

Valgfag i 7. og 8. klasse

Madkundskab tilbydes som valgfag til eleverne i 7. og 8. klasse.

Formål for faget

Eleverne skal i faget madkundskab tilegne sig færdigheder og viden om mad, smag, sundhed, fødevarer, madlavning og måltider og dermed udvikle kompetencer, der gør dem i stand til at vælge og vurdere egne smags- og madvalg.

Eleverne skal opnå praktiske færdigheder inden for madlavning og kunne eksperimentere med såvel råvarer, opskrifter og retter som egen smag og andre æstetiske erfaringer.

Eleverne skal kunne foretage kritisk reflekterede madvalg på baggrund af viden om fødevarer, sæson, oprindelse, sundhedsværdi, produktionsformer og bæredygtighed. Gennem alsidige læringsforløb skal eleverne udvikle selvværd, fantasi, madlavningsglæde og erkendelse, så de bliver i stand til begrundet at tage stilling til og handle i overensstemmelse med dette.

Eleverne skal lære at forbinde viden med lyst og handling i en forpligtigende praksis. Faget skal tilrettelægges, så eleverne kan opleve værdien af et fællesskab omkring måltider.

Eleverne skal lære at tage del i og medansvar for problemstillinger, der vedrører mad, madvalg, madlavning og måltider i relation til kultur, trivsel, sundhed og bæredygtighed.

Kompetenceområder og - mål efter 8. klasse:

Mad og sundhed:

Eleven kan foretage madvalg ud fra målgruppe og forholde sig kritisk til madkommunikation

Fødevarerbevidsthed:

Eleven kan foretage begrundede valg af fødevarer i forhold til produktion, kvalitet og madoplevelse.

Madlavning:

Eleven kan eksperimentere ud fra grundlæggende madlavningsteknikker.

Måltid og madkultur:

Eleven kan opbygge måltider med forståelse for forskellige madkulturer og levevilkår

Færdigheds- og vidensområder og -mål efter 8. klasse:

Mad og sundhed

Sund mad til målgrupper:

- Eleven kan udvikle en opskrift ud fra sundhedskriterier
- Eleven har viden om sundhedskriterier i opskrifter
- Eleven kan tilpasse egen opskrift til bestemte målgrupper
- Eleven har viden om målgrupperes madtraditioner og ernæringsbehov



Kommunikation og samfund:

- Eleven kan præsentere et selvskabt sundt måltid i et udvalgt medie
- Eleven har viden om digitale virkemidler i kommunikation om mad og sundhed

Fødevarerbevidsthed

Fødevarekendskab og kvalitetsforståelse:

- Eleven kan sammensætte velsmagende retter af givne fødevarer
- Eleven har viden om fødevarers fysisk-kemiske egenskaber, anvendelsesmuligheder og smag
- Eleven kan vurdere kvalitet af industrielt fremstillede fødevarer
- Eleven har viden om kvalitetskriterier og produktionsforhold

Bæredygtighed:

- Eleven kan vurdere fødevareproblematikker
- Eleven har viden om industriel fødevareproduktion
- Eleven kan vurdere fødevarers bæredygtighed
- Eleven har viden om bæredygtighedskriterier og produktionsforhold

Fødevareproduktion og madprojekt:

- Eleven kan arbejde entreprenant med madfremstilling
- Eleven kan kommunikere målrettet og kreativt om eget madprojekt
- Eleven har viden om madkundskabsfaglige kommunikationsformer

Madlavning:

Mål og struktur:

- Eleven kan udvælge opskrifter og planlægge indkøb efter formål
- Eleven har viden om praktisk planlægning af madlavning
- Eleven kan strukturere madlavning fra idé til præsentation

Madtekniske egenskaber og håndværk:

- Eleven kan eksperimentere med ingredienser og metoder
- Eleven har viden om metoder og ingrediensers madtekniske egenskaber
- Eleven kan anvende komplekse teknikker og metoder i madlavning
- Eleven har viden om komplekse madtekniske egenskaber og metoder

Eksperimenterende madlavning:

- - Eleven kan eksperimentere med mads fysisk-kemiske egenskaber.
- - Eleven kan eksperimentere med egne smagsoplevelser i madlavning.
- - Eleven har viden om sensorik og smag

Måltid og madkultur:

Måltidets værdier:

- Eleven kan opbygge komplekse måltider ud fra formål
- Eleven har viden om måltidsformål, -værdier og principper for opbygning af komplekse måltider
- Eleven kan fortolke mad- og måltidskulturer
- Eleven har viden om faktorer der påvirker madog måltidskulturer



Måltider og smag:

- Eleven kan fortolke måltider i deres kontekster.
- Eleven kan etablere smagsog værdifulde måltider.
- Eleven har viden om sammenhæng mellem smag, madglæde og livskvalitet.
- Eleven har viden om måltidskulturer og deres symbolske dimensioner.

Tilrettelæggelse af undervisningen

Gennem undervisningen skal eleverne tilegne sig viden om og færdigheder inden for områderne mad, smag, sundhed, fødevarer, madlavning og måltider. Herudover skal de blive i stand til at træffe kritiske, reflekterede madvalg på baggrund af de tilegnede kompetencer. Samtidig lægges der vægt på udvikling af madlavningsglæde og fantasi.

Undervisningens indhold vælges og tilrettelægges med udgangspunkt i kompetenceområderne. Samtidig er det væsentligt at udvælge nogle spændende temaer, der kan motivere og engagere de unge elever i fagets indhold.

Eleverne skal opnå kompetencer til at kunne træffe velovervejede madvalg, og de skal opnå glæde ved at vælge, fremstille og nyde mad og måltider i et fællesskab. Med andre ord skal indholdet kunne bidrage til elevernes uddannelse såvel som dannelse på madområdet.

Herunder er givet eksempler på undervisningstemaer, der knytter sig til fagets kompetenceområder:

7 & 8. klasse

Eksempel på forløb:

Madmæssig mangfoldighed

Kompetenceområder:

Mad og sundhed, Måltid og madkultur

Kompetencemål:

- Eleven kan foretage madvalg ud fra målgruppe og forholde sig kritisk til madkommunikation
- Eleven kan opbygge måltider med forståelse for forskellige madkulturer og levevilkår

Læringsmål:

- Eleven har viden om, at kultur, ideologi, livsstile, fysisk, psykisk og social sundhed er nogle af de faktorer, der spiller ind i den madmæssige mangfoldighed.
- Eleven kan opbygge komplekse måltider ud fra formål.
- Eleven kan fortolke mad- og måltidskulturer.
- Eleven har viden om måltidsformål, værdier og principper for opbygningen af komplekse måltider.
- Eleven har viden om faktorer som påvirker mad- og måltidskulturer.
- Eleven har viden om mad- og måltidskulturer og deres symbolske dimensioner.



Forløbsbeskrivelser:

- Hvad er madmæssig mangfoldighed?
- Madmæssig mangfoldighed og bæredygtighed.
- De officielle kostråd
- Ideologiers indflydelse på madmæssig mangfoldighed.
- Laktoseintolerans
- Glutenallergi
- Diabetes

Tilberedning af mad til forskellige målgrupper: eleverne vælger en målgruppe og planlægger et ret ud fra denne:

- Vegetarretter
- Glutenfrie retter
- Laktosefrie retter
- Bæredygtige retter

Tekster/Links

Domestic science: forløb om madmæssig mangfoldighed:
Madmæssig Mangfoldighed – Domestic Science

7 & 8. klasse

Eksempel på forløb:

Mad i sæson

Kompetenceområder:

Fødevarebevidsthed

Kompetencemål:

Eleven kan foretage begrundede valg af fødevarer i forhold til produktion, kvalitet og madoplevelse

Læringsmål:

- At eleverne udvikler forståelse for, at fødevarer er i sæson, og herigennem bliver i stand til at vælge bæredygtige fødevarer og tilberedningsmetoder
- Eleverne har viden om danskproduceret frugt og grønt – sæsonbestemte fødevarer
- Eleverne anvender dansk frugt og grønt i forskellige retter
- Eleverne har kendskab til økologisk og konventionelt fremstillet frugt og grønt
- Eleverne har viden om miljømæssig bæredygtighed
- Eleverne har viden om forskellige måder at konservere fødevarer på
- Eleverne har viden om, hvorfor man konserverer fødevarer



Forløbsbeskrivelser:

- Besøg på Kastanjely, et biodynamisk landbrug i Vejle.
- Hvad er danske grøntsager og frugt? På hvilke måder kan de tilberedes? Hvorfor og hvordan kan de være sundere og mere bæredygtige end udenlandske produkter?
- Hvad er økologisk frugt og grønt?
- Miljømæssig bæredygtighed
- Eleverne tilrettelægger selv en ret ud fra dansk frugt og grønt i sæson.
- Læreroplæg og gruppearbejde om konservering: historisk viden om konservering (formål).
- Fordele og ulemper ved konservering ift. bæredygtighed.

Tilberedning af:

- Squashfrikadeller og squashesalat
- Squashkage
- Syltede agurker, rødbeder og rødløg
- Syltede asier og grønne tomater

Tekster/Links

Teori om bæredygtighed:

S. 11-33 i bogen: "Verdensmål og madkundskab" af Helle Brønnum Carlsen, FADL's forlag 2020.

7 & 8. klasse

Eksempel på forløb:

Mad fra fremmede himmelstrøg

Kompetenceområder:

Måltid og madkultur

Kompetencemål:

Eleven kan opbygge måltider med forståelse for forskellige madkulturer og levevilkår.

Læringsmål:

- Eleven har viden om Indiens og Italiens madkultur og traditionelle råvarer
- Eleven kan anrette maden æstetisk og indbydende
- Eleven kan fremstille traditionelle indiske og italienske retter
- Eleven kan sammensætte et typisk indisk eller italiensk måltid



Forløbsbeskrivelser:

- Læreroplæg om madkulturer
- Introduktion til madkulturhjulet, smage 5-kanten og smagskompasset
- Gruppearbejde og undersøgelser af de 5 grundsmage
- Eksperimenter med de 5 grundsmage fra forskellige madkulturer (dansk, indisk og thailandsk agurkesalat)
- Krydderier og madkultur
- Grupperne sammensætter selv en indisk vegetaret med ingredienser, som er typisk for indisk madkultur
- Grupperne sammensætter selv en italiensk vegetaret med ingredienser, som er typisk for italiensk madkultur

Tilberedning af:

- Pasta
- Pizza
- Foccacia brød
- Aloo Gobi
- Indisk dahl
- Naanbrød

Tekster/Links

Smag på madkultur - smagens dag 2018:
2018 - Smag på madkultur - Smagens Dag

Måltidshåndbog | » Smagskompasset (maaltidshaandbog.dk)

7 & 8. klasse

Eksempel på forløb:

Bagemetoder

Kompetenceområder:

Fødevarerbevidsthed, Madlavning, Måltid og madkultur

Kompetencemål:

- Eleven kan eksperimentere ud fra grundlæggende madlavningsteknikker.
- Eleven kan opbygge måltider med forståelse for forskellige madkulturer og levevilkår.



Læringsmål:

- Eleverne opnår viden om forskellige typer af hævemidler: Kemiske, fysiske samt gær
- Eleverne får bevidsthed om, at typer af brød og kager skifter i popularitet
- Eleverne opnår viden om det traditionelle sønderjyske kaffebord
- Eleverne kan fremstille en kager med forskellige hævemidler
- Eleverne kan selv udvælge opskrifter til en bunden opgave: roulade

Forløbsbeskrivelser:

- Læreroplæg om hævemidler og dejtyper
- Gruppearbejde hvor eleverne udarbejder en idebank med kager med forskellige hævemidler.
- Film om det sønderjyske kagebord.
- Video om rulning af roulade.
- Gruppearbejde: Roulader (opskrift, indkøbsliste, planlægning, servering).
-

Tilberedning og bagning af:

- Chokoladekage (rørt dej)
- Roulade (pisket dej) med hjemmelavet marmelade
- Hindbærnsnitter (mørdej)
- Fastelavnsboller (gærdej)

Tekster/Links

<https://www.dr.dk/mad/artikel/katja-fra-bagedysten-det-soenderjyske-kaffebord-binder-bare-folk-sammen>

Kompendium: Hævemidler og dejtyper

