

1985 -09- 0 3

Läroplan för gymnasieskolan

Lgy⁷⁰

Kost, hälsa och hushållning

II Supplement 132

SKOLÖVERSTYRELSEN 1985

Föreliggande supplement i Kost, hälsa och hushållning
gäller fr o m läsåret 1985/86.

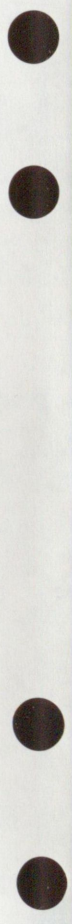
**TILLHÖR REFERENSBIBLIOTEKET
UTLÅNAS EJ**

Läroplan
541



Pedagogiska biblioteket

REF
L010
Ex 3



GÖTEBORGS UNIVERSITETSBIBLIOTEK



14000

000238701

Lgyll

Läroplan för gymnasieskolan

SKOLÖVERSTYRELSEN

Liber Utbildningsförlaget Stockholm

Supplement 132

Fastställt 1985-06-07

Nr G3 85:8

Dnr 5040-85:940

Kost, hälsa och hushållning

Liber Utbildningsförlaget
162 89 STOCKHOLM

Separata exemplar kan beställas genom

Liber
Kundtjänst Utbildningsförlaget
162 89 STOCKHOLM
Tel 08-739 96 00

FÖRORD

Läroplanen för gymnasieskolan (Lgy 70) består av en allmän del (del I) som är gemensam för samtliga linjer samt av supplement (del II) för skilda linjer, ämnen och specialkurser.

Den allmänna delen (del I) innehåller av Kungl Maj:t fastställda mål och riktlinjer, tim- och kursplaner (mål och huvudmoment i enskilda ämnen) samt av SÖ utfärdade allmänna anvisningar för gymnasieskolans verksamhet.

Supplementdelen (del II) återger tim- och kursplaner. Till dessa fogas i förekommande fall delmoment och årskursfördelningar samt ges allmänna riktlinjer för undervisningens bedrivande.

Föreliggande supplement i Kost, hälsa och hushållning skall tillämpas fr o m läsåret 1985/86.

SÖ avser att efter hand revidera och komplettera supplementet med hänsyn till erfarenheterna vid läroplanens tillämpning. Det är därför angeläget att sådana erfarenheter meddelas SÖ.

Stockholm i juni 1985

Skolöverstyrelsen

INNEHÅLL

TIMPLAN 9

KURSPLANER 10

Etapp 1 Kost och hälsa 10

Etapp 2a Dietetik 13

Etapp 2b Hushållning 16

KOST, HÄLSA OCH HUSHÅLLNING (högre specialkurs)

Nordisk yrkesklassificering nr 192
Kurslängd: 10 + 10 veckor
Klasstorlek: högst 30 elever

Etapp 1

Studievägskod: 84521 1003
Ansökningskod: 15423
Kurslängd: 10 veckor

Särskilda behörighetskrav: slutförd tvåårig värdlinje eller annan minst tvåårig gymnasielinje med undervisning i biologi eller naturkunskap eller motsvarande kunskaper

Etapp 2 a

Studievägskod: 84521 1012
Ansökningskod: 15431
Kurslängd: 10 veckor

Särskilda behörighetskrav: slutförd etapp 1 eller slutförd tvåårig konsumtionslinje, livsmedelsteknisk linje eller konsumentekonomisk specialkurs eller motsvarande kunskaper

Etapp 2 b

Studievägskod: 84521 1021
Ansökningskod: 15458
Kurslängd: 10 veckor

Särskilda behörighetskrav: slutförd etapp 1

I läroplanen för gymnasieskolan anges mål och riktlinjer för skolans arbete (fastställda av Kungl Maj:t). Vidare meddelas där allmänna anvisningar för skolans verksamhet (fastställda av SÖ).

Utbildningen består av två etapper:

etapp 1 Kost och hälsa och

etapp 2 a Dietetik eller

etapp 2 b Hushållning

Syftet med etapp 1 är

- dels att ge kunskaper om kost och hälsa som kan främja god livskvalitet

- dels att ge personal inom samhällets omsorger om barn och ungdom, personal på vårdavdelningar, personal inom öppen vård sådana kunskaper i kost- och hälsofrågor att de kan skapa förståelse för kostens betydelse för utveckling, tillfrisknande och välbefinnande.

Syftet med etapp 2 a är

att ge grundläggande kunskaper i dietetik för personal i olika typer av storkök och personal inom vårdområdet.

Syftet med etapp 2 b är

att tillsammans med etapp 1 ge särskild behörighet för tillträde till hushållslärlinjen på högskolan samt att ge goda kunskaper i hushållning inom den privata sektorn.

TIMPLAN

Etapp 1 Kost och hälsa 10 veckor

Ämnen	Vecko- timmar
Hälsolära	3
Näringslära	6
Livsmedelskunskap	4
Matlagning ¹⁾	20
Idrott	2
Summa	35

1) Delning av klass medges vid lägst 17 elever under 20 vtr

Etapp 2 a Dietetik 10 veckor

Ämnen	Vecko- timmar
Sjukdomslära	6
Dietetik ¹⁾	23
Miljökunskap	4
Idrott	2
Summa	35

1) Delning av klass medges vid lägst 17 elever i dietetik under 18 vtr

Etapp 2 b Hushållning 10 veckor

Ämnen	Vecko- timmar
Bostads/miljökunskap ¹⁾	10
Konsumentkunskap	5
Familjekunskap	0
Barn- och ungdomskunskap	4
Kost- alt textilkunskap ¹⁾	8
Idrott	2
Summa	35

1) Delning av klass medges vid lägst 17 elever
i bostads/miljökunskap under 6 vtr
i kost- alt textilkunskap under 8 vtr

KURSPLANER

Etapp 1 Kost och hälsa

Mal

Genom undervisningen i Kost och hälsa skall eleven förvärva

kunskaper och ökad medvetenhet om kostens och motionens inverkan på människokroppen och om sambandet mellan motion, kost och hälsa,

kunskaper om och färdighet i att planera och tillreda måltider för människor med olika behov och förutsättningar,

fördjupade kunskaper i anatomi och fysiologi och tränas i att tillämpa dem i friskvårdssammanhang,

kunskaper om näringsämnen, deras uppbyggnad, förekomst och funktion,

kunskaper om olika livsmedel och deras betydelse för god hushållning,

kunskaper om livsmedelshygien och gällande livsmedelslagstiftning,

god färdighet i livsmedelshantering och matlagning,

grundläggande kunskaper om hur sjukdomstillstånd orsakade av felnäring uppkommer och hur de kan förebyggas,

intresse för och färdigheter i olika former av fysisk aktivitet och friluftsliv,

kunskaper i ergonomi och förmåga att tillämpa kunskaperna i olika arbetssituationer samt

kunskaper om hur beroendeframkallande medel inverkar på kroppen och öka sin medvetenhet om attityder och värderingar i SANT-frågor.

Dessutom skall eleven utveckla förmågan att kunna argumentera för betydelsen av goda kostvanor.

HÄLSOLÄRA

Huvudmoment

Attityder och värderingar kring begreppet livsstil

Individens ansvar för den egna hälsan - sambandet mellan levnadsvanor och fysisk-psykisk hälsa

Samhällets hälsobefrämjande åtgärder

Hygien

Beroendeframkallande medel

NÄRINGSLÄRA

Huvudmoment

Organsystem som ombesörjer resorption, cirkulation, sekretion och exkretion

Näringsämnenas förekomst, byggnad - funktion och metabolism

Näringsbehov och rekommendationer

Näringsvärdesberäkning och bedömning av kost

Felnäring - orsaker och konsekvenser

LIVSMEDELSKUNSKAP

Huvudmoment

Livsmedelssituationen globalt och nationellt

Livsmedelsproduktion - distribution och konsumtion

Livsmedel - kännetecken, kvalitet, näringsinnehåll

Livsmedelslagstiftning - livsmedelshygien

MATLAGNING

Huvudmoment

Matkultur

Planering av måltider

Kostekonomi

Utrustning och redskap

Matlagnings- och bakningsmetoder

Tillagning av näringsriktiga måltider för hushåll av olika storlek och för olika behov

Måltider på institution

Arbetsteknik och arbetsorganisation

Arbetshygien

Dukning och servering

IDROTT

Huvudmoment

Träningslära

Ergonomi och hälsa

Idrottsaktiviteter

Dans och rytm

Friluftsliv

KURSPLANER

Etapp 2 a Dietetik

Mål

Genom undervisningen i dietetik skall eleven

förvärva kunskaper om och förståelse för kostens betydelse vid sjukdomstillstånd hos vuxna, äldre och barn,

orienteras om olika vårdfilosofier och synsätt som utgångspunkt för behandling av sjukdomar,

förvärva kunskaper om kostrelaterade sjukdomars uppkomst, symtom, prognos och behandling,

förvärva kunskaper om barnnutrition,

förvärva kunskaper om specialkost och färdighet i att planera, tillaga och servera adekvat kost för olika åldrar och för olika behov i hem och på institution,

utveckla förmågan att väcka intresse för goda kostvanor,

förvärva förståelse för närmiljöns betydelse för välbefinnande och tillfrisknande samt

skaffa sig rekreation och god kondition.

SJUKDOMSLÄRA

Huvudmoment

Endokrina sjukdomstillstånd

Hjärt-kärlsjukdomar

Sjukdomstillstånd i matspjälkningsorganen

Intoleranser och allergier

Geriatriska sjukdomstillstånd

DIETETIK

Huvudmoment

Kostens betydelse för välbefinnande och tillfrisknande

Tillämpad näringslära

Kostekonomi

Planering och komposition av specialkost för olika åldrar och sjukdomstillstånd utifrån olika förutsättningar

Specialdestinerade livsmedel

Barnmat

Kost för äldre

Självsvalt

Tillagning av olika specialkost, såsom

- diabeteskost
- energireducerad kost
- vegetarisk kost
- fett-, laktos-, protein- och natriumreducerade kost
- kost vid sjukdomstillstånd i matspjälkningsorganen
- kost vid olika typer av allergier
- kost vid geriatriska sjukdomstillstånd

Dukning, servering och matning

MILJÖKUNSKAP

Huvudmoment

Närmiljöns betydelse för välbefinnande

Inredning och utrustning i hem och på institution

Materialkunskap

Bostadsvård

IDROTT

Huvudmoment

Träningslära

Ergonomi och hälsa

Idrottsaktiviteter

Dans och rytm

Friluftsliv

KURSPLANER

Etapp 2 b Hushållning

Mål

Genom undervisningen i hushållning skall eleven

förvärva kunskaper om konsumtion globalt och nationellt,

förvärva kunskaper om miljöns betydelse för personligt
välbefinnande,

utveckla sin förmåga att från ekonomiska, funktionella och
estetiska synpunkter utnyttja, värdera och vårda bostadens
inredning och utrustning,

förvärva kunskaper om samspelet mellan familj och samhälle,

förvärva kunskaper om barns och ungdomars utveckling, behov
och beteende,

fördjupa sina kunskaper i att från ekonomiska och närings-
mässiga synpunkter värdera olika livsmedel och typer av kost,

skaffa sig rekreation och god kondition samt

förvärva kunskaper i att tillvarata råvaror från egna odlingar
och från skog och sjö eller

förvärva grundläggande kunskaper i textilt skapande.

BOSTADS/MILJÖKUNSKAP

Huvudmoment

Samhällsplanering

Miljövård

Olika boendeformer

Bostadens planering och inredning

Materialkunskap

Bostadsvård

Textilvård

Arbetsteknik och arbetsorganisation

KONSUMENTKUNSKAP

Huvudmoment

Konsumtion i globalt perspektiv

Konsumentpolitik

Konsument- och marknadslagstiftning

Konsumentinformation

Köpkunskap

Marknadsundersökningar och jämförande försök

FAMILJEKUNSKAP

Huvudmoment

Familjepolitik - familjerätt

Samlevnad

Jämställdhet

BARN- OCH UNGDOMSKUNSKAP

Huvudmoment

Barns och ungdomars utveckling

Barns dagliga omvårdnad

Samhällets och närmiljöns betydelse för barns och ungdomars utveckling

KOSTKUNSKAP

Huvudmoment

Svenska mattraditioner

Tillredning av fågel, fisk och vilt

Konservering

Bakning

Marknadsundersökningar

Jämförande försök

TEXTILKUNSKAP

Huvudmoment

Textila material och varor

Sömnad och eventuellt vävning

Återanvändning

IDROTT

Huvudmoment

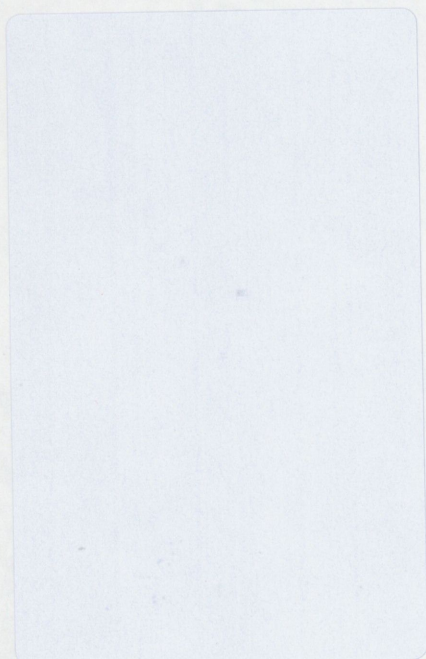
Träningslära

Ergonomi och hälsa

Idrottsaktiviteter

Dans och rytm

Friluftsliv



Läroplan för gymnasieskolan

Lgy⁷⁰



Supplement 132