

3. hovedforløb

# Valgfrie Specialefag

Ernæringsassistenter-UCH



## Indhold

|                                              |   |
|----------------------------------------------|---|
| Dysfagi .....                                | 2 |
| Indhold - det skal du have med: .....        | 2 |
| Diætetik .....                               | 4 |
| Indhold - det skal du arbejde med: .....     | 4 |
| Kostlære og vurdering .....                  | 6 |
| Indhold - det skal du have med: .....        | 6 |
| Det praktiske .....                          | 7 |
| Mundtlig fremlæggelse: .....                 | 8 |
| Krav til dokumentation af dit arbejde: ..... | 8 |
| Bedømmelse .....                             | 8 |

# Dysfagi

Præstationsstandard: **Avanceret niveau**

**Varighed: 1 uge**

Bedømmelse: Standpunktsbedømmelse efter 7-trinsskalaen

Officielle mål for faget:

1. Eleven kan tilegne sig viden om dysfagi og reflektere over konsekvenserne af de fysiologiske problemstillinger, der er relateret hertil.
2. Eleven kan tilegne sig viden om konsistenserne gratin, blød og cremet kost og kan tilberede ernæringsrigtige måltider og drikkevarer med de forskellige konsistenser.
3. Eleven kan vurdere behov og ønsker hos målgruppen og sammensætte og tilberede flere ernæringsmæssige forsvarlige måltider.
4. Eleven kan forklare og selvstændigt anvende industriens specialprodukter som bidrager til at opnå den rette konsistens i måltider og drikkevarer.

## Indhold - det skal du have med:

- Du skal beskrive og forklare, hvilke fysiologiske problemstillinger, som ligger til grund for kostformen **Mad med modificeret konsistent**. Og du skal beskrive hvilke konsekvenser en ”forkert” kost har for borgeren.  
[forside | Kosthåndbogen.dk \(xn--kosthndbogen-xcb.dk\)](#)  
[Anbefalinger for den danske institutionskost - Sundhedsstyrelsen](#)
- Du skal beskrive og forklare forskellen på de tre konsistenser, samt hvilke krav der stilles til maden:
  - Gratin
  - Blød
  - Cremet
- Du skal beskrive 7-10 af de specialprodukter, som findes på markedet. Du skal i et skema sammenligne dem i forhold til kostform, anvendelsesmuligheder og pris samt fordele og ulemper i forhold til brugen af dem.
- Du skal planlægge og tilpasse en ugemenu til alle 3 kostformer, hvor du tager udgangspunkt i en bestemt målgruppes ernæringsmæssige behov.
- Du skal næringsberegne de måltider, som du tilbereder og vurdere dem i forhold til målgruppens ernæringsmæssige behov.

- Du skal tilberede 1-2 måltider (husk drikkevarer) i hver kostform. Du skal sammensætte et så bredt udvalg af menuer i din præsentation.
- Du skal anvende specialprodukter i din produktion af mad.
- Forbered en præsentation af menuerne, når du skal servere dem i køkkenet og begrundelse for dine valg både af menu og specialprodukt.
- Du skal forberede en PowerPoint- præsentation, hvor du gennemgår, hvad du har arbejdet med og lært gennem ugens forløb.

# Diætetik

Præstationsstandard: **Ekspert niveau**

**Varighed: 1 uge**

Bedømmelse: Standpunktsbedømmelse efter 7-trinsskalaen

Officielle mål for faget:

1. Eleven kan reflektere over konsekvenserne af de fysiologiske problemstillinger, der relateret til en sygdom, som kræver hensyntagen.
2. Eleven kan analysere og vurdere behov og ønsker hos en person med kostrelateret sygdom og sammensætte og tilberede en ernæringsmæssigt forsvarlig kost, der tager hensyn hertil.
3. Eleven kan analysere og vurdere en anbefalet diæt og foreslå ernæringsmæssige og kulinariske forbedringer, der tilgodeser den enkelte.
4. Eleven kan formidle forslag til ændringer i kostvaner, der fremmer sundhedstilstanden hos den enkelte og forebygger fejlnæring

## Indhold - det skal du arbejde med:

- Vælg en af følgende diæter/kostforme:
  - Sygehuskost
  - Vegetarkost
  - Kost til småtpisende
  - Kost med modificeret konsistens
  - Diabetesdiæt
  - Energireduceret diæt
  - Glutenfri diæt og diæter ved overfølsomhed overfor fødevarer
- Du skal beskrive og forklare de fysiologiske problemstillinger hos borger, som skal følge de valgte diæt/kostform.
- Du skal beskrive og forklare diætprincipperne for den valgte diæt eller beskrive og forklare kostprincipperne ved den valgte kostform.
- Du skal finde 1-2 personer, der følger den valgte kostform eller diæt. Personerne skal du interviewe i forhold til deres diæt og finde ud af deres præferencer for mad.
- Du skal også kortlægge deres nuværende dagskost, hvor du som minimum skal kostberegne og -vurdere 1 dag i forhold til deres nuværende dagskost (Benyt kostvurderingsskema).

- Du skal reflektere over om din/dine personer får en ernæringsmæssigt forsvarlig kost eller om du har forslag til nye/andre kostvaner, som kan fremme sundhedstilstanden og forebygge evt. fejlnæring.
- Du skal analysere behov og ønsker hos de interviewede personer og ændre deres dagskost så der kommer ernæringsmæssige og kulinariske forbedringer. Denne dagskost skal også kostberegnes og -vurderes (Benyt kostvurderingsskema).
- Fremstil mindst en ret til den tilpassende dagskost, der skal fremgå en tydelig næringsberegning af de valgte retter i din mundtlige præsentation, men begrundelse for dine valg.
- Du skal selv handle ind, dvs tjekke lageret hos Lars og derefter købe de resterende varer i Bilka.
- Du skal forberede en kort mundtlig præsentation til køkkenet, hvor du forklare - hvorfor din ret/retter passer godt til din kostform.
- Du skal lave en PowerPoint-præsentation, hvor du gennemgår, hvad du har arbejdet med og lært gennem ugens forløb.

# Kostlære og vurdering

Præstationsstandard: **Ekspert niveau**

**Varighed: 1 uge**

Bedømmelse: Standpunktsbedømmelse efter 7-trinsskalaen

Officielle mål for faget:

1. Eleven kan perspektivere viden fra kostundersøgelser i analysen af en eller flere målgruppers måltidsmønstre kombineret med ønsker og behov og kan kortlægge relevante problemstillinger.
2. Eleven kan implementere relevant viden om målgruppen til planlægning og tilberedning af en kulinarisk attraktiv og ernæringsrigtig kost.
3. Eleven kan selvstændigt analysere menuplaner og sortimentsplaner i forhold til målgruppen, og vurdere disse ernæringsmæssigt, økonomisk og sensorisk, samt komme med forslag til forbedringer i produktionen.
4. Eleven kan udvikle relevant informationsmateriale og/eller vejledningsmateriale til målgruppen.

## Indhold - det skal du have med:

- Du skal finde de nyeste undersøgelser af danskernes kostvaner, og analysere hvorvidt de lever op til forskellige målgruppers ønsker og behov.
- Vælg en eller to af de overnævnte problemstillinger, som du arbejder i dybden med.
- Du skal finde mindst 2 forskellige køkkener med samme målgruppe. Du skal bruge deres menuplan og/eller sortimentsplan til at analysere om de lever op til de ernæringsmæssige, økonomiske og sensoriske ønsker og behov hos målgruppen.
- Du skal med udgangspunkt i din analyse af menuerne/sortimentsplanerne og dine valgte problemstillinger lave forslag til ændringer i planerne.
- Du skal planlægge og tilberede et kulinarisk attraktivt og ernæringsrigtigt måltid, evt laves i et af dine køkkener med feedback fra brugerne.
- Du skal selv handle ind, dvs tjekke lageret hos Lars og derefter købe de resterende varer i Bilka.
- Du skal forberede en kort mundtlig præsentation til køkkenet, hvor du forklare - hvorfor din ret/retter passer godt til din målgruppe og hvad der gør den kulinarisk attraktiv.
- Du skal udarbejde relevant informationsmateriale og vejledningsmateriale til din valgte målgruppe (kunder/plejepersonale).
- Du skal lave en PowerPoint-præsentation, hvor du gennemgår, hvad du har arbejdet med og lært gennem ugens forløb.

## Det praktiske

**Faget foregår som delvist selvstudie. Dvs. du får hjælp og vejledning efter behov igennem hele ugen. Der kan også være fælles oplæg for de af jer, der arbejder med det samme fag.**

Det betyder:

- Du arbejder så selvstændigt som muligt med at søge informationer og sortere i den viden, du finder gennem ugen
- Du opretter fra start en kildeliste /litteraturliste over de personer, bøger, artikler mv., som du planlægger at finde din viden frem. Det er dokumentation for, at du har været omkring emnet
- Du opsøger vejledning og hjælp, når du har behov for det – så er vi klar 😊
- Du må gerne må arbejde hjemmefra, hvis det giver mere ro og fordybelse

### Disposition:

- Du skal aflevere en disposition\* med tidsplan på TEAMS
- Alle målpinde for faget skal være synlige i din disposition.
- Disposition skal være godkendt af din lærer mandag senest kl. 12.30

|            |                                                  |
|------------|--------------------------------------------------|
| Dag/Dato:  | Kort beskrivelse af de emner, du vil arbejde med |
| Mandag d.  | Udarbejde disposition                            |
| Tirsdag d. | Fx interview med køkkenleder xxx eller person    |
| Onsdag d.  |                                                  |
| Torsdag d. |                                                  |
| Fredag d.  |                                                  |
| Mandag d.  |                                                  |

**OBS: Alle målpindene skal kunne ses på din disposition. Brug din vejleder ☺**

### Logbog:

- Der SKAL skrives logbog, som afleveres dagligt på TEAMS- dvs. tirsdag, onsdag, torsdag -senest kl. 22
  - Logbog indeholder:
    - Hvad har du arbejdet med i dag?
    - Hvad er din plan for i morgen?
    - Hvad har du lært i dag?

## Mundtlig fremlæggelse:

Se tidsplan i ugeskemaet ovenfor i dette dokument.

I har hver især følgende tidsrum til rådighed:

- Mundtlig præsentation: 20 minutter + 2 minutter til eventuelle spørgsmål fra lærer og andre elever
- Derudover er der tid til at skifte mellem jer, der skal fremlægge mundtligt

*Din forberedelse inden fremlæggelsen:*

- Udarbejde en dagsorden med de punkter, du vil fremlægge
- Udarbejde Power-Point med hovedpunkterne fra dit arbejde
- Vise filmklip fra fx. TV, You-Tube el.lign.
- Vise produkter, opskrifter, billeder eller andet

## Krav til dokumentation af dit arbejde:

Afleveres **efter** din mundtlige fremlæggelse. Uploades som ”opgave” på TEAMS

- Materialet afleveres samlet, så det er overskueligt at gennemlæse.
- Der er ingen krav om, at materialet opstilles som en rapport, men der skal være sidetal.
- **En samlet liste over de kilder/litteratur, du har anvendt undervejs**
- Hvis du gennemgår power-point skal den vedlægges
- Materialet kan være forskellige ting.
  - Skriftligt oplæg på max. 8 sider
  - Diverse materiale: Opskrifter, foldere osv.
  - Print fra internettet, som du har vurderet og kommenteret i din mundtlige fremlæggelse

## Bedømmelse

- **Du bedømmes ud fra din mundtlige fremlæggelse.** Det skriftlige materiale understøtter fremlæggelsen
- Du skal have bestået fagene.
- Bedømmelsen skrives på dit skolebevis som et ”valgfri specialefag med fagets titel”
- Du får en skriftlig feedback på dit arbejde med VUF, når du har fremlagt dit arbejde og dit materiale er gennemlæst af lærerne.