# Mat og helse og norsk

Forslag til tverrfaglig samarbeid

Åshild Woldstad

Mat og helse i skolen

## Grunnleggende ferdigheter i mat og helse

### Å kunne skrive

Å kunne skrive i mat og helse er å utforme tekstar til bruk i matlaging og i samband med måltid. Det er òg å formidle fagleg kompetanse og å kunne gi uttrykk for synspunkt eller val. Utviklinga av skriveferdigheiter i mat og helse går frå å kunne skrive enkle handlelister og korte samansette tekstar til å kunne planleggje og utforme oppskrifter og menyar.

### Å kunne lese

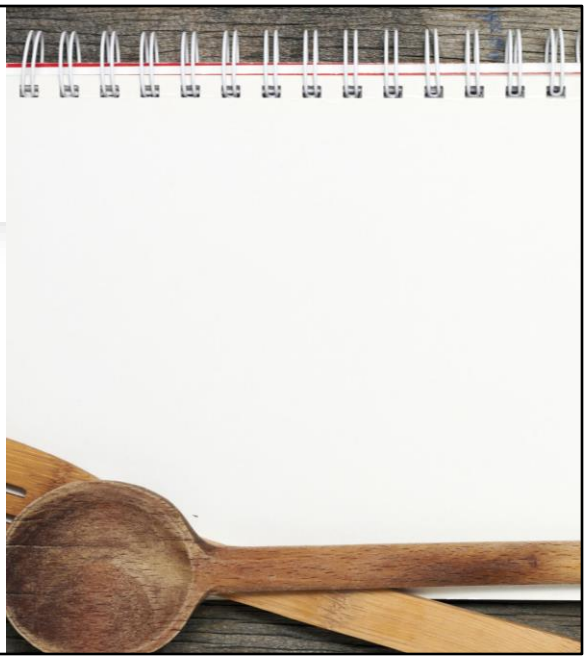
Å kunne lese i mat og helse er å forstå, tolke og vurdere oppskrifter, tabellar og illustrasjonar i samband med matlaging. Det er òg å forstå og vurdere relevante fagtekstar. Utviklinga av leseferdigheiter i faget går frå å forstå enkle illustrasjonar og samansette tekstar på papir og skjerm til å tolke og kritisk vurdere meir komplekse fagtekstar, figurar og tabellar i ulike medium.

Mat og helse i skolen

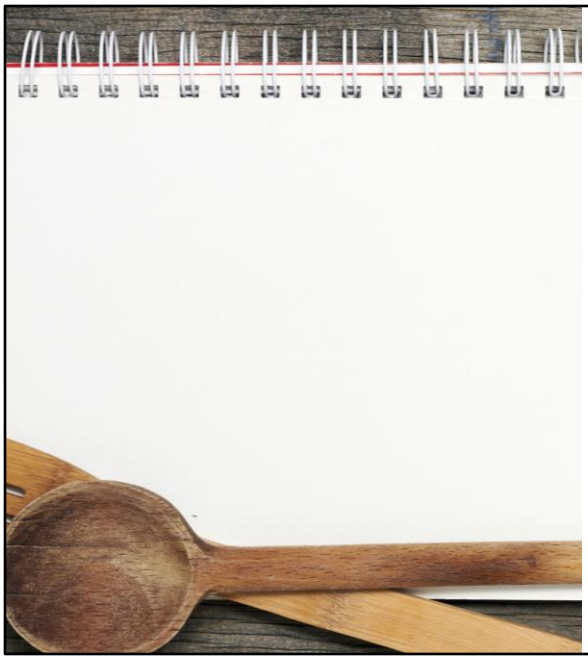
Jeg har tatt utgangspunkt i de grunnleggende ferdighetene i skriving og lesing i faget mat og helse.

## Å kunne skrive i mat og helse er:

- å lage tekster til bruk i matlaging
- å lage tekster i forbindelse med måltid
- å formidle faglig kompetanse
- å kunne gi uttrykk for synspunkt eller val.
- å kunne skrive enkle handlelister
- Å skrive korte sammensatte tekster
- å kunne planlegge oppskrifter og menyer
- å utforme oppskrifter og menyer



Her har jeg systematisert innholdet i Å skrive i mat og helse i punkter.



## Å kunne lese i mat og helse er:

- Å forstå, tolke og vurdere oppskrifter, tabellar og illustrasjonar
- å forstå og vurdere relevante fagtekstar.
- Å forstå samansette tekstar på papir og skjerm
- Å tolke og kritisk vurdere komplekse fagtekstar, figurar og tabellar i ulike medium.

Her har satt opp punktvis innholdet i grunnleggende ferdigheter i å lese i mat og helse

Vi kan kontakte en norsklærer på skolen med disse listene, og foreslå et samarbeid, men det kan være lurt å gjøre litt til først:

### Å skrive i mat og helse er å:

- lage tekster til bruk i matlaging
- lage tekster i forbindelse med måltid
- formidle faglig kompetanse
- kunne gi uttrykk for synspunkt eller valg.
- kunne skrive enkle handlelister
- skrive korte sammensatte tekster
- kunne planlegge oppskrifter og menyer
- utforme oppskrifter og menyer

Mat og helse i skolen

### Kompetansemål i norsk

| | |
|---|---|
| Elevene skal kunne | bruke kilder på en kritisk måte, markere sitater og vise til kilder på en etterrettelig måte i egne tekster |
| | utforske og vurdere hvordan digitale medier påvirker og endrer språk og kommunikasjon |
| | bruke fagspråk og argumentere saklig i diskusjoner, samtaler, muntlige presentasjoner og **skriftlige framstillinger om norskfaglige og tverrfaglige temaer** |
| | informere, fortelle, argumentere og reflektere i ulike muntlige og **skriftlige sjangre** og for ulike formål tilpasset mottaker og medium |
| | **skrive tekster med funksjonell tekstbinding og riktig tegnsetting og mestre rettskriving og ordbøying på hovedmål og sidemål** |
| | **lage sammensatte tekster og begrunne valg av uttrykksformer** |

Finne ut hvilke kompetansemål i norsk som er relevante. Denne lista er hentet fra 10.trinn.
Her koblet til skriving.

**Å lese i mat og helse er å:**

- forstå, tolke og vurdere oppskrifter, tabellar og illustrasjonar
- forstå og vurdere relevante fagtekstar.
- forstå samansette tekstar på papir og skjerm
- tolke og kritisk vurdere komplekse fagtekstar, figurar og tabellar i ulike medium.

**Kompetansemål i norsk**

| | |
|---|---|
| Elevene skal kunne | lese skjønnlitteratur og **sakprosa** på bokmål og nynorsk og i oversettelse fra samiske og andre språk, og reflektere over **tekstenes formål, innhold, sjangertrekk og virkemidler** |
| | **bruke kilder på en kritisk måte, markere sitater og vise til kilder på en etterrettelig måte i egne tekster** |
| | utforske og vurdere hvordan digitale medier påvirker og endrer språk og kommunikasjon |

Mat og helse i skolen

Og her til lesing

Det er også sannsynlig at å komme med konkrete forslag til opplegg vil bli godt tatt i mot. Her har funnet 9 områder eller aktiviteter, men det finnes sikkert flere.

## Skrive fagtekst

- Drøft hvordan kostholdet kan bidra til bedre helse
- Drøft påstanden: Et vegetarisk kosthold er sunnest
- Matsvinn
- Klima og matproduksjon

Skrivesenteret.no: Fem teser for funksjonell respons på elevtekster

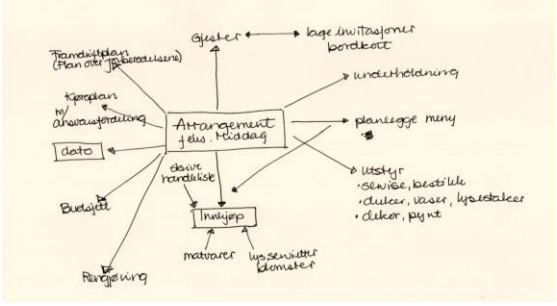
Å skrive fagtekster i mat og helse er vel den minst kreative ideen for tverrfaglig samarbeid med norsk, men likevel viktig. Det er ikke konkretisert i læreplanen i norsk hvilke temaer eller fagområder skriving i norsk skal dreie seg om, så hvorfor ikke temaer fra mat og helse. Jeg tenker at det vil være en styrke for begge fag.
Å velge prosesskriving som metode vil øke læringsutbytte til elevene.

Lærer kommenterer:

- Kommer tema klart fram i overskriften?
- Passer overskrift til innholdet?
- Vekker innledningen interesse?
- Er hoveddelen oversiktlig sånn at argumentene kommer tydelig fram?
- Tar avslutningen opp tråden fra ingressen?

# Tankekart

- Bidrar til å organisere informasjon og ideer, og øke kreativiteten



Eksempel – felles tiltak mellom mat og helse, norsk, musikk og kunst og håndverk: Invitere gjester

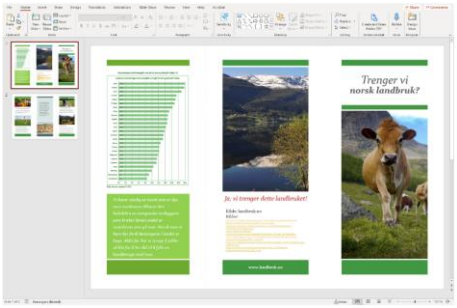
Å lage tankekart er en viktig del av skriveprosessen.

Her har jeg laget et tankekart for et mulig tverrfaglig samarbeid mellom flere fag. Å invitere gjester/Arrangere en tilstelning.

## Brosjyre

Tema:

- Matkultur
- Næringsstoffer
- Kostråd




Førskrivefase:

- Introduksjon og emnehjelp
- Modelltekst
- Lage tankekart i grupper
- Skriveramme

Skrivefase:

- Tankekart
- Første utkast

Revisjonsfase

- Lærer kommenter

Avslutning

- Følge opp kommentarer
- Språkvask
- illustrasjoner

Naturfag.no: Lag en brosjyre

Å lage brosjyre passer til kompetansemål som involverer å beskrive eller fortelle om et mat – og helsefaglig tema, og kompetansemål som involverer å trekke fram noen viktige kjennetegn, beskrive hovedtrekk, samle og systematisere informasjon og presentere. Det er også viktig å bestemme formål og målgruppe for brosjyren.

Naturfagsentereret har et flott eksempel om tomater og tomatprodukter.

# Skriveramme for brosjyre

| Side | Illustrasjon | Overskrift | stikkord |
|---|---|---|---|
| Side 1 | | | |
| Side 2 | | | |
| Side 3 | | | |
| Side 4 | | | |
| Side 5 | | | |
| Side 6 | | | |

Skrivesenteret.no: Skriveramme

Mat og helse i skolen

Å vise elevene en skriveramme for et skrivearbeid gir et godt utgangspunkt for arbeidet. Her skriveramme for brosjyre.

## Foredrag/muntlig presentasjon

- Teoretisk tema: matkultur, ernæring, bærekraft
- Praktisk tema: å lykkes med en matlagingsmetode

https://skrivesenteret.no/wp-content/uploads/2021/09/brun_saus_ppt_pdf.pdf

Mat og helse i skolen

Her et eksempel på muntlig presentasjon med utgangspunkt i matlaging. Elevene lager mat og tar bildene i mat og helse. Lager presentasjoen i norsk og resultatet vurderes i begge fag.

# Debattinnlegg

- Muntlig eller skriftlig
- En argumenterende tekst

Skriveramme
- Struktur
- Setningsstartere
- Bindeord
- Ordbanker

Skriveprosess

Mat og helse i skolen

| Avsnitt |
|---|
| Innledning |
| Første avsnitt: |
| Andre avsnitt: |
| Tredje avsnitt: |
| Avslutning/ Konklusjon |

**Tekstbinderarkiv**

| Tillegg |
|---|
| Kontrast |
| Tid |
| Resultat, årsak, sammenhen |
| Oppregnende |

NTNU

**Skriveramme for debattartikkel**

| | | |
|---|---|---|
| **Fokus** | Hovudargumentet mitt skal vere (skal gå klart fram av artikkelen): | |
| **Overskrift** | Overskrifta skal lokke til seg lesarar. | |
| **Innleiing** | Innleiinga skal vekkje interesse.<br>Spørsmål/ problemstilling vert presentert. | |
| **Hovuddel** | 1. argument for: | 1. motargument: |
| | 2. argument for: | 2. motargument: |
| | 3. argument for: | 3. motargument: |
| **Avslutning** | Avslutninga rundar av og konkluderer. | |

Ulike skriverammer for debattartikkel. Kan også brukes for å lage innlegg til en muntlig debatt for å fremme et synspunkt. Da uten motargumentene.

## Reklame/slagord

Produktet

- i hovedrollen.
- i bruk
- skal løse et problem
- gir et resultat
- sammenlignes med et annet
- anbefales
- gis en vitenskapelig vinkling

https://skrivesenteret.no/ressurs/retorikk-og-reklame-reklamedesign/

Lærer velger kategorier:

- matvarer, kosttilskudd, restauranter
- hver kategori på 2 lapper

Elevene

- Lage en annonse i en av formene
  - Forberedelser
  - Planlegging (framdriftsplan)
  - Utkast
  - Ferdig annonse
- Skrive en rapport om prosessen

Reklame eller slagord er laget basert på noen prinsipper eller dramatiseringsformer.

Eleven bør få god tid å tenke på oppgaven. 3 – 4 uker fra start til slutt

## Dikt

Første linje: Eit ord som viser eit emne/eit tema

Andre linje: To ord som skildrar emnet du har valt

Tredje linje: Tre ord som skildrar ei handling

Fjerde linje: Fire ord som skildrar ei stemning eller ei kjensle

Femte linje: Lik første linje

**Vafler.**
**Hører hardingfele.**
**Setter oss til bords.**
**Nystekt og med syltetøy.**
**Vafler.**

https://nynorsksenteret.no/ungdomsskule/skriving/kreativ-skriving/femlinjersdikt

Mat og helse i skolen

Dette var utrolig morsomt. Jeg fant ingen eksempler som passet, så jeg måtte lage et selv.

# Tegneserie

Kombinasjon av tekst og illustrasjoner (tegninger eller foto)

Mat og helse i skolen

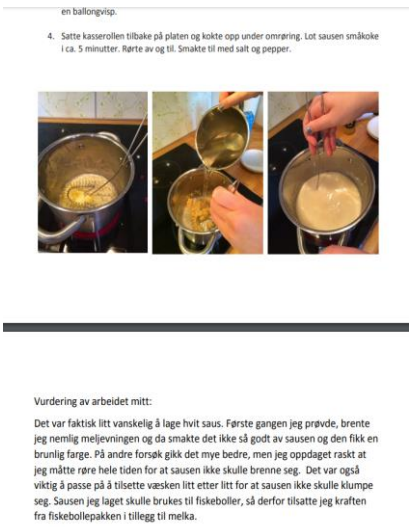
https://skrivesenteret.no/wp-content/uploads/2021/09/tegneserie_-_mh_-_rm.pdf

Tegneserie som sjanger introduseres av norsklærer.
Elevene tar bilder i en matlagingsprosess i mat og helse.
Mat og helse lærer og norsklærer gir i fellesskap tilbakemeldinger i prosess/på førsteutkast.
Mat og helse lærer og norsklærer vurderer resultatet med utgangspunkt i kompetansemål og læringsmål i begge fag.

# Arbeidsrapport

- Innledning
  - Begrunnelse for valg av oppgave
- Plan for arbeidet
- Beskrivelse av prosessen
- Avslutning
  - Vurdering av arbeidsprosessen

https://skrivesenteret.no/ressurs/arbeidsrapport/
Naturfag.no:
https://www.naturfag.no/forsok/vis.html?tid=2112373



en ballongvisp.

4. Satte kasserollen tilbake på platen og kokte opp under omrøring. Lot sausen småkoke i ca. 5 minutter. Rørte av og til. Smakte til med salt og pepper.



Vurdering av arbeidet mitt:

Det var faktisk litt vanskelig å lage hvit saus. Første gangen jeg prøvde, brente jeg nemlig melblandingen og da smakte det ikke så godt av sausen og den fikk en brunlig farge. På andre forsøk gikk det mye bedre, men jeg oppdaget raskt at jeg måtte røre hele tiden for at sausen ikke skulle brenne seg. Det var også viktig å passe på å tilsette væsken litt etter litt for at sausen ikke skulle klumpe seg. Sausen jeg laget skulle brukes til fiskeboller, så derfor tilsatte jeg kraften fra fiskebollepakken i tillegg til melka.

Mat og helse i skolen

En arbeidsrapport skiller seg fra tegneserieformen ved at rapporten skal inneholde begrunnelser og refleksjon.

# Eventyr/novelle

NTNU | Skrivesenteret

**Kriterier for eventyr**

| | |
|---|---|
| Jeg starter med «Det var en gang ...». | |
| Jeg avslutter med «snipp, snapp, snute ...». | |
| Jeg har med tallet tre. | |
| Jeg har med direkte tale og viser det ved å bruke tankestrek eller anførselstegn | |
| Jeg har en konflikt i eventyret mitt. | |
| Jeg har skrevet en løsning på konflikten. | |
| Jeg har punktum i slutten av alle setninger. | |
| Jeg har stor bokstav etter punktum og i navn. | |
| Jeg har en tittel på eventyret og en forside. | |
| Jeg har tegnet minst tre illustrasjoner som passer til teksten. | |

Navn: _____

Mat og helse i skolen

Novelle, fortelling, historie

- Kort
- Oppdiktet
- Introduksjon, knute, utfall

Denne sjangeren vil utfordre fantasien til elevene. Historien må inneholde mat.

# Oppskrift

En skriftlig beskrivelse av hvordan en matrett skal lages.

- Overskrift (navn på retten)
- Ingrediensliste
- Beskrivelse av arbeidsprosessen

Fagbegreper

- Metoder (koking, baking)
- Teknikker (kutte, skrelle, røre)
- Redskaper (kjele, slikkepott)
- Navn på matvarene
- Mengdeangivelser: ts, dl, gram, antall
- Informasjon om temperatur

Mat og helse i skolen

I eksemplet med tegneserie var oppskrift valgt som eksempel. Her gjennomgås oppskrift som sjanger og må gjennomgås før elevene evnt skal fremstille en som tegneserie.

# Ideer til tverrfaglig samarbeid med norsk

Mat og helse i skolen

# Vurdering av tverrfaglige opplegg

- Kompetansemål fra begge/alle fag
- Læringsmål fra begge/alle fag
- Vurderingskriterier fra begge/alle fag

**Norsk:** Språklig klarhet, struktur, sjangerbevissthet, kreativitet.
**Mat og helse:** Riktig bruk av fagterminologi, forståelse for næringsinnhold, bærekraftig matvalg.

**VURDERINGSSKJEMA – TVERRFAGLIG OPPLEGG (NORSK & MAT OG HELSE)**

| Kriterium | Høy måloppnåelse (5-6) | Middels måloppnåelse (3-4) | Lav måloppnåelse (1-2) |
|---|---|---|---|
| **Innhold og faglig relevans** *(mat og helse)* | Viser god forståelse for matlaging, ernæring og bærekraft. Bruker fagterminologi korrekt og reflekterer rundt valg av råvarer og metoder. | Viser noe forståelse for ernæring og bærekraft, men mangler dybde. Fagterminologi brukes delvis riktig. | Viser liten forståelse for ernæring og bærekraft. Lite eller ingen bruk av fagterminologi. |
| **Struktur og kommunikasjon** *(norsk)* | Teksten/videoen er godt strukturert, med tydelig innledning, hoveddel og avslutning. Informasjonen formidles klart og sammenhengende. | Noe struktur, men kan være utydelig eller ha manglende sammenheng. | Mangler tydelig struktur og sammenheng. Vanskelig å forstå budskapet. |
| **Språk og rettskriving** *(norsk)* | Språket er variert, korrekt og tilpasset sjangeren. Få eller ingen feil i grammatikk og rettskriving. | Språket er forståelig, men har noen feil i grammatikk eller rettskriving. | Mange språkfeil som gjør teksten vanskelig å forstå. |
| **Kreativitet og engasjement** *(tverrfaglig)* | Oppgaven er kreativ og engasjerende. Viser personlig preg og reflekterte valg. | Noe kreativitet, men kunne vært mer engasjerende eller personlig. | Lite kreativitet og engasjement. Fremstår uinspirert eller lite gjennomarbeidet. |
| **Bruk av kilder og refleksjon** *(mat og helse + norsk)* | Kilder brukes korrekt, og refleksjonen viser forståelse for temaet. Egne meninger begrunnes godt. | Noe bruk av kilder og refleksjon, men kunne vært mer grundig. | Lite eller ingen bruk av kilder og refleksjon. Mangler begrunnelser. |

Det er viktige at de lærere som deltar i et tverrfaglig arbeid sikrer at kompetansen til elevene blir vurdert.
NB Skjemaet er laget av KI.