

Kosthold og ernæring for barn



BJØRKNES HØYSKOLE

Litteraturliste studieåret 2018/2019

Pensum defineres ut fra anbefalt litteratur og læringsutbyttene i emnebeskrivelsene. Litteraturen som er nevnt under dekker pensum godt.

GERN1101

Hovedlitteratur:

Pedersen, J. I., Müller, H., Hjartåker, A. og Anderssen, S. A. (2017). *Grunnleggende Ernæringslære* (3. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk. ISBN/EAN: 9788205496934

Sand, O., Sjaastad, V.Ø. og Haug, E., og Bjålie J.G. (2018). *Menneskekroppen: fysiologi og anatomi* (3.utg.). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag. ISBN: 9788205504820

Helsedirektoratet. (2014). *Anbefalinger om kosthold, ernæring og fysisk aktivitet*. Hentet 29. mai 2018 fra:

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/806/Anbefalinger-om-kosthold-ernering-og-fysisk-aktivitet-IS-2170.pdf>

GERN1201

Hovedlitteratur:

Pedersen, J. I., Müller, H., Hjartåker, A. og Anderssen, S. A. (2017). *Grunnleggende Ernæringslære* (3. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk. ISBN/EAN: 9788205496934

Sand, O., Sjaastad, V.Ø. og Haug, E., og Bjålie J.G. (2018). *Menneskekroppen: fysiologi og anatomi* (3.utg.). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag. ISBN: 9788205504820

Helsedirektoratet. (2014). *Anbefalinger om kosthold, ernæring og fysisk aktivitet*. Hentet 29. mai 2018 fra:

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/806/Anbefalinger-om-kosthold-ernering-og-fysisk-aktivitet-IS-2170.pdf>

ERN6040

Hovedlitteratur:

Langholm, G. & Tuset, E.H. (2013). *Matglede i barnehagen*. Bergen: Fagbokforlaget. ISBN: 9788245012798

Pedersen, J. I., Müller, H., Hjartåker, A. og Anderssen, S. A. (2017). *Grunnleggende Ernæringslære* (3. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk. ISBN/EAN: 9788205496934

Helsedirektoratet. (2014). *Anbefalinger om kosthold, ernæring og fysisk aktivitet*. Hentet 29. mai 2018 fra:

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/806/Anbefalinger-om-kosthold-ernæring-og-fysisk-aktivitet-IS-2170.pdf>

Helsedirektoratet. (2007). *Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen*.

Hentet 29. mai 2018 fra:

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/431/Retningslinjer-for-mat-og-maltider-i-barnehagen-IS-1484.pdf>

Helsedirektoratet. (2015). *Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i skolen*.

Hentet 29. mai 2018 fra:

<https://helsedirektoratet.no/retningslinjer/mat-og-maltider-i-skolen>.

Helsedirektoratet. (2010). *Forebygging, utredning og behandling av overvekt og fedme hos barn og unge*. Hentet 29. mai 2018 fra:

<https://helsedirektoratet.no/retningslinjer/nasjonal-faglig-retningslinje-for-forebygging-utredning-og-behandling-av-overvekt-og-fedme-hos-barn-og-unge>

Støttelitteratur:

Nordic Council of Ministers. (2012). *Nordic nutrition recommendations 2012: Integrating nutrition and physical activity* (5th ed.). Hentet 29. mai 2018 fra: <http://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:704251/FULLTEXT01.pdf>

Helsedirektoratet. (2011). *Kostråd for å fremme folkehelsen og forebygge kroniske sykdommer. Metodologi og vitenskapelig kunnskapsgrunnlag* (5. utg.). Oslo: Nasjonalt råd for ernæring. Hentet 29. mai 2018 fra:

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/400/Kostrad-for-a-fremme-folkehelsen-og-forebygge-kroniske-sykdommer-metodologi-og-vitenskapelig-kunnskapsgrunnlag-IS-1881.pdf>

Henriksen, C., Kvammen, J. A. & Thomassen, R. A. (2011). *Bare barnemat!: riktig kosthold for gravide, ammende, barn og unge* (2 utg.). Oslo: Stenersens forlag. ISBN: 9788272015090