INSTITUTIONEN FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

IKG119 Introduktion till kostvetenskap, 7,5 högskolepoäng

Introduction to Food and Nutrition, 7.5 credits

Grundnivå / First Cycle

Fastställande

Kursplanen är fastställd av Institutionen för kost- och idrottsvetenskap 2012-09-28 och senast reviderad 2019-10-23. Den reviderade kursplanen gäller från och med 2019-10-23, höstterminen 2019.

Utbildningsområde: Naturvetenskapligt 100 %
Ansvarig institution: Institutionen för kost- och idrottsvetenskap

Inplacering

Kursen kan även ges som fristående kurs.

Kursen kan ingå i följande program: 1) Hälsopromotion, kandidatprogram (S1HPM) och 2) Kostekonomi med inriktning mot ledarskap, kandidatprogram (S1KOE)

Huvudområde	*Fördjupning*
Kostvetenskap	G1N, Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav

Förkunskapskrav

Grundläggande behörighet

Lärandemål

I. Livsmedel och näring 5 högskolepoäng
Food and nutrition, 5 higher education credits

Efter godkänd kurs ska studenten kunna:

Kunskap och förståelse

- redogöra för vad nordiska näringsrekommendationer innefattar i stort samt vad de kan användas till.

- redogöra för några centrala begrepp inom näringslära.
- översiktligt redogöra för vanligt förekommande kostundersökningsmetoder.
- översiktligt redogöra för produktion och konsumtion av de viktigaste livsmedelsgrupperna.

Färdighet och förmåga

- utföra näringsberäkning med hjälp av en svensk livsmedelsdatabas och näringsberäknings-program för dator.
- planera och genomföra livsmedels- och matlagningsdemonstrationer.
- använda livsmedelslagstiftningen för att bedöma livsmedels redlighet och hygien.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- göra enklare värderingar av näringsintag och energiförbrukning utifrån ett helhetsperspektiv på mat och människa.
- välja och värdera råvaror utifrån sensoriska, mikrobiologiska/toxiska, näringsmässiga, ekonomiska och miljömässiga aspekter.

II. Mikrobiologi 2,5 högskolepoäng
Microbiology, 2,5 higher education credits

Efter godkänd kurs ska studenten kunna:

Kunskap och förståelse

- förklara hur mikroorganismer fungerar och relatera till hur livsmedel påverkas positivt och negativt.
- tolka mikrobiologiska mätvärden.

Färdighet och förmåga

- använda kunskaper om mikroorganismer i förhållande till hygien och hälsa i samband med livsmedelsberedning och förvaring.

Innehåll

Kursen omfattar två delkurser:

I. Livsmedel och näring, 5 högskolepoäng
Food and nutrition, 5 higher education credits

II. Mikrobiologi, 2,5 högskolepoäng
Microbiology, 2,5 higher education credits

I. Livsmedel och näring, 5 högskolepoäng
Food and nutrition, 5 higher education credits

Delkursen är en introduktion till livsmedelsvetenskap och näringslära och behandlar rådande livsmedelslagstiftning och nordiska näringsrekommendationer. Delkursen behandlar översiktligt kostundersökningsmetodik och näringsanalys av friska människors kost med avseende på ålder, kön och aktivitet. I delkursen introduceras olika livsmedelsgrupper som bedöms och värderas utifrån olika perspektiv. Livsmedelslagen används för att bedöma livsmedels redlighet. Även olika aspekter av livsmedelskvalitet diskuteras.

II. Mikrobiologi, 2,5 högskolepoäng
Microbiology, 2,5 higher education credits

I delkursen mikrobiologi studeras mikroorganismers livsvillkor och hur mikroorganismer påverkar livsmedel. Metoder för förvaring och god hygien redovisas. Hur livsmedelsburen smitta uppstår och undviks behandlas. Mikrobiologiska mätmetoder och utvärdering av dessa presenteras liksom användning av mikroorganismer för livsmedelsproduktion.

Former för undervisning

I. Livsmedel och näring 5 högskolepoäng
Food and nutrition, 5 higher education credits
Undervisning sker genom föreläsningar, seminarier, demonstration samt laborationer.

II. Mikrobiologi 2,5 högskolepoäng
Microbiology, 2,5 higher education credits
Undervisning sker genom föreläsningar, seminarier samt laborationer.

Undervisningsspråk: svenska

Former för bedömning

I. Livsmedel och näring 5 högskolepoäng
Food and nutrition, 5 higher education credits
Examinationer sker i form av seminarier, praktisk och skriftlig tentamen.

II. Mikrobiologi 2,5 högskolepoäng
Microbiology, 2,5 higher education credits
Examinationer sker i form av seminarier, skriftlig rapport, praktisk och skriftlig tentamen.

Vid frånvaro vid obligatoriska moment är student ansvarig att kontakta kursansvarig för att delges tidpunkt för nästa kurstillfälle eller alternativ examinationsuppgift. Om student som underkänts två gånger på samma examinerande moment önskar byte av examinator inför nästa examinationstillfälle, ska sådan begäran inlämnas skriftligt till kursansvarig institution och bifallas om det inte finns särskilda skäl däremot (HF 6 kap § 22).

I det fall en kurs har upphört eller genomgått större förändringar ska studenten i normalfallet garanteras tillgång till minst tre provtillfällen (inklusive ordinarie provtillfälle) under en tid av åtminstone ett år med utgångspunkt i kursens tidigare uppläggning. Detta får inte strida mot HF 6 kap 21 §.

Betyg

På kursen ges något av betygen Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U). För att erhålla betyget VG på kursen krävs betyget VG på skriflig tentamen i delkurs I Livsmedel och näring.

Kursvärdering

Kursen värderas skriftligt via lärplattform och resultaten är vägledande för utveckling och planering av kommande kurser. Resultatet och eventuella förändringar i kursens upplägg förmedlas till de studenter som genomförde värderingen och till de studenter som ska påbörja kursen. Utöver den skriftliga, summativa värderingen kan muntliga, formativa värderingsmoment förekomma. Kursansvarig sammanställer efter avslutad kurs en kursrapport.

Övrigt

Studenten svarar för kostnader i samband med undervisningen t ex råvarukostnad i vissa tillämpningsövningar.

Ur hygien och säkerhetssynpunkt skall, i undervisning där mat lagas till andra, förkläde och hårskydd som tillhandahålls av institutionen användas. Händer och underarmar skall vara fria från kläder, smycken och dylikt.

Detta är en kurs som huvudsakligen behandlar miljö och hållbar utveckling, och där mer än hälften av inslagen rör ekologisk, ekonomisk eller social hållbar utveckling.

Viss undervisning och examination kan ske på engelska.