



GÖTEBORGS UNIVERSITET
 Utbildningsvetenskapliga fakulteten
 Institutionen för mat, hälsa och miljö

KURSPLAN
 Fastställd: 2006-11-20

Fd. LHK320

LHG103, Näring och hälsa, 7, 5 högskolepoäng

Nutrition and health

Grundnivå, Introductory level

1. Fastställande

Kursplanen är fastställd av prefekt vid Institutionen för mat, hälsa och miljö 2006-11-20

Utbildningsområde: Naturvetenskap 80 %, undervisning 20 %

2. Inplacering

Kursen benämns Näring och hälsa 7,5 högskolepoäng. Kursen är en fördjupningskurs och ges som specialisering inom Lärarprogrammet. Kursen kan även ges som fristående kurs.

3. Förkunskaper

För tillträde till kursen krävs genomgången och godkänd inriktning i hem- och konsumentkunskap om 60 högskolepoäng eller motsvarande.

4. Kursens lärandemål

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- självständigt planera, analysera och värdera måltider utifrån livsmedelsval och näringsinnehåll i relation till människor med olika behov och sociala förutsättningar.
- visa förmåga att genomföra kost- och aktivitetsregistreringar samt kritiskt kunna diskutera och analysera resultatet mot gällande näringsrekommendationer.
- visa insikt om samband mellan näring och hälsa och förmåga att kunna göra bedömningar med hänsyn till vetenskapliga och etiska aspekter.
- relatera näring och hälsa till den sociala dimensionen i hållbar utveckling.
- skapa miljöer för lärande där elever är delaktiga, tar ansvar och väljer mat utifrån egna preferenser och behov.

5. Innehåll

Att kunna komponera måltider, analysera och värdera dem ur kvalitetssynpunkt kräver kunskaper om samband mellan mat och näring. Kunskaper inom området mat och näring innefattar näringsbehov, näringsrekommendationer, energibehov, energibalans samt näringsämnenas uppgifter, absorption och omsättning. Andra moment som är betydelsefulla för att kunna hantera frågor som rör samband mat och hälsa är matrelaterade sjukdomar samt människors kulturella och sociala förutsättningar för att nå god hälsa. Elevers kunskap om samband mat och hälsa kan utvecklas utifrån olika perspektiv. Den sociala dimensionen i hållbar utveckling är ett sådant. Lärarens elevsyn och kunskapssyn påverkar möjligheter att nå eleverna i deras egen vardagsförståelse om hur och vad man äter och på vilket sätt detta påverkar hälsa och välbefinnande. För att utveckla lärarprofessionen inom området mat, näring och hälsa kopplas dessa moment till mål i läroplan samt kursplaner.

6. Litteratur

Se separat litteraturlista.

7. Former för bedömning

Bedömning sker kontinuerligt på grundval av aktivt deltagande och genomförda prestationer. Examinationen sker genom skriftliga och muntliga tentamina. För bedömning skall underlaget vara sådant att individuella prestationer kan urskiljas. Möjligheter till omprövning ges vid underkänt prov. Student som underkänts två gånger på samma examination har rätt att få annan examinator utsedd. Begäran skall vara skriftlig och institutionen har att bifalla sådan begäran om det är praktiskt möjligt.

8. Betyg

Vid bedömning används tregradig skala: Väl godkänd, Godkänd och Underkänd. För godkänd kurs krävs godkända resultat på såväl skriftliga som muntliga examinationsuppgifter.

För betyget *godkänd* krävs att den studerande aktivt skall delta i kursen under hela kursperioden och visa att han/hon uppnått de fastställda målen för kursen.

För betyget *väl godkänd* krävs att kriterier för godkänd har uppnåtts. Dessutom krävs att den studerande skall visa särskild förmåga till självständig kritisk reflektion och kommunicera sina kunskaper på ett väl underbyggt sätt.

9. Kursvärdering

I kursen ingår kursutvärdering. Denna skall vara vägledande för genomförandet av pågående kurs samt för utveckling och planering av kommande kurser.

10. Övrigt

Jämställdhet, jämlikhet och mångfald skall beaktas i innehåll, litteratur och värdering av kursen.

Internationella förhållanden skall beaktas i innehåll och litteratur.

Obligatoriska moment som ingår skall tydliggöras vid kursstart och i studiehandledningen