

Fagnettverk Oppland – «Gjøvik» Tverrfaglige tema og vurdering

3. samling 24.mars 2020

Karen Lassen
Universitetslektor
Faggruppe mat og helse
Institutt for friluftsliv, idretts- og kroppsøving
Fakultet for humaniora-, idrett- og utdanningsvitenskap



Program - fagnettverk Oppland



1000 Velkommen. Litt om mellomarbeidet.

1010 Tverrfaglige tema – forelesning. Litt om bærekraft, folkehelse og livsmestring

1030 Gruppearbeid: Tverrfaglige tema: mat- og helsefagets mulighet: hvordan gripe den?

1115 Felles oppsummering?

1145 Pause

1215 Vurdering – forelesning. Å se muligheter i vurderingsarbeidet.

1235 Gruppearbeid. Om vurdering - Padlet

1345 Oppsummering av kurset

1400 Slutt

1405 Tilbud: Hvordan gjennomføres fjernundervisning i mat og helse i disse dager. Erfaringsutveksling

1430 Slutt

Generelt om tverrfaglige tema i overordnet del

- Tverrfaglige tema tar utgangspunkt i aktuelle samfunnsutfordringer som krever engasjement og innsats fra enkeltmennesker og fellesskapet i lokalsamfunnet, nasjonalt og globalt for «å løses»
- elevene skal få *innsikt i utfordringer og dilemmaer* innenfor temaene
- elevene skal *lære* om sammenhenger mellom *handlinger og konsekvenser*
- elevene skal *forstå* hvordan *kunnskap og samarbeid* kan gi løsninger
- kompetanse skal utvikles gjennom arbeid med problemstillinger fra ulike fag
- kunnskapsgrunnlaget finnes i mange fag og «løsningene» finnes derfor på tvers av fag
- hva elevene skal lære innenfor temaene, uttrykkes i kompetansemål for fag der det er relevant.

To tverrfaglige tema i mat og helse

Bærekraftig utvikling; Folkehelse og livsmestring

Hva elevene skal lære innenfor de tverrfaglige temaene, uttrykkes i kompetansemålene
(hentet fra overordnet plan)



To hovedoppfatninger av bærekraft

(Sinnes, A. (2015) *Utdanning for bærekraftig utvikling*. Universitetsforlaget s. 30)

Teknokratisk bærekraftsperspektiv:
økonomisk vekst er grunnpilar,
markedet og økonomien skal bringe
jorden tilbake til balanse. Økonomisk
vekst skal gi avkastning til å investere
bærekraftig.

Naturen er middel for menneskene.

Økosentrisk bærekraftsperspektiv:
naturen har verdi i seg selv, ikke
nødvendigvis som middel for
mennesket. Økonomisk vekst kan ikke
fortsette. Hver og en må redusere
forbruket sitt.

Mennesket er del av naturen.

LK20 –overordnet del: Teknologi har betydelig innvirkning på menneske, miljø og samfunn. Teknologisk kompetanse og kunnskap om sammenhengene mellom teknologi og de sosiale, økonomiske og miljømessige sidene ved bærekraftig utvikling står derfor sentralt i dette temaet. Teknologit utvikling kan bidra til å løse problemer, men kan også skape nye. Kunnskap om teknologi innebærer en forståelse av hvilke dilemmaer som kan oppstå ved bruk av teknologi, og hvordan disse kan håndteres.

Bærekraftig utvikling i mat og helse

- I faget mat og helse handlar det tverrfaglege temaet bærekraftig utvikling om å leggje vekt på at både matproduksjonen og matforbruket bør skje på måtar som ikkje er til skade nasjonalt eller globalt verken no eller i framtida. Faget skal bidra til at elevane blir bevisste på etiske og økonomiske spørsmål om matproduksjon og matforbruk og på fordeling av matressursar, slik at dei blir i stand til å ta ansvarlege val og utvikle gode verdiar og haldningar.

Bærekraftig kosthold

- Et bærekraftig kosthold har lav innvirkning på miljøet og bidrar til mat- og ernæringsikkerhet og et sunt liv for nåværende og fremtidige generasjoner (FAO)
- Stort samsvar mellom Helsedirektoratets kostråd og FAOs råd for bærekraftig kosthold (Helsedirektoratet 2017)
- Bærekraftig kosthold kan oppnås gjennom enkle grep (Bugge 2019)
- Råd om bærekraftig kosthold:
 - Naturvernforbundet - råd for valg av matvarer
 - Framtiden i våre hender –tabell for CO₂ –avtrykk

Tverrfaglig tema folkehelse og livsmestring

- Sett i lys av Overordnet del kan mat- og helsefaget minst bidra med
 - Utvikle trygg identitet knyttet til kosthold
 - Styrke identitet knyttet til eget kosthold
 - Gode helsevalg knyttet til mat og trygg mat
 - Levevaner: rutiner i mat, måltider og håndvask /hygiene
 - Verdivalg: etisk betingede valg av mat
- Helsedirektortet er en essensiell kilde for fagstoff



Nasjonalforeningen.no

To hovedretninger innen helsefremmende kostråd

Forskningsbasert

- Internasjonalt samarbeid om kunnskapsutvikling
- Anbefalinger basert på sykdom og helse (epidemiologi), levekår, kosthold, mattradisjoner, jordbruk i en befolkning
- Transparent grunnlag for anbefalinger
- WHO; FAO; Helsedirektoratet, kostrådene

Erfaringsbasert

- individuelle erfaringer knyttet til sykdom og helse
- tilbyr ofte egen produserte produkter

Ideologiske basert

- skape forskjell - identitet
- ivareta en ideologi
- bygger på erfaringer

I faget mat og helse handlar det tverrfaglege temaet berekraftig utvikling om å leggje vekt på at både matproduksjonen og matforbruket bør skje på måtar som ikkje er til skade nasjonalt eller globalt verken no eller i framtida. Faget skal bidra til at elevane blir bevisste på etiske og økonomiske spørsmål om matproduksjon og matforbruk og på fordeling av matressursar, slik at dei blir i stand til å ta ansvarlege val og utvikle gode verdiar og haldningar.

Helsefremmende kostråd for befolkningen og skolemåltid

- [Helsedirektoratets kostråd for befolkningen](#)
 - Generelle råd med utgangspunkt i matvaregruppene.
- [Helsedirektoratets råd for mat og måltider i skolen](#)
 - Generelle råd for ulike rammer for måltider
 - ivaretar kostrådene, spisemiljø, hygiene, mengder mat og drikke

Oppgave til diskusjon i gruppene. Lag overskrift og skriv stikkord i Padlet.
Hvilke endringer må du gjøre i din undervisning for å ivareta de tverrfaglige temaene?
Hvilke fag er det relevant å samarbeide med om de tverrfaglige temaene? Hvorfor?
Hvordan komme i gang med samarbeidet? Hva kan samarbeidet bestå av?
Svar mest mulig konkret og praksisnært.

Folkehelse og livsmeistring

I faget mat og helse handlar det tverrfaglege temaet folkehelse og livsmeistring om å gi elevane kunnskap om matvarer og matvanar som gir grunnlag for god helse. Gjennom å planleggje og lage mat og måltid skal elevane få god innsikt i dei nasjonale kostråda. Faget skal bidra til å fremje folkehelsa og førebyggje livsstilssjukdommar. Det skal bidra til livsmeistring for den enkelte og til å redusere sosiale forskjellar i helse. Måltidsfelleskap og praktisk samarbeid på kjøkkenet skal bidra til å styrkje sjølvkjensla til elevane og opplevinga deira av tilknytning og fellesskap.

Berekraftig utvikling

I faget mat og helse handlar det tverrfaglege temaet berekraftig utvikling om å leggje vekt på at både matproduksjonen og matforbruket bør skje på måtar som ikkje er til skade nasjonalt eller globalt verken no eller i framtida. Faget skal bidra til at elevane blir bevisste på etiske og økonomiske spørsmål om matproduksjon og matforbruk og på fordeling av matressursar, slik at dei blir i stand til å ta ansvarlege val og utvikle gode verdiar og haldningar.

Kilder

- Bugge, A.B (2019) Bærekraftige spisevaner – små grep som kanskje kan gjøre en stor forskjell. I Vittersø, G. (red.)(2019) **Bærekraft: Vanskelige valg i hverdagen**. Forbruksforskningsinstituttet SIFO, OsloMet – storbyuniversitetet.
- FAO (2010): *Dietary guidelines and sustainability*. Hentet fra <http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/background/sustainable-dietary-guidelines/en/>
- Framtiden i våre hender <https://www.framtiden.no/gronne-tips/mat/sjekk-hvilken-mat-som-er-best-for-miljoet.html>
- Helsedirektoratet (2017) [Bærekraftig kosthold - vurdering av de norske kostrådene i et bærekraftperspektiv](#).
- Helsedirektoratet (2015) Mat og måltider i skolen. Hentet fra <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/mat-og-maltider-i-skolen>
- Helsedirektoratet (2016) Kostrådene. Hentet fra <https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/kostradene-og-naeringsstoffer>
- Naturvernforbundet: <https://naturvernforbundet.no/spis-naturen/barekraftig-mat-article32553-3469.html>
- Sinnes, A. (2015) *Utdanning for bærekraftig utvikling*. Universitetsforlaget

Vurdering

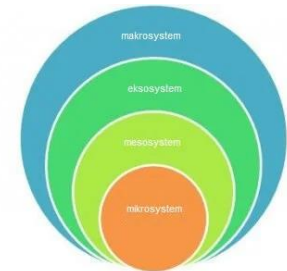
Hvordan gjøre vurdering av elevers kompetanse på skolekjøkkenet enda mer konstruktiv?



Lærelyst inn i formålsparagrafen?

(Meld. St. 21(2016 –2017) Lærelyst – tidlig innsats og kvalitet i skolen

- **Eleven:** lærelyst handler om potensial til å **undre seg, oppdage, lære og glede seg over det** (s. 5)
- **Kompetente lærere:** Lærere som **kan faget sitt**, som gir **god undervisning** og ivaretar elevens trivsel og lærelyst, er det viktigste bidraget til at elevene lærer og har det godt på skolen (s. 25)
- **Profesjonsfelleskap:** Utvikle et profesjonsfelleskap på den enkelte skole med særlig vekt på elevenes trivsel, lærelyst og læring. ... **skolelederne, i samarbeid med lærerne**, som må etablere og utvikle det profesjonelle samarbeidet på den enkelte skole. Så kalt lokalt kvalitetsutviklingsarbeid(s. 33)
- **Samfunnet:** For at barn og unge skal ha lyst til å lære, være motiverte og oppleve mestring må **alle som har en rolle i utdanningssystemet være preget av lærelyst**. Alle, fra den enkelte lærer til departementet og politikerne må ønske å lære noe nytt, ønske å lære av hverandre og ha rom og mulighet til å prøve, feile og få til noe



Grunnoplæringen er en viktig del av en livslang dannelsesprosess som har enkeltmenneskets frihet, selvstendighet, ansvarlighet og medmenneskelighet som mål. Overordnet del s. 10

Forslag til nytt i lovverket

Forslag i § 1-2 i ny **Opplæringslov**

..... Elevane og lærlingane skal møtast med tillit, respekt og krav og få utfordringar som fremjar *danning og lærelyst*. Alle former for diskriminering skal motarbeidast.

Hvis lærelyst kommer inn i loven:

Forslag i § 3-3 i ny **vurderingsforskrift**

Formålet med vurdering er å fremme læring og bidra til lærelyst undervegs, gi informasjon om kompetanse undervegs og ved avslutninga av opplæringa i faget

Grunnlaget for vurdering i fag er kompetansemåla i læreplanen i faget. Kompetansemåla skal forståast i lys av teksten om faget i læreplanen.

Til ettertanke: Sett i et didaktisk perspektiv: hvorfor viser dine elever lærelyst og trivsel? Hvordan utnytte at lærelyst og trivsel preger elevene på skolekjøkkenet?

Undervegsvurdering forslag til ny §3-10

Spørsmål til diskusjon:
Hvordan planlegge
undervisning i lys av
kompetansemål?

All vurdering som skjer før avslutninga av opplæringa er undervegsvurdering. Undervegsvurdering i fag skal vere ein integrert del av opplæringa, og skal brukast til å fremje læring, tilpasse opplæringa og auke kompetansen i fag.

I undervegsvurderinga i fag skal elevar

- delta i vurderinga av eige arbeid og reflektere over eiga læring og faglege utvikling*
- forstå kva dei skal lære og kva som blir venta av dei*
- få vite kva dei meistrar*
- få rettleiing om korleis dei kan arbeide vidare for å auke kompetansen sin*

Undervegsvurderinga skal nyttast til å vurdere om eleven har tilfredsstillande utbytte av opplæringa, jf. opplæringslova § 5-1.

Grunnlaget for vurdering i fag er kompetansemåla i læreplanen i faget.
Kompetansemåla skal forståast i lys av teksten om faget i læreplanen.

Utviklingsamtale



Google treff på utviklingsamtale.
Eksempel på dårlig kildekritikk

Forslag til ny § 3-7 Samtale om utvikling

- *Elevar har minst ein gong kvart halvår rett til ein samtale om deira utvikling i faga. Den kan gjennomførast i samband med samtalen med foreldra etter § 20-3 og § 20-4.*

Spørsmål til diskusjon for mellomtrinn:
Hvordan dokumentere kompetanse som grunnlag
for samtalen?

Sluttvurdering: standpunktvurdering og eksamensvurdering

§ 3-15 i forslag til ny vurderingsforskrift

- Skal gi informasjon om elevens samla kompetanse
- Eleven skal vere kjend med kva det blir lagt vekt på i fastsetjinga av hennar eller hans standpunktkarakter. Eleven skal ha fått høve til å vise kompetansen sin på fleire og varierte måtar. Kompetanse som eleven har vist i løpet av opplæringa, er ein del av vurderinga når standpunktkarakteren skal fastsetjast.
- Forslag til kjennetegn for måloppnåelse: <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/kjennetegn/kjennetegn-pa-maloppnaelse--mat-og-helse-10.-trinn/?stottemateriell=true>

Spørsmål til diskusjon

Hvordan dokumentere grunnlag for standpunktvurdering?

Hvordan bruke kjennetegn på måloppnåelse i sluttvurdering?



Høringsutkast. Forslag på kjennetegn på måloppnåelse i mat og helse

Karakter 2	Karakter 4	Karakter 6
Eleven vurderer deler av eget praktisk arbeid og argumenterer ut fra antakelser om årsaks- og virkningsforhold for enkelte valg i matlagingsprosesser	Eleven vurderer eget praktisk arbeid og argumenterer ut fra forståelse av årsaks- og virkningsforhold for flere valg i matlagingsprosesser	Eleven vurderer og analyserer eget praktisk arbeid og argumenterer ut fra forståelse av komplekse årsaks- og virkningsforhold for valg i matlagingsprosesser
Eleven finner enkelte hensiktsmessige løsninger i skapende arbeid med mat og måltider	Eleven viser ofte oppfinnsomhet og finner hensiktsmessige løsninger i skapende arbeid med mat og måltider	Eleven viser oppfinnsomhet og finner kreative og hensiktsmessige løsninger i skapende arbeid med mat og måltider
Eleven har få rutiner knyttet til matlaging og argumenterer rundt enkelte forhold knyttet til valg av trygg og bærekraftig mat som gir grunnlag for god helse	Eleven arbeider hovedsakelig selvstendig og forsvarlig med matlaging og argumenterer rundt flere forhold knyttet til valg av trygg og bærekraftig mat som gir grunnlag for god helse	Eleven arbeider systematisk, selvstendig og forsvarlig med matlaging og argumenterer og problematiserer rundt forhold knyttet til valg av trygg og bærekraftig mat som gir grunnlag for god helse
Eleven gir enkelte uttrykk for matens betydning for samspillet mellom individ og samfunn i det praktiske arbeidet	Eleven uttrykker matens betydning for samspillet mellom individ og samfunn i det praktiske arbeidet	Eleven uttrykker og problematiserer matens betydning for samspillet mellom individ og samfunn i det praktiske arbeidet
Eleven viser begrenset digital dømmekraft og etisk bevissthet og gjengir deler av andres argumentasjon om kosthold, helse og bærekraft	Eleven viser kildekritikk, digital dømmekraft og etisk bevissthet og argumenterer nyansert for egne og andres synspunkter om kosthold, helse og bærekraft	Eleven viser høy grad av kildekritikk, digital dømmekraft og etisk bevissthet og argumenterer presist og nyansert for egne og andres synspunkter om kosthold, helse og bærekraft

Gruppearbeid på nett



- Velg oppgave – lag overskrift
- Skriv ned sentrale stikkord fra diskusjonen i Padlet

Planlegging av opplæring i mat og helse i grunnskolen. Gruppearbeid på tvers av trinn.

Progresjon og dybdelæring:

2 løsninger fra nettverket i Gudbrandsdalen følger i etterkant

- legg samspillet mellom fagets relevans, kjerneelementer, GRF, verdier og kompetansemål til grunn og konkretiser hvilke kunnskaper og ferdigheter elever bør inneha etter 10.trinn. Kan elevene anvende kunnskapen i et avslutningsmåltid?
- lag en plan for hva faginnholdet kan være på de forskjellige trinn for å oppnå sluttkompetansen. Kompetansemål for trinnet og den øvrige teksten i mat- og helseplanen skal ligge til grunn for det faglige innholdet.
- Planarbeidet er mellomarbeid frem til marssamlingen. I denne perioden anbefales også samarbeid innenfor det enkelte trinn ved å kontakte gruppa du var del av i første samling.
- Arbeidet skal ende i et dokument som skal kunne deles med nettverkets deltagere. Dokumentet skal inneholde navn på gruppedeltagerne og sendes til Karen.Lassen@usn.no innen 20. mars 2020

MELLOMARBEID

Fagnettverk i mat og helse 2020

En stor takk til: forfatterne
Astrid Schiøtz Natterud, Mari Ann
Markeng & Charlotte Brandt
Wendelborg

Sluttproduktet i 10. trinn:

SAMISK MAT PÅ BÅL

- Forrett: Brenneslesuppe
- Hovedrett: Finnbiffgryte med salat fra naturen og tyttebærsyltetøy.
- Dessert: Krekling dessert
- Drikke: Urtete

Tverrfaglighet: naturfag og kroppsøving.

- Artsmangfold
- Artens sesong
- Fjelltur

Kjerneelementer:

Helsefremmende kost:

- Det finnes alternativer til pølsa på bål.
- Trygg mat- Vite hva som er spiselig og ikke.
-

Bærekraftige matvaner og bærekraftig forbruk:

- Naturen i nærområdet kan brukes som matfat.
- Kortreist mat: Gulrot, potet, norsk fløte, urter, sopp og bær fra naturen, viltkjøtt fra nærområdet.
- Utnytt sesongens råvarer.

Mat og måltid som identitets og kulturuttrykk:

- Samisk tradisjon.

24.03.2020

Kunnskap:		
4. trinn:	7. trinn:	10. trinn:
<p>Smak- Åpenhet for å prøve. Nysgjerrighet.</p> <p>Kunne litt om samisk kultur.</p> <p>Starte tidlig med å spise mat på bal. NB! Annet enn pølse. Lærer kan ta med noe å servere.</p> <p>Begreper.</p>	<p>Kunne navnet på og kjenne igjen ulike spiselige sopper.</p> <p>Naturfag: Artskunnskap</p>	<p>Kunne planlegge. Når må man sette på de ulike tingene?</p> <p>Ha kunnskap om samisk kultur.</p> <p>Gjøre greie for hvordan matvalg og matforbruk påvirker miljøet klimaet og matsikkerheten.</p>

Ferdigheter- Teknikker:

4. trinn:	7. trinn:	10. trinn:
<p>Koking. Når vet man at grønnsakene er ferdigkokt. Begreper: Mør, al dente, tyggemotstand. overkokt, vassent.</p> <p>Steking i panne. Hvordan vite at olja er varm? Hvor mye olje trengs? Hvor varm burde panna være?</p> <p>Kutteteknikk- Grovhakking.</p>	<p>Grytesteking.</p> <p>Kutteteknikk: Hakking av f. løk og nøtter. Klogrepet. Finhakking.</p> <p>Behandling av råvarer.</p>	<p>Tørking. Einebær og sopp.</p> <p>Røre syltetøy.</p> <p>Lage mat på bål</p>

Sluttprodukt i 10.klasse: Elevane skal lage kjøtkaker i brun saus med kokte mandelpoteter og rotgrønnsaker. Dei skal også lage ein "kvardagsdessert" med lokale råvarer. Utviklet av Kari (Loar skule) Sissel (Lom ungdomsskule). En stor takk til gruppa! Mvh Karen

Helsefremjande kosthald.	Berekraftige matvarar og berekraftig forbruk.	Mat og måltid som identitets- og kulturuttrykk.	Fleire kjerneelement i kombinasjon.
Kompetansemål etter 4.trinn	Kompetansemål etter 7. trinn	Kompetansemål etter 10.trinn	
Følgje prinsipp for god hygiene i samband med matlaging.	Bruke reiskap, grunnleggjande teknikkar og matlagingsmetodar til å lage trygg og berekraftig mat som gir grunnlag for god helse.	Planleggje og bruke eigna reiskap, teknikkar og matlagingsmetodar til å lage trygg og berekraftigmat som gir grunnlag for god helse.	
Bruke reiskap, rom- og vekt mål og enkle teknikkar i samband med matlaging.	Kjenne att og greie ut om grunnsmakar i matvarer og fortelje om og diskutere korleis smak kan påverke matpreferansar og matval.	Bruke sansane til å vurdere kvaliteten på matvarer, utforske og kombinere smakar i matlaginga og forbetre oppskrifter, menyar og anretning av mat.	
Kjenne att smakar i mat og undre seg over kvifor smak er noko vi opplever ulikt.	Bruke sansane til å utforske og vurdere matens smak og tekstur og til å utforske anretning av mat.	Drøfte korleis kosthald kan bidra til god helse, og bruke digitale ressursar til å vurdere eige kosthald og til å velje sunne og varierte matvarer i samband med matlaging.	
Fortelje om kva som kjenneteiknar sunn og variert mat og kvifor det er viktig for helsa.	Bruke oppskrifter i matlaging og rekne ut og vurdere mengda i porsjonane både med og utan bruk av digitale ressursar.	Lage mat frå norsk og samisk kultur og frå andre kulturar og samanlikne og utforske råvarer og matlagingsmetodar som blir brukte i ulike matkulturar.	
utnytte lokale matvarer i matlaging og presentere ledda i produksjonsskjeda frå råvare til måltid	Vise samanhengar mellom matvaregrupper og næringsstoff som er viktige for god helse.	Utforske klimaavtrykket til matvarer og gjere greie for korleis matval og matforbruk kan påverke miljøet, klimaet og matsikkerheita.	
Sortere avfall i samband med matlaging og forklare kvifor det er viktig å gjere det.	Bruke matmerking og kostmodellar til å setje saman eit sunt, variert og berekraftig kosthald og reflektere rundt vala sine.		
Lage enkle måltid og bidra til å skape ei triveleg ramme rundt måltid saman med andre.	Utnytte matvarer og restar frå matlaging og reflektere over eige matforbruk.		
Samtale om måltidsskikkar frå norsk og samisk kultur og frå andre kulturar, og om verdien av å ete saman med andre.	Lage måltid frå ulike kulturar og fortelje om og utforske korleis sosialt fellesskap og samhandling kan vere med på å styrkje god helse.		

Løsningsforslag: gruppearbeid på tvers av trinn. Progresjon og dybdelæring i mat og helse. Fagnettverk Oppland vinteren 2019/2020

Avslutningsmåltid i 10. klasse: Ørretburger med salat, aioli og burgerbrød. Eksotisk fruktsalat med råkrem		Otta, 20.03.2020 An-Magritt Rosten; Sigrid Kallåk; Lene C. Hestenes; Mona Olsen Bakke Vestfold 22.03.2020: En stor takk til gruppa! Mvh Karen	
Kjerneelementer	4.trinn	7.trinn	10. trinn
Helsefremmende kosthold	Lære prinsipp for hygiene.		
	Bruke enkle teknikker, t.d. forme gjærdeig.	Lære grunnleggende teknikk for gjærdeig.	Lage grove hamburgerbrød.
	Smake på fisk.	Lage fiskepakke ute på bål.	Filetere fisk, lage fiskefarse og steike fiske burger.
	Lære om egget og lage eggerøre til påskelunsj.	Bruke egg i ulike former, f.eks. pannekaker, sukkerbrød, røstipoteter.	Lage heimelaga aioli (egg, olje, sennep). Lage råkrem.
	Lære om «stell» av grønnsaker og frukt, for eksempel gulrot, agurk, tomat, eple, banan og appelsin. Kunne fortelle hva som kjennetegner sunn mat, og hvorfor det er viktig for helsa.	Lage ulike retter av grønnsaker og frukt, og kunne vise sammenheng mellom grønnsaker/ frukt og næringsstoff som er viktig for god helse.	Kunne lage salat etter eget ønske som passer til ørretburger. Velge eksotiske frukter og lage fruktsalat.
Bærekraftig matvaner og forbruk	Utnytte lokale råvarer- fisk, salat, krydder, lokalt mel.	Utnytte lokale råvarer- fisk, salat, krydder, lokalt mel. Elevene skal på fisketur.	Utnytte lokale råvarer- fisk, salat, krydder, lokalt mel Besøk av/ til lokale produsenter.
Mat og måltid som identitet og kulturuttrykk	Påskelunsj. Kunne samtale om måltidsskikker.	Lage måltid frå ulike kulturer og fortelle om og utforske hvordan sosialt fellesskap og samhandling kan være med på å styrke god helse.	Vise gjennom matlaging og måltid hvordan identitet og fellesskap blir formidla i ulike kulturer.