

Undervisningsmateriale indsamlet af PARSEL konsortiet
Som en del af et EU FP6 finansieret projekt (SAS6-CT-2006-042922-PARSEL) om
Popularitet og Relevans af Naturvidenskabsundervisning for scientific Literacy



Lærermateriale

Jeg elsker slik.

Men de fortæller mig, at jeg ikke må spise det!

Relation til pensum:

Karakteristik af forskellige fødevarer, menneskeligt stofskifte, kost og menneskers sundhed.

Aktivitetens art:

Bibliotekssøgning, arbejde i hjemmets "laboratorium", laboratorieundersøgelser, gruppediskussion for at kunne foretage en begrundet socio-videnskabelige beslutning

Mål / kompetencer:

Eleverne forventes at blive i stand til at:

- Søge og udvælge relevant information i forbindelse med undersøgelse af karies, ernæring (GI, fedme) fra bøger, computere, netværk og websider.
- Forklare fordele og ulemper ved forskellige kostvaner, og at knytte denne forklaring til den kemiske sammensætning af forskellige fødevarer.
- Forklare betydningen af kulhydrater i menneskeligt stofskifte og relatere det til den rolle, fedtstoffer og proteiner har.
- Forklare forskellen mellem poly-, mono-, di- og oligosakkarider med hensyn til menneskeligt stofskifte.
- Planlægge en sund kost, et sundt måltid og tilberede et sådant måltid.

Udvikler: Lærere ved Vikingaskolan (kontakt v. Johan Krantz and Per-Magnus Persson)
Institution: Vikingaskolan, Sverige

- Samarbejde med medlemmer i gruppen omkring planlægningen af kost, et måltid og tilberedelsen af dette måltid.
- Udforme og udføre eksperimentelle bestemmelser af den kemiske sammensætning af forskellige fødevarer.
- Foretage en begrundet beslutning om, hvad en sund kost er, og hvilken plads raffineret sukker kan have i denne diæt.

Lærervejledning

Slik er noget, mange børn og unge elsker. Samtidig kan slik lede til karies, fedme og indirekte til døden på grund af hjertekarsygdomme. Mange elever spiser mere slik, end de burde. Hvad kan få dem til at spise mere fornuftigt?

Under alle omstændigheder skal de opnå et niveau af viden, der tillader dem at føre informerede diskussioner, der kan understøtte deres kostvalg og den rolle, slik har i deres kost. Mange mennesker spiser slik, når de "føler sig småsulten". Dette kan indikere et lavt blodsukkerniveau eller dehydrering. Eleverne bør informeres om dette, og hvad det betyder i fysiologiske termer. Det er vigtigt at tilskynde til at eleverne får for vane at føre informerede diskussioner og træffe begrundede beslutninger der kan øge deres sundhed. De skal lære om kost, der både er sundt og velsmagende, og de skal lære at tilberede måltider, som kan betegnes som sunde og velsmagende.