



GÖTEBORGS UNIVERSITET
 Utbildningsvetenskapliga fakulteten
 Institutionen för mat, hälsa och miljö

KURSPLAN
 Fastställd: 2006-11-20

Fd. KK0200

MHG143, Näringslära 7,5 hp

Human Nutrition, 7,5 ECTS

Grundnivå, Introductory level

1. Fastställande

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

Utbildningsområde: Naturvetenskap 100 %

2. Inplacering

Kursen benämns Näringslära 7,5 hp. Kursen är en kärnkurs i Kostvetenskap 1-30 hp och ingår i Restaurangmangerprogrammet. Kursen kan även ges som fristående kurs.

3. Förkunskaper

För tillträde till kursen krävs grundläggande behörighet för högskolestudier

4. Kursens lärandemål

Efter avslutad kurs skall studenten kunna:

- förstå vanliga begrepp inom näringsläran som berör energi och näringsämnen
- känna till delar av nordiska näringsrekommendationer
- använda en metod att göra kostregistrering och aktivitetsregistrering
- beräkna näringsintag med hjälp av näringsberäkningsprogram för dator
- skriftligt i rapportform redogöra för näringsintag och energiutgifter
- redogöra för några samband där kost och hälsa och miljöaspekter av mat belyses
- argumentera för bra livsmedelsval med hänsyn till näringsinnehåll.

5. Innehåll

Kursen behandlar på grundläggande nivå begrepp som näringsbehov och näringsrekommendationer utifrån nordiska näringsrekommendationer. Olika grupper med särskilda näringsbehov och några specialkost tas upp i kursen. I näringslärans grunder ingår förståelse för cellens uppbyggnad och funktioner vilket behandlas på en grundläggande nivå. Energigivande näringsämnen och några andra viktiga näringsämnen behandlas med avseende på deras funktion i kroppen samt deras omsättning och utsöndring. Samband mellan mat och matrelaterade sjukdomar analyseras. Genomgående kommer livsmedelsvalets betydelse för intaget av olika näringsämnen och sambandet hälsa och miljö att belysas.

6. Litteratur

Se separat litteraturlista.

7. Former för bedömning

Kursen avslutas med skriftlig tentamen.

En skriftlig matdagboksrapport skall inlämnas för godkänt betyg.

Formerna för kunskapskontroll skall relateras till arbetsformerna i det moment som bedöms.

Bedömningsunderlaget skall vara sådant att individuella prestationer kan särskiljas. 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.

9. Kursvärdering

I kursen ingår utvärdering. Formerna för utvärdering diskuteras i samråd med studenterna och skall vara vägledande för genomförande av pågående kurs samt utveckling och planering av kommande kurser.

10. Övrigt

Studenten svarar för vissa kostnader i samband med undervisning t.ex litteratur och material.