

# Studieplan for Årsstudium i mat, kosthold og ernæring for barn

Godkjent: Februar 2026

Studiepoeng: 60 studiepoeng

Nettstudium

Gjeldende fra studieåret 26/27

Institutt for helsefag

Årsstudiets akkreditering er hjemlet i NOKUTs akkreditering av Bachelor i Ernæring



## Innholdsfortegnelse

<b>Innholdsfortegnelse .....</b>	<b>2</b>
<b>1.0 Årsstudium i mat, kosthold og ernæring for barn .....</b>	<b>3</b>
1.1 Mål og innhold .....	3
1.2 Opptakskrav .....	3
1.3 Læringsutbytte .....	4
1.4 Studiets oppbygging .....	5
1.5 Arbeidsomfang .....	5
1.6 Undervisnings- og læringsformer .....	6
1.7 Vurderingsformer og sensur .....	6
1.8 Relevans for videre studier og arbeidsliv .....	7
1.9 Internasjonalisering .....	9
1.10 Studiekvalitet .....	9
<b>2.0 Årsstudiet .....</b>	<b>10</b>
2.1 Introduksjon og emneoversikt .....	10
2.2 Emnebeskrivelser for årsstudiet .....	10
2.2.1 ERN1010 Mat, kosthold og ernæring .....	10
2.2.2 ERN1020 Samfunnsrettet ernæring .....	11
2.2.3 HEL2040 Helsekommunikasjon og formidling .....	12
2.2.4 ERN6041 Kosthold og ernæring for barn .....	13



## 1.0 Årsstudium i mat, kosthold og ernæring for barn

### 1.1 Mål og innhold

Årsstudium i **mat, kosthold og ernæring for barn** gir studentene et bredt grunnlag i ernæringsfag, mat og kosthold, med særlig vekt på anvendelse i arbeid med barn i barnehage, skole og andre oppvekstarenaer. Studiet bygger på forståelsen av at mat og kosthold formes både av biologiske behov og av sosiale og kulturelle rammer, og at gode måltidspraksiser har betydning for helse og trivsel.

Målet med studiet er å gi studentene kompetanse til å anvende ernæringsfaglig og samfunnsrettet kunnskap i planlegging, gjennomføring og vurdering av arbeid med mat og kosthold for barn.

Studiet består av fire emner som samlet gir et helhetlig perspektiv på feltet: mat, kosthold og ernæring, samfunnsrettet ernæring, helsekommunikasjon og formidling og kosthold og ernæring for barn. Til sammen gir disse innsikt i både generelle og målgruppetilpassede sider ved mat og kosthold, og hvordan dette kan omsettes i praksis i barnehage og skole.

### Innhold

Årsstudium i mat, kosthold og ernæring for barn

- ✓ ERN1010 Mat, kosthold og ernæring
- ✓ ERN1020 Samfunnsrettet ernæring
- ✓ HEL2040 Helsekommunikasjon og formidling
- ✓ ERN6041 Kosthold og ernæring for barn

### 1.2 Opptakskrav

Opptaksgrunnlaget for årsstudiet i mat, kosthold og ernæring for barn er generell studiekompetanse eller realkompetanse, jf. Forskrift om opptak til høgre utdanning og jf. Forskrift om opptak, studier og eksamen ved Oslo Nye Høyskole.

#### *Realkompetanse*

For søkere som ikke har generell studiekompetanse kan det søkes om opptak på grunnlag av realkompetanse etter § 3-1 i Forskrift om opptak til høyere utdanning. Høyskolen har gjennomført en faglig vurdering for å identifisere generelle krav som gjelder hver søker uansett studium, og i tillegg studiespesifikke krav som gjelder per studium.

På Oslo Nye Høyskole gjelder følgende minstekrav for søkere for vurdering av opptak på grunnlag av realkompetanse i alle studieplaner:

- a) du fyller 25 år eller mer det året du søker om opptak.
- b) du har minimum 5 års utdanning og/eller praksis omregnet til 100 % stilling.



- a. med utdanning menes utdanning på nivå med videregående skole. Allmennfag/studiespesialisering regnes alltid som relevant. Fagbrev, relevante linjer på folkehøyskole og høyere utdanning er også relevant.
- b. med praksis menes lønnet eller ulønnet arbeid. Praksis må dokumenteres med attest/diplom. Attester må informere om ansettelsestid og stillingsprosent eller timeantall, signeres og stemples av arbeidsgiver.
  - i. Eksempler på praksis er lønnet arbeid, lærlingtid, tillitsverv og organisasjonsarbeid.
  - ii. Inntil 1 år med praksis kan dekkes av omsorg for egne barn. (Dette dokumenteres ved fødselsattest).
- c) du har sendt oss et motivasjonsbrev der du gjør rede for hvordan du har tenkt til å klare studiet du søker på uten generell studiekompetanse.
- d) for søkere med utdanning fra utlandet gjelder språkkrav fastsatt av Kunnskapsdepartementet.

I tillegg til nødvendige attester på at generelle og spesifikke minstekrav er oppfylt, skal en søknad om realkompetanse inneholde et motivasjonsbrev og CV. Når komplett søknad foreligger, vil det foretas en individuell faglig vurdering av hver søker i denne kategorien slik at søkerens kompetanse viser de nødvendige faglige forutsetninger for å kunne gjennomføre studiet uten å ha generell studiekompetanse.

### 1.3 Læringsutbytte

Etter fullført årsstudium i mat, kosthold og ernæring for barn forventes det at kandidaten har tilegnet seg følgende læringsutbytte:

#### Kunnskaper

Kandidaten

- ✓ Har kunnskap om næringsstoffer
- ✓ Har kunnskap om barns ernæringsbehov
- ✓ Har matkunnskap
- ✓ Har kunnskap om hva som kjennetegner et helsefremmende kosthold
- ✓ Har bred kunnskap om barns kosthold og spisevaner
- ✓ Har kunnskap om kostholdets betydning for barns vekst, utvikling og trivsel
- ✓ Har kunnskap om sentrale teoretiske og anvendte aspekter knyttet til helsekommunikasjon
- ✓ Har kunnskap om sentrale ernæringsrelaterte folkehelseutfordringer
- ✓ Har kunnskap om ernæringens rolle i forebyggende helsearbeid, med hovedvekt på barn

#### Ferdigheter



#### Kandidaten

- ✓ Kan anvende verktøy og modeller for å kartlegge og vurdere kosthold
- ✓ Kan muntlig presentere sentrale folkehelseutfordringer og vurdere relevante tiltak
- ✓ Kan anvende kunnskap om mat og kosthold i praktisk arbeid med mat og måltid for barn
- ✓ Kan formidle helseinformasjon muntlig og skriftlig

#### Generell kompetanse

#### Kandidaten

- ✓ Har innsikt i kostholdets betydning for helse og forebygging, med fokus på barn
- ✓ Har innsikt i hvordan man utarbeider og kommuniserer relevant helseinformasjon
- ✓ Kan samhandle tverrfaglig med andre fagpersoner når det gjelder barns kosthold og helse

### 1.4 Studiets oppbygging

Emnene er organisert slik at de gir en naturlig faglig progresjon og studenten anbefales å følge det foreslåtte studieløpet slik det er presentert i denne studieplanen. Tabell viser oppbygging av årsstudium i mat, kosthold og ernæring for barn, dersom man studerer på heltid (alle emnene er obligatoriske).

	15 studiepoeng	15 studiepoeng
Første semester	ERN1010 Mat, kosthold og ernæring	ERN1020 Samfunnsrettet ernæring
Andre semester	HEL2040 Helsekommunikasjon og formidling	ERN6041 Kosthold og ernæring for barn

### 1.5 Arbeidsomfang

Studiet er normert til 60 studiepoeng per år for fulltidsstudier. Ett studiepoeng tilsvarer om lag 25–30 timer studentarbeid. Det forventes derfor at en heltidsstudent har et samlet arbeidsomfang på ca. 1 600–1 800 timer per studieår (10 måneder). Fordelingen kan variere noe mellom emnene, men samlet sett vil arbeidsbelastningen ligge innenfor rammen av det



som forventes for å kunne tilegne seg læringsutbyttene.

Arbeidsomfanget består av:

- Tilrettelagt undervisning (se eksempler på dette under 1.6. Undervisnings- og læringsformer)
- Selvstudium og forberedelser
- Eksamen og vurdering

## 1.6 Undervisnings- og læringsformer

Ved Oslo Nye Høyskole benyttes ulike undervisningsformer og læringsaktiviteter. Disse er relevante og tilpasset våre stedlige studenter og nettstudenter og varierer fra emne til emne. I tillegg til selvstudium kan undervisningsformene og læringsaktivitetene inkludere blant annet:

- Forelesninger tilbys som hovedregel i alle emner. For nettstudenter kan disse være for eksempel digitale forelesninger i form av forhåndsinnspilte videoer.
- Digitale læremidler – tekst, lyd og bilder.
- Digitale kurs – et nettkurs med tekster, videoer og oppgaver som følger hverandre i en bestemt rekkefølge.
- Seminarer / webinarer – en læringsaktivitet som organiseres i mindre grupper og som gir tettere interaksjon mellom studenter og fagansatte.
- Automatiserte oppgaver – som kan brukes til å teste fagkunnskaper
- Veiledning – studenter har tilgang til faglig veiledning og kan stille spørsmål ved behov.
- Digitalt klasserom – et samhandlingsrom i vår digitale læringsplattform som både fagansatte og studenter har tilgang til.
- Medstudentvurdering – en læringsaktivitet der studenter gir hverandre tilbakemelding på faglige arbeider eller prestasjoner, med mål om å fremme læring, refleksjon og utvikling.
- Ferdighetstrening - øving og praktisk arbeid som gjør at studenten kan utvikle og beherske konkrete ferdigheter som er definert i læringsutbyttene.
- Samlinger – organiserte undervisningsøkter der studenter og fagansatte samles for undervisning, diskusjon, øvelse og veiledning.

Undervisningsspråk er norsk med mindre annet er spesifisert i emnebeskrivelsen.

## 1.7 Vurderingsformer og sensur

Studier på Oslo Nye Høyskole benytter som regel både arbeidskrav og eksamen som vurderingsformer. Arbeidskrav kan bestå av skriftlige innleveringer, nettkurs, presentasjoner, deltakelse i øvelser eller andre aktiviteter som må være godkjent for at studenten skal kunne



gå opp til eksamen. Eksamen kan være skriftlig, muntlig, praktisk eller i form av mappevurdering, og skal måle i hvilken grad studenten har oppnådd læringsutbyttet i emnet. Alle eksamener vurderes etter enten gjeldende karakterskala eller til bestått/ikke bestått. Sensur foretas av fagansatte og/eller ekstern sensor i tråd med gjeldende forskrifter, for å sikre en rettferdig og faglig forsvarlig vurdering. Mer informasjon om vurderingsformer finnes i emnebeskrivelser for hvert enkelt emne.

Ved stryk eller godkjent fravær ved ordinær eksamen og arbeidskrav vil studenten få anledning til å kontinuere inneværende semester. Ved ugyldig fravær mister studenten retten til å kontinuere innen samme semester. Kontinuering vil da være mulig ved neste ordinære gjennomføring, påfølgende semester. Studenten vurderes etter følgende karakterskala hvor den graderte bokstavkarakterskalaen beskriver følgende vurdering:

Karakter	Betegnelse	Generell (ikke fagspesifikk) beskrivelse av vurderingskriterier
A	Fremragende	Fremragende prestasjon som klart utmerker seg. Kandidaten viser svært god vurderingsevne og stor grad av selvstendighet.
B	Meget god	Meget god prestasjon. Kandidaten viser meget god vurderingsevne og selvstendighet.
C	God	Jevnt god prestasjon som er tilfredsstillende på de fleste områder. Kandidaten viser god vurderingsevne og selvstendighet på de viktigste områdene.
D	Nokså god	En akseptabel prestasjon med noen vesentlige mangler. Kandidaten viser en viss grad av vurderingsevne og selvstendighet.
E	Tilstrekkelig	Prestasjonen tilfredsstillende minimumskravene, men heller ikke mer. Kandidaten viser liten vurderingsevne og selvstendighet.
F	Ikke bestått	Prestasjon som ikke tilfredsstillende de faglige minimumskravene. Kandidaten viser både manglende vurderingsevne og selvstendighet.

## 1.8 Relevans for videre studier og arbeidsliv

Målgruppen for årsstudiet i mat, kosthold og ernæring for barn er personer som er interesserte i sammenhengen mellom ernæring, kosthold og helse med spesielt fokus på barn som gruppe. Dette inkluderer:



- **Studenter** som ønsker en innføring i ernæringsfag, og som har en særlig interesse for barn.
- **Fagpersoner** innen helse eller omsorg som jobber spesifikt med barn og som ønsker faglig påfyll for å forstå kostholdets betydning for denne gruppen
- **Fagpersoner** innen utdanning eller ansatte på SFO eller barnehage som jobber tett med barn og ønsker økt kompetanse om kostholdets betydning for denne gruppen
- **Privatpersoner** med interesse for barns kosthold og sammenhengen mellom mat, ernæring og helse generelt

Studiet passer godt både for nyutdannede og for personer som ønsker å utvide sin faglige kompetanse gjennom videreutdanning eller omskolering.

### *Videre studier*

Årsstudiet består av 45 sp. som tilsvarer obligatoriske emner i bachelor i ernæring ved Oslo Nye Høyskole, samt 15 sp. som kan inngå som et valgemne. Studentene har dermed gode forutsetninger for å bygge videre på studiet slik at de oppnår en bachelor i ernæring (med 60 studiepoeng innpass). Årsstudiet vil også være et godt utgangspunkt for andre bachelorgrader i Norge og ved en rekke læresteder i utlandet.

### *Arbeidsliv*

Et årsstudium i mat, kosthold og ernæring for barn er spesielt relevant for alle som allerede jobber med barn innen helse- og omsorgssektoren, i utdanningssektoren eller i andre yrker hvor kompetanse om ernæring og barns kosthold vil ha betydning. Studiet er også relevant for personer som har et ønske om å jobbe med barn på ulike arenaer. Studiet gir verdifull innsikt i både generell ernæring, matkunnskap og ernæring for ulike grupper, med hovedfokus på barn. Videre vil også gi verdifull kompetanse innen kommunikasjon og veiledning rundt etablering av gode vaner, samt hvordan man kan nå ut til ulike målgrupper med relevant og målrettet formidling.

Kunnskapen og ferdighetene du tilegner deg gjennom årsstudiet er svært relevante innen forebyggende helsearbeid både lokalt og nasjonalt, i kommuner, særlig i barnehager, skoler, SFO eller på frisklivssentraler. Den unike innsikten i oppdatert ernæringskunnskap knyttet til barn som målgruppe kan bidra til at du skiller deg ut i arbeidsmarkedet og styrker din attraktivitet overfor potensielle arbeidsgivere.

Hvor man ender opp til slutt avhenger imidlertid ikke bare av utdanningen, men også av hva man har gjort ved siden av studiene. Oslo Nye Høyskole legger til rette for og oppfordrer studentene til å engasjere seg ved siden av studiene. Vi har god kontakt med både organisasjonsliv og forskningsinstitusjoner og bidrar med innspill til hvordan studentene kan gjøre seg mer attraktive for fremtidige arbeidsgivere.



Høgskolen har også et eget arbeidslivs- og alumnikontor som organiserer ulike møter og kurs for våre studenter.

### 1.9 Internasjonalisering

Gode engelskferdigheter er ofte et krav i arbeidslivet og mye av forskningen og litteraturen innen fagområdet er tilgjengelig utelukkende på engelsk. Det å lære seg å tilegne seg oppdatert kunnskap på engelsk er en viktig ferdighet. Studentene vil derfor møte internasjonal litteratur på engelsk i flere av emnene inkludert i dette årsstudiet. Engelsk litteratur velges der den vurderes til å være den mest relevante og/eller oppdaterte innen det aktuelle tema.

### 1.10 Studiekvalitet

Oslo Nye Høgskole har systemer for å sikre og videreutvikle kvaliteten på alle deler av utdanningen for å styrke studentenes læringsutbytte. Studentene er viktige bidragsyttere i kvalitetsarbeidet gjennom blant annet å delta i studentevalueringer.



## 2.0 Årsstudiet

### 2.1 Introduksjon og emneoversikt

Den faglige sammensetningen er som følger:

15 studiepoeng		15 studiepoeng
<b>Første semester</b>	ERN1010 Mat, kosthold og ernæring	ERN1020 Samfunnsrettet ernæring
<b>Andre semester</b>	HEL2040 Helsekommunikasjon og formidling	ERN6041 Kosthold og ernæring for barn

## 2.2 Emnebeskrivelser for årsstudiet

### 2.2.1 ERN1010 Mat, kosthold og ernæring

**Plassering: 1. semester**  
**Studiepoeng: 15**

#### Innhold

Emnet gir en innføring i mat, kosthold og ernæring. Studenten vil lære om hva maten vi spiser inneholder, hva vi er anbefalt å spise og hva som ligger bak anbefalingene. Emnet legger også vekt på refleksjon rundt matens påvirkning på miljø og kultur. I emnet vil studenten lære å anvende metoder og verktøy for å kartlegge og vurdere kosthold opp mot gjeldende anbefalinger.

#### Læringsutbytte

Kandidaten

Kunnskap:

- Har bred kunnskap om mat og matvaregrupper
- Har grunnleggende kunnskap om matproduksjon, bearbeiding og prosessering
- Har grunnleggende kunnskap om bærekraftig mat
- Har grunnleggende kunnskap om mattrygghet
- Har kunnskap om mat - og måltidskultur og endringer i kosthold
- Har grunnleggende kunnskap om næringsstoffer
- Kjenner til referanseverdier for energi og næringsstoffer til friske voksne



- Har kunnskap om kroppens energibehov
- Har kunnskap om kostråd og kjennetegn på helsefremmende kosthold
- Har grunnleggende kunnskap om kostholdsundersøkellesmetoder

#### Ferdigheter:

- Kan anvende verktøy for å kartlegge kosthold
- Kan beregne innhold av energi og næringsstoffer i kosthold og vurdere dette opp mot referanseverdier
- Kan estimere energibehov hos friske voksne
- Kan planlegge og tilberede helsefremmende og bærekraftige måltider

#### Generell kompetanse:

- Kan reflektere over styrker og begrensninger ved kostholdsundersøkellesmetoder
- Kan reflektere rundt kosthold i relasjon til helse, bærekraft og mat - og måltidskultur

#### Obligatoriske arbeidskrav

- Innleveringsoppgave 1
- Innleveringsoppgave 2

#### Eksamensform

Avsluttende skriftlig netteksamen. Det gis bokstavkarakter (A-F).

#### Opptaks- og adgangregulering

Det kreves generell studiekompetanse eller realkompetanse, jfr. opptaksreglementet.

### 2.2.2 ERN1020 Samfunnsrettet ernæring

#### Plassering: 2. semester

#### Studiepoeng: 15

#### Innhold

Emnet gir en innføring i sentrale ernæringsrelaterte folkehelseutfordringer i Norge og globalt, samt hvordan kosthold påvirkes av forhold i samfunnet. Det legges vekt på forståelse av kunnskap om kosthold og ernæring i ulike faser av livet, sosiale ulikheter i helse, ernæringens rolle i forebyggende helsearbeid, og hvordan politikk, aktører og strukturelle virkemidler kan bidra til helsefremmende kostvaner i befolkningen. Studentene blir kjent med teorier og modeller som kan forklare spisevaner og matvalg på individ-, gruppe- og populasjonsnivå og anvender dette i vurdering av aktuelle folkehelse tiltak.

#### Læringsutbytte

Kandidaten



#### Kunnskap:

- Har bred kunnskap om sentrale ernæringsrelaterte folkehelseutfordringer nasjonalt og globalt og om sosiale ulikheter i kosthold og helse
- Har bred kunnskap om kosthold og ernæring i ulike faser av livet
- Kjenner til ernæringsutfordringer for ulike sårbare grupper
- Har kunnskap om ernæringens rolle i forebyggende helsearbeid
- Har kunnskap om aktører og virkemidler i folkehelsearbeidet
- Har kunnskap om ernæringspolitikk
- Har kunnskap om sentrale teorier og modeller som forklarer spisevaner og matvalg på individ-, gruppe- og populasjonsnivå

#### Ferdigheter:

- Kan anvende kunnskap om kostholdets betydning i ulike faser av livet og på ulike arenaer for å fremme folkehelsen
- Kan anvende teorier og modeller for å få innsikt i spisevaner og matvalg på individ-, gruppe- og populasjonsnivå
- Kan drøfte virkemidler i norsk ernæringspolitikk

#### Generell kompetanse:

- Har innsikt i hvilken rolle ernæring og kosthold spiller i helsefremmende arbeid

#### Obligatoriske arbeidskrav

- Muntlig presentasjon
- Innleveringsoppgave

#### Eksamensform

Avsluttende muntlig eksamen. Det gis bokstavkarakter (A-F).

#### Opptaks- og adgangsregulering

Det kreves ERN1010 mat, kosthold og ernæring eller tilsvarende (kan tas samtidig).

### *2.2.3 HEL2040 Helsekommunikasjon og formidling*

**Plassering: 2. semester**

**Studiepoeng: 15**

#### Innhold

Emnet gir en innføring i grunnleggende kommunikasjon i både teori og praksis samt kunnskap om helsekommunikasjon på ulike nivå med fokus på individ, gruppe og populasjon. På individ og gruppenivå gir emnet ferdigheter innen veiledningsteknikker som benyttes i endringsarbeid og vaneendring. På populasjonsnivå vil emnet gi



kommunikasjonsferdigheter slik at du blir i stand til å formidle helseinformasjon tilpasset en målgruppe.

## **Læringsutbytte**

Kandidaten

Kunnskap:

- Har kunnskap om sentrale teoretiske og anvendte aspekter knyttet til helsekommunikasjon, herunder sentrale prinsipper og teknikker innen individuell og gruppebasert helsesamtale
- Har kunnskap om psykologiske begreper og teorier knyttet til helseadferd, endringsarbeid og vaneendring.
- Har kunnskap om veiledningsteknikker som benyttes i endringsarbeid
- Har kunnskap om formidling av helseinformasjon til ulike grupper i samfunnet, herunder også formidling av generell helseinformasjon på populasjonsnivå

Ferdigheter:

- Kan mestre grunnleggende kommunikasjonsteknikker og veiledningsteknikker relevant for endringsarbeid, vaneendring og helsefremmende arbeid
- Kan formidle helseinformasjon muntlig og skriftlig til ulike grupper

Generell kompetanse:

- Har innsikt i hvordan man utarbeider og formidler faglig relevant helseinformasjon tilpasset en målgruppe
- Har innsikt i og er i stand til å videreutvikle egen evne til helsekommunikasjon
- Har forståelse for egen rolle og ansvar i tverrfaglige samarbeid

## **Obligatoriske arbeidskrav**

- Deltagelse på obligatorisk samling

## **Eksamensform**

Eksamen i dette emnet består av mappeeksamen. Eksamen vurderes med bestått/ikke-bestått.

## **Opptaks- og adgangsregulering**

Det kreves generell studiekompetanse eller realkompetanse, jfr. opptaksreglementet.

### *2.2.4 ERN6041 Kosthold og ernæring for barn*

**Plassering: 2. semester**

**Studiepoeng: 15**



## **Innhold**

Emnet omhandler barneernæring og hvilke utfordringer og muligheter det ligger i å jobbe med kosthold for barn i barnehage og skole. Emnet fokuserer på kostholdets rolle som grunnlaget for god helse, samt hvordan kostholdet fungerer som en viktig bærer for matkultur og måltidsglede. Emnet tilstreber å gi studentene praktisk anvendelig kunnskap. I løpet av emnet er studenten i kortvarig praksis i en lokal barnehage eller SFO og både arbeidskrav og mappeeksamen er knyttet opp mot dette.

## **Læringsutbytte**

Kandidaten

Kunnskap:

- Har kunnskap om kosthold for barn, deriblant vanlige utfordringer og kostholdsendringer over tid
- Har kunnskap om barneernæring og næringsstoffer det særlig er viktig å fokusere på
- Har kjennskap til helse, vekst og utvikling hos barn, herunder hva man kan forvente av barn på ulike alderstrinn
- Har kjennskap til anbefalinger og retningslinjer for barns kosthold hjemme, i barnehagen og på skole
- Har kjennskap til betydningen av tidlig tilrettelegging for et sunt kosthold og tidlig etablering av gode vaner for en god helse gjennom livet
- Har kunnskap om barns normale spise- og smaksutvikling, herunder regulering av matinntak og matvarevalg i ulike faser
- Har kunnskap om betydningen av måltidsdeltagelse med de sosiale, kulturelle og sensoriske aspekter et måltid innebærer inkludert betydningen av matglede
- Har grunnleggende kunnskap om kostholdrestriksjoner knyttet til matvareoverfølsomhet eller kultur og religion, og hvilke hensyn som må tas i barnehage og på skole
- Har grunnleggende kunnskap om organisering, rutiner og drift av barnehage og skolefritidsordning

Ferdigheter:

- Kan håndtere mat på en hygienisk forsvarlig måte, utnytte tilgjengelige råvarer og minimere matsvinn
- Kan ivareta hensyn til bærekraft, økonomi, tradisjoner, religion og helse inkludert matvareintoleranser og allergier i planlegging av kosthold for grupper av barn
- Kan planlegge, gjennomføre, dokumentere og evaluere mat- og måltidsrelaterte aktiviteter med barn
- Kan demonstrere skriftlig og muntlig formidlingsevne om kosthold for barn
- Kan bidra i praktisk matlaging ute og inne
- Kan vurdere kosthold og matvarevalg opp mot gjeldende anbefalinger for barn, herunder retningslinjer og rammeplaner for barnehage og SFO



- Kan ta i bruk tilgjengelige ressurser og verktøy i arbeid med kosthold og mat til barn
- Kan observere matpraksis og foreslå relevante tiltak tilpasset størrelse, fasiliteter, beliggenhet og kompetanse i den enkelte barnehage eller SFO

#### Generell kompetanse:

- Kan ivareta fokus på mat og måltider som en arena for læring og for å vekke interesse for mat blant barn
- Kan samhandle tverrfaglig med andre fagpersoner når det gjelder barns kosthold og helse
- Kan jobbe holdningsskapende for å fremme fokus på mat og måltid i barnehage og skole

#### Obligatoriske arbeidskrav

- Nettkurs
- Obligatorisk webinar
- Innleveringsoppgave
- Innlevering av praksisavtale

#### Eksamensform

Mappeeksamen relatert til aktiviteter utført i sammenheng med praksis. Den vurderes til bestått/ikke bestått.

