og vurderer, om den enkelte elev har erfaringer inden for området, eller hvor meget den enkelte kan magte eller overskue at arbejde med. Mange af de praktiske og konkrete arbejdsituationer kan opdeles i mindre delprocesser, som er betydningsfulde for, at hele processen opleves som vellykket. Læreren kan udvælge undervisningsmaterialer, der er overskuelige og enkle.

*Hvilke arbejdsituationer er især fremmende for tilegnelsen/udviklingen hos elever, der har let ved at arbejde med undervisningsindholdet?*

Særlige opgaver, mere komplekse opskrifter, eksperimenterende og udfordrende opgaver, præsentation af ideer, selvstændige opgaveløsninger. De elever, der hurtigt erhverver sig fagets kompetencer, kan udfordres med særlige opgaver, der knytter sig til eller uddyber det emne, der arbejdes med. De særlige opgaver kan være af såvel praktisk som teoretisk karakter, fx beregnings- og udstillingsopgaver.

*Lærerens hjælp til grupper eller enkeltelever?*

Vejledning i praktiske processer, hjælp til organisering og fordeling af opgaver, udvælgelse og udarbejdelse af undervisningsmaterialer med forskellig sværhedsgrad og oplæg til evaluering og vurdering. I den praktiske arbejdsproces fungerer læreren som vejleder, dvs. stiller spørgsmål, kommenterer og hjælper eleverne, hvis de beder om hjælp, eller læreren ser, at eleverne har brug for det.

# Undervisningsvejledning

## *Kammerathjælp?*

Pararbejde om løsning af opgaver, bl.a. læsning af opskrifter og støtte i særlige teknikker og madlavningsprocesser, samtale om planlægning og gennemførelse af madlavningsopgaver, indkøb, smagsvurdering. Eleverne arbejder inden for en tidsramme, der gør det nødvendigt og praktisk at hjælpe hinanden. I andre arbejdsituationer er der brug for ekstra hænder for at håndtere redskaber, teknisk udstyr og produkt.

## *Hvordan kan det, eleverne har lært, bruges i forhold til hele klassen?*

Præsentation af måltider, præsentation af ideer til løsning af konkrete opgaver, udveksling af erfaringer, differentierede opgaver præsenteres, vurdering af måltidernes sammensætning, forskellige problemløsningsmodeller etc. På såvel hele holdet som i de mindre grupper og i pararbejde vil den enkelte elevs viden og erfaringer med fagets indhold blive delt med andre både i samtalen og i de praktiske arbejdsituationer, ved fremlæggelse af undersøgelser og ved udstilling af forskellige arbejder.

## Specialundervisning

Det vil være yderst sjældent, at der etableres specialundervisning for elever alene i faget hjemkundskab, men i sammenhæng med forskellige vanskeligheder i andre fag, vil det ofte være hensigtsmæssigt, at en eventuel støttelærer også er med i dette fag. Elever kan have vanskeligt ved at koncentrere sig om opgaver og opskrifter, og der kan være motoriske vanskeligheder i forbindelse med udførelsen af de praktiske opgaver.

De øvrige overvejelser med at tilgodese den enkelte elev i faget er beskrevet under afsnittet "Undervisningsdifferentiering".

## Synlighed

Skolens prioritering af hjemkundskabsundervisningen – både den obligatoriske del og valgfagstilbuddet – er med til at signalere indstillingen til det livsområde, som faget er eksponent for: hjemmet og de aktiviteter og opgaver, som foregår der.

Faget kan præsenteres i skolens folder og på hjemmesiden, og det kan beskrives tydeligt ved hjælp af tekst og billeder fra undervisningsforløb, hvorledes det tilrettelægges og gennemføres, og hvilke faglige og sociale kompetencer, der særligt fokuseres på. De enkelte holds årsplaner kan lægges på skolens hjemmeside, og læreren kan formidle og drøfte fagets indhold og arbejdsformer med forældre til elever, der skal starte den obligatoriske undervisning.

# Undervisningsvejledning

I den daglige undervisning er der mange muligheder for at synliggøre faget. De forskellige hold kan lave udstillinger på skolens pædagogiske servicecenter af billeder, råvarer, redskaber og andet i forbindelse med de forskellige emner, så skolens øvrige elever, lærere og forældre kan få et indblik i fagets forskellige emneområder.

Hjemkundskabslæreren kan deltage i forældrearrangementer, hvor der debatteres fag og fagsamspil, deltage i projekter og debatter, hvor hjemkundskabs fagområder naturligt indgår, herunder om bestemmelser vedrørende skolens måltider og driften af skolens kantine eller bod.

Hjemkundskab kan også invitere til tværfagligt samarbejde, og faget kan være med til at belyse forskellige problemstillinger i projektopgaven. Som nævnt i forbindelse med fagets tværfaglige relationer bør det også synliggøres, hvorledes faget indgår i større aktiviteter på skolen både som selvstændigt fag, og når køkkenet anvendes som værkstedsområde i særlige forløb i de enkelte klasser gennem hele skoleforløbet.

## Evaluering

Evalueringen er en meget vigtig del af undervisningen. Den sætter såvel undervisningen som læringen i fokus og skal både bidrage til lærerens refleksion, forståelse og nødvendige revision af undervisningen og til elevens stadig dybere forståelse af sig selv og af fagområdet.

Det falder naturligt i et praktisk fag som hjemkundskab at evaluere på produktet, men det er væsentligt, at der evalueres på alle undervisningens forskellige elementer, herunder på samarbejdet eleverne imellem og mellem lærer og elever.

Der bør evalueres både på den enkelte undervisningsgang og på længerevarende forløb i forhold til de opstillede mål. Evalueringen kan foregå som en samtale umiddelbart efter processen, ved en fælles diskussion som afslutning på lektionerne eller ved en drøftelse efter forløbet. Det kan også ske som en kort, mundtlig eller skriftlig dialog mellem samarbejdspartnere, parvis eller gruppevis. Endelig kan der i forbindelse med nogle af forløbene udarbejdes vurderingsark med udgangspunkt i de opstillede mål.

Den enkelte elev eller en elevgruppe, der har samarbejdet om forløbet, udfylder vurderingsarket. Dette ark kan dels danne grundlag for den videre tilrettelæggelse, dels være udgangspunkt for dialogen med eleverne om deres aktiviteter i faget.

Eksempler på spørgsmål, som lærer og elever i fællesskab kan evaluere ud fra:

- Hvordan har forløbet og udbyttet været i forhold til målene for lektionerne/forløbet?
- Hvad gik godt, og hvad gik evt. ikke godt i processen – og hvorfor?
- Var vi gode til at inspirere og hjælpe hinanden, og var vi gode til at bruge den viden, indsigt og de færdigheder, vi i forvejen havde?

# Undervisningsvejledning

- Var vi/jeg engageret i arbejdet, og følte vi/jeg glæde ved det?
- Hvordan oplevede vi/jeg indhold og arbejdsform i forløbet?
- Hvordan præsenterede produktet sig?
- Hvordan blev måltidet præsenteret, og hvordan smagte maden?
- Hvordan fungerede samarbejdet i grupperne i planlægnings-, tilberednings- og oprydningsfasen?
- Hvad lærte vi/jeg i forhold til vores/mine mål, og hvordan kan vi/jeg bruge det i hverdagen?
- Hvordan kan dette forløb danne baggrund for et nyt emne/projekt?

Evalueringsspørgsmålene må tilpasses det niveau, eleverne er på i undervisningen, og der må veksles mellem forskellige evalueringsformer, så eleverne oplever at denne del af undervisningen er meningsfuld for det videre arbejde med faget både fælles og individuelt.

Læreren kan alene eller sammen med kolleger i hjemkundskabsteamet overveje indholdet og gennemførelsen af undervisningen. Denne refleksion er med til at kvalificere tilrettelæggelsen og gennemførelsen af kommende forløb i faget.

Områder der kan drøftes:

- Var den overordnede planlægning af undervisningen i orden, både hvad angår mål, indhold, arbejdsformer, rammer og elevforudsætninger, således at vi nåede det, vi ville?
- Fik eleverne mulighed for sansemæssige oplevelser, for at være skabende og bruge deres fantasi?
- Fik eleverne mulighed for at "smage på smagen" og nyde måltidet?
- Blev både skabende, sociale, kreative, praktiske og teoretiske aspekter tilgodeset i undervisningen?
- Gav jeg den enkelte elev mulighed for relevante udfordringer i forhold til dennes faglige og kulturelle forudsætninger?
- Fik eleverne mulighed for at stille spørgsmål, og blev de gennem samtale udfordret til videre eftertanke og dybere forståelse af de forskellige elementer i forløbet?

Til hjælp for læreren og til elevens egen oversigt kan der bruges et enkelt arbejdsskema, hvor eleven fører en slags dagbog og bl.a. indfører, hvad han/hun har lavet den enkelte gang, og hvordan det er forløbet.

## Tilsyn

Der eksisterer ikke særlige regler for skærpet tilsyn i hjemkundskab, men der er alligevel grund til at være opmærksom på, at faget har en del risikomomenter forbundet med sig. Det bør fra begyndelsen af undervisningen gøres klart for eleverne, at et køkken og dermed også et hjemkundskabslokale kræver, at man arbejder opmærksomt og ansvarligt.

# Undervisningsvejledning

Det gælder fx

- skarpe genstande
- køkkenmaskiner
- skoldningsfare og fare for forbrænding
- rengøringsmidler
- hygiejneregler.

Køkkenet må være indrettet hensigtsmæssigt i forhold til disse risikofaktorer, så faren for uheld mindskes mest muligt, og det kan være en god ide, at der synligt i lokalet er opsat regler for, hvordan man færdes og opfører sig i lokalet.

## Hjemkundskab som valgfag

Valgfagsholdene er ofte sammensat af elever fra flere klasser. Der kan også være tale om, at undervisningen kan være fælles for elever fra flere skoler. Det kan betyde, at de faglige forudsætninger hos eleverne kan være meget forskellige, alt efter hvor megen undervisning de tidligere har haft i hjemkundskab, og hvor mange erfaringer de i øvrigt har inden for området.

Det må derfor forventes, at der er stor spredning i elevernes interesser og ønsker. Elevernes modenhed og fælles ønske om efter eget valg at deltage i undervisningen er desuden en styrke for arbejdet på dette trin. Det skal der naturligvis tages hensyn til ved planlægningen af undervisningen, både hvad angår valg af indhold, arbejdsformer, organisering og gruppesammensætning.

Valgfagslæreren bør derfor gennem samtaler med eleverne orientere sig om hvilke faglige forudsætninger og forventninger, eleverne har, og ud fra disse tilrettelægge undervisningen, så den leder hen mod slutmålene for valgfagsundervisningen. I den konkrete planlægning af undervisningen bør eleverne have en høj grad af medbestemmelse. De deltager således ikke kun i valg af emne, men også i formulering af mål ud fra fagets formål og slutmålene for valgfagsundervisningen samt i valg af indhold og arbejds- og organisationsformer.

Undervisningen tilrettelægges i en årsplan, der tager udgangspunkt i fagets formål og slutmål. Årets emner fastlægges i samarbejde mellem lærer og elever, så elevernes interesseområder og forventninger indgår samtidig med, at der bliver en naturlig progression og sammenhæng i fagets indholdsområder. Cirkelmodellen (se under afsnittet "Undervisningens tilrettelæggelse") kan være et godt redskab i samarbejdet med eleverne om årsplanen.

Årsplanen giver overblik såvel for lærer, elever og forældre som for hele skolen. Ikke mindst det sidste er vigtigt, idet årsplanen også bør medtænke skolens fælles aktiviteter og de projektførelser, som overbygningens elever deltager i.

# Undervisningsvejledning

Emnerne kan være meget forskellige, men skal lede frem fagets formål og slutmål.

Emnerne kan være

- Mad og håndværk.
- At kunne lave mad.
- Mad og kultur.
- Mad til fest.
- Traditioner og måltider.
- Mad og sport.
- Slankekur og kostråd.
- Eksperimenterende mad.
- Krydderiernes rejse.
- Fødevarernes historie.
- Vegetarmad.
- Mad og spiseregler.
- Mad fra andre lande.
- Vi laver en café/restaurant.
- Fast food >< slow food.
- Mad og måltidsvaner.
- Måltider, bordskikke og borddækning.
- Konservering og smag.
- Den bevidste forbruger.
- Miljørigtig madlavning.
- Fødevarers pris og kvalitet.
- Hvad maden kan fortælle.
- Sundhed og smag.

Det vil desuden være særdeles relevant at arbejde med aktuelle emner, som dukker op i medierne og dagspressen. Det kan fx være emner og problemstillinger i forbindelse med produktion af fødevarer, politiske beslutninger og nye kostråd.

Emnerne kan belyses såvel gennem praktisk arbejde, bl.a. små forsøg og eksperimenter, som gennem diskussioner i større eller mindre grupper. Eleverne skal opfordres til at søge forskellige oplysninger om et givent emne både ved søgning på internettet og fx ved interviews med producenter og forbrugere.

Da der i den valgfri hjemkundskabsundervisning skal lægges øget vægt på elevernes medindflydelse i forbindelse med indhold og proces, er det vigtigt, at der afsættes god tid til dette, og at det indgår som en naturlig del af undervisningen. Den efterfølgende evaluering af de enkelte forløb og elevens arbejdsindsats og udbytte af undervisningen foregår også i et samspil mellem lærer og elever og ud fra de forslag, der er angivet i afsnittet "Evaluering".

Såvel i planlægningsfasen som i undervisningssituationen skal læreren have fornemmelse for, hvornår og hvordan man bedst griber ind med respekt for elevernes tænke- og handle-måde. Kunsten består i ikke at fratage eleverne deres selvstændige tænkning og ræsonnement, men derimod fastholde og forstærke deres nysgerrighed, refleksion samt handle-

evne og -mulighed. Det gøres bl.a. ved at inspirere eleverne og engagere dem i meningsfyldte og helhedsprægede arbejdsopgaver.

## Eksempel på undervisningsforløb

Et af årets emner i valgfagsundervisningen kan være "Sundhed og smag".

Arbejdet med håndværket og det praktiske, undersøgende og konkrete arbejde er en naturlig tilgang til de enkelte emner i valgfagsundervisningen. I emnet arbejder eleverne med problemstillinger, der vedrører begrebet sundhed og belyser, hvordan man netop i hjemkundskab kan undersøge, hvilken betydning maden og måltidet har i forbindelse med de aktuelle sundhedsopfattelser.

Når sundhed og smag er udgangspunktet, skal der i undervisningen inddrages andre elementer end den ernæringsmæssige synsvinkel defineret ud fra kostberegninger og forskellige kostråd. Spørgsmålene: "Hvad betyder de enkelte måltiders smag, duft, udseende og måltidets sociale rammer for den enkeltes sundhed?" og "Hvilke fødevarer, metoder og teknikker, krydderier skal anvendes for at fremstille velsmagende sunde måltider?" skal også inddrages.

Elevernes arbejde med emnet skal lede frem mod følgende slutmål:

Mad, måltider og livskvalitet	<ul style="list-style-type: none"><li>• smage forskelle og sætte smagserfaringer i relation til kryddring, fødevarer, tilberedningsformer, måltider, servering, stemning og rum</li><li>• anvende forskellige kostanbefalinger og digitale kostberegninger til sammensætning og vurdering af måltider</li><li>• forholde sig til aktuelle problemstillinger om mad og måltider</li><li>• forholde sig til faktorer, der påvirker mad og måltider, og deres betydning for sundhed og livskvalitet.</li></ul>
Fødevarer og håndværk	<ul style="list-style-type: none"><li>• planlægge og tilberede varieret, indbydende og velsmagende mad</li><li>• vurdere fødevarers kvalitet ud fra indhold, smag og anvendelse.</li><li>• eksperimentere med råvaresammensætning, smagsgivere og teknikker</li><li>• vælge opskrifter og tilpasse dem efter bestemte kriterier.</li></ul>
Hygiejne og sundhed	<ul style="list-style-type: none"><li>• forholde sig til vilkår for husarbejde og dets betydning for sundhed og livskvalitet.</li></ul>



# Undervisningsvejledning

Mål for undervisningsforløbet er, at eleverne

- tilegner sig viden om og diskuterer madens og måltidets betydning for sundheden
- sammenligner forskellige tilberedningsmetoder og fødevarer samt vurderer deres betydning for måltidets smag og sundhed
- analyserer og forbedrer forskellige retters energi- og næringsindhold og vurderer deres smag og udtryk
- planlægger, tilbereder, anretter, serverer og spiser måltider og vurderer de enkelte elementers betydning for sundhed og livskvalitet.

Emnet forløber over tre gange á to lektioner.

## 1. gang: *Maden og måltidet*

Undervisningen kan tage udgangspunkt i fx film, aktuelle artikler, oplæg fra gæstelærere – fx kok sammen med skolens sundhedsplejerske – eller lysten til at smage og vurdere forskellige råvarer.

Forskellige modeller for sundhedsopfattelse kan udarbejdes i fællesskab eller fremlægges for eleverne. De diskuterer, hvilken betydning maden og måltidets rammer har for deres velbefindende og sundhed.

Eleverne skal derefter i grupper planlægge et måltid. Som oplæg får de opskriften på en ret, der skal ernæringsforbedres enten ved at ændre på ingredienserne eller ved at bruge andre tilberedningsmetoder. Der skal findes tilbehør til retten, og eleverne kan overveje, om tilbehøret skal fremstilles fra bunden eller være hel- eller halvfabrikata.

Eleverne skal udarbejde indkøbsliste og plan for arbejdsprocessen.

## 2. gang: *Maden, måltidet og rammerne*

I grupper fremstiller eleverne deres måltider og anretter og serverer måltidet med den borddækning og i de omgivelser, de har valgt. Energi- og ernæringsberegninger over måltidet udstilles, og eleverne fremlægger deres valg for hinanden. I hver gruppe vurderes og diskuteres, hvilken betydning den fælles planlægning, fremstilling, anretning, servering og spisning har for måltidsoplevelsen. Desuden vurderes måltidets smagsnuancer, og det overvejes hvilke andre faktorer end måltiders ernæringsmæssige værdi, der har betydning for velværet og sundheden. Læreren udarbejder et skema, der anvendes til vurderingen og som udgangspunkt for samtalen.

## 3. gang: *Smagen i måltidet*

Elevernes forhåndsviden om fødevarers produktion, distribution og smag samt deres ønske om at undersøge og eksperimentere med kendte og nye råvarer i sunde måltider er udgangspunkt for undervisningen.



# Undervisningsvejledning

Undervisningens fødevarer er kylling, krydderier og krydderurter. Eleverne skal undersøge og vurdere, hvilken betydning det har for måltidets smag og sundhedsværdi, når kyllingekød bliver, kogt, marineret, saltet, stegt i ovn og lyngstegt, samt hvordan man kan tilberede grøntsager til de enkelte kyllingestykker, fx grøntsager i salater og kogte, bagte, stegte, lynstegte og dampede grøntsager. Desuden skal eleverne vurdere, hvilke krydderier der kan bruges og på hvilken måde, for at retten kan blive smagfuld.

Oplægget er tilrettelagt af læreren. Eleverne arbejder i mindre grupper ud fra interesser og faglige forudsætninger. Arbejdsopgaverne har forskellig sværhedsgrad.

Eleverne fører deres resultater af undersøgelserne ind i et skema. Alle retter præsenteres for hele gruppen, og alle elever smager og vurderer de enkelte måltider i forhold til smag, sundhedsværdi, og tilberedningstid.

Undersøgelsens konklusion er udgangspunkt for næste emne, der fokuserer på elevernes forbrug af hel- og halvfabrikata.

## Uddannelsesstyrelsens håndbogsserie

*I denne serie udsender Uddannelsesstyrelsen publikationer med baggrundsorientering om lovgivningen, uddannelser og enkelte fag samt vejledninger om god praksis mv. Håndbøgerne er rettet mod uddannelsernes drift.*

*I 2003 og 2004 er følgende udkommet eller under udgivelse i serien:*

### 2003:

- Nr. 1: Typografi og læselighed – på skærm og papir. Brugervejledning til skrifttypen Union (UVM) (Erhvervsfaglige uddannelser)
- Nr. 2: Brugervejledning til MultiMedie Engelsk. Tegnsprogsstøttet undervisningsmateriale til engelsk inden for træfagene for elever med hørevanskeligheder og andre vanskeligheder under erhvervsuddannelse (UVM) (Erhvervsfaglige uddannelser)
- Nr. 3: Projekt, case, opgave – hvad er projektarbejde i eud? En håndbog (UVM 7-360) (Erhvervsfaglige uddannelser)
- Nr. 4: Brugervejledning til Smedeuddannelsen. Tegnsprogsstøttet undervisningsmateriale til Smedeuddannelsen for elever med høre-, læse- og andre vanskeligheder under erhvervsuddannelse (UVM) (Erhvervsfaglige uddannelser)
- Nr. 5: Brugervejledning til Skærmbaseret Svendeprøve. Prøveforberedende undervisningsmateriale til elever med læsevanskeligheder og andre vanskeligheder under erhvervsuddannelse mv. (UVM) (Erhvervsfaglige uddannelser)
- Nr. 6: Manual for tilsyn med undervisning i dagbehandlingstilbud samt på opholdssteder og døgninstitutioner (UVM 0121) (Grundskolen)
- Nr. 7: Kontaktlærerens værktøjskasse (UVM) (Internetpublikation) (Erhvervsfaglige uddannelser)
- Nr. 8: Evaluering af de personlige kompetencer i sosu – de grundlæggende social- og sundhedsuddannelser (UVM 0124) (Erhvervsfaglige uddannelser)
- Nr. 9: Fælles Mål: Faghæfte 1: Dansk (UVM 5-431) (Grundskolen)
- Nr. 10: Fælles Mål: Faghæfte 12: Matematik (UVM 5-432) (Grundskolen)
- Nr. 11: Fælles Mål: Faghæfte 24: Elevernes alsidige personlige udvikling (UVM 5-434) (Grundskolen)
- Nr. 12: Fælles Mål: Faghæfte 25: Børnehaveklassen (UVM 5-433) (Grundskolen)
- Nr. 13: Vejledningsreformen – kort fortalt (UVM 0126) (Uddannelsesområderne)
- Nr. 14: Råd og vink om afskrift og plagiat ved projektarbejde på htx (Internetpublikation) (Erhvervsgymnasiale uddannelser)
- Nr. 15: Orientering om folkeskolens afsluttende prøver 2004 (UVM 5-435) (Grundskolen)
- Nr. 16: Prøver, Evaluering, undervisning. En samlet evaluering af folkeskolens afsluttende prøver maj-juni 2003 (UVM 5-436) (Grundskolen)
- Nr. 17: AMU under forandring – om reformen fra 2004 (UVM 0131) (Arbejdsmarkedsuddannelser)
- Nr. 18: Råd og vink om afsætning på hhx (Internetpublikation) (Erhvervsgymnasiale uddannelser)

### 2004:

- Nr. 1: Fælles Mål: Faghæfte 2: Engelsk (UVM 5-438) (Grundskolen)
- Nr. 2: Fælles Mål: Faghæfte 3: Kristendomskundskab (UVM 5-439) (Grundskolen)
- Nr. 3: Fælles Mål: Faghæfte 4: Historie (UVM 5-440) (Grundskolen)
- Nr. 4: Fælles Mål: Faghæfte 5: Samfundsfag (UVM 5-441) (Grundskolen)
- Nr. 5: Fælles Mål: Faghæfte 6: Idræt (UVM 5-442) (Grundskolen)
- Nr. 6: Fælles Mål: Faghæfte 7: Musik (UVM 5-443) (Grundskolen)
- Nr. 7: Fælles Mål: Faghæfte 8: Billedkunst (UVM 5-444) (Grundskolen)
- Nr. 8: Fælles Mål: Faghæfte 9: Håndarbejde (UVM 5-445) (Grundskolen)
- Nr. 9: Fælles Mål: Faghæfte 10: Sløjd (UVM 5-446) (Grundskolen)
- Nr. 10: Fælles Mål: Faghæfte 11: Hjemkundskab (UVM 5-447) (Grundskolen)
- Nr. 11: Fælles Mål: Faghæfte 13: Natur/teknik (UVM 5-448) (Grundskolen)
- Nr. 12: Fælles Mål: Faghæfte 15: Biologi (UVM 5-449) (Grundskolen)
- Nr. 13: Fælles Mål: Faghæfte 16: Fysik/kemi (UVM 5-450) (Grundskolen)
- Nr. 14: Fælles Mål: Faghæfte 17: Tysk (UVM 5-451) (Grundskolen)
- Nr. 15: Fælles Mål: Faghæfte 18: Fransk (UVM 5-452) (Grundskolen)
- Nr. 16: Råd og vink om internationalisering hhx (Internetpublikation) (Erhvervsgymnasiale uddannelser)

*Publikationerne kan købes hos Undervisningsministeriets forlag eller hos boghandlere. Visse publikationer er trykt i meget begrænset oplag og kan derfor kun rekvireres i ganske særlige tilfælde mod betaling af et ekspeditionsgebyr. Internetpublikationerne kan frit downloades fra [www.uvm.dk](http://www.uvm.dk) – til eget brug.*

*På UVM's website – på adressen: <http://www.uvm.dk/katindek.htm> – findes en oversigt over hæfter i Uddannelsesstyrelsens publikationsserier udgivet i 1999, 2000, 2001, 2002 og 2003*