**Kompetansemål etter 7. trinn**

|  |
| --- |
| **Mat og livsstil** |
| **Kompetansemål** | **Læringsmål 7. trinn** |
| Eleven skal kunne lage trygg og ernæringsmessig god mat, og forklare kva plass dei ulike matvaregruppene har i kosthaldet | Eleven kan lage trygg og ernæringsmessig god mat. (P2,O)Eleven kan forklare hvilken plass de ulike matvaregruppene har i kostholdet. (P2,O) |
| Eleven skal kunne forklare korleis maten verkar som energikjelde og byggjemateriale for kroppen | Eleven kan forklare hvordan maten virker som energikilde og byggemateriale for kroppen. (P3,O) |
| Eleven skal kunne samtale om tilrådingane for eit sunt kosthald frå helsestyresmaktene, og gi døme på samanhengen mellom kosthald, helse og livsstil | Eleven kan samtale om anbefalingene for et sunt kosthold fra helsestyres-maktene, og gir eksempler på sammenhengen mellom kosthold, helse og livsstil. (P5,O) |
| Eleven skal kunne finne oppskrifter i ulike kjelder | Eleven kan finne oppskrifter i ulike kilder, som kokebøker og på internett. (P2,O) |
| Eleven skal kunne bruke rekning for å auke eller redusere mengda i oppskrifter, prøve dei ut og vurdere resultatet | Eleven kan bruke regning for å øke eller redusere mengden i oppskrifter. (P3,O)Eleven kan prøve ut de omgjorte oppskriftene og vurderer resultatet (P3,O) |
| Eleven skal kunne følgje oppskrifter | Eleven kan følge oppskrifter. (P2,O) |
| Eleven skal kunne diskutere kva mattryggleik og trygg mat inneber | Eleven kan diskutere hva mattrygghet og trygg mat innebærer. (P3,O) |

|  |
| --- |
| **Mat og forbruk** |
| **Kompetansemål** | **Læringsmål 4. trinn** |
| Eleven skal kunne diskutere produktinformasjon og reklame for ulike matvarer | Eleven kan samtale og diskutere produkt-informasjon og reklame for ulike matvarer. (P3,O) |
| Eleven skal kunne vurdere, velje og handle miljøbevisst | Eleven kan vurdere, velger og handler miljøbevisst. (P3,O) |
| Eleven skal kunne utvikle, lage og presentere eit produkt | Eleven kan utvikle, lager og presenterer et produkt. (P4,O) |
| Eleven skal kunne samtale om industriprodusert mat og mat produsert i storhushald | Eleven kan samtale om industriprodusert mat og mat produsert i storhushold. (P3,O) |

|  |
| --- |
| **Mat og kultur** |
| **Kompetansemål** | **Læringsmål 4. trinn** |
| Eleven skal kunne lage mat frå ulike kulturar | Eleven kan lage mat fra ulike kulturer. (P4,O) |
| Eleven skal kunne vurdere kva god måltidsskikk inneber | Eleven kan vurdere hva god måltidsskikk innebærer. (P4,O) |
| Eleven skal kunne lage samisk mat og gjere greie for nokre trekk ved samisk matkultur | Eleven kan lage samisk mat og kan fortelle om noen trekk ved samisk matkultur. (P5,O) |
| Eleven skal kunne lage mat i naturen og bruke naturen som ressurs | Eleven kan lage mat i naturen og bruker naturen som ressurs. (P5,O) |