



## KURSBESKRIVNING MÅLTIDSPEDAGOGIK MED SAPERE-METODEN på grundskolan

### INLEDNING

Grundtanken med Sapere-metoden är att alla, oavsett ålder, har rätten till sin egen smak. Det finns inget rätt eller fel och alla ska ha rätt att inte prova, det är helt och hållet på elevernas villkor att metodiken blir lustfylld och skapar nyfikenhet. Sapere är en metod där elevernas sensoriska förmåga och språk övas, det vill säga hur vi upplever hur grundsmaker och sinnena samverkar och påverkar varandra. Kursen har ett extra fokus på grundskolans restaurang och fritidshemmets verksamhet. Med hjälp av skolrestaurangens salladsbuffé utmanas eleverna till att våga smaka fler sallader och grönsaker efter säsong. Inom fritidsverksamheten kan skolrestaurangens arbete fortsätta eller så är det helt fristående projekt. Även grundlärare inom t ex svenska, biologi och hem- och konsumentkunskap kan med fördel integrera sapere-metoden som ett värdefullt redskap i undervisningen.

### SYFTE

Det övergripande syftet är att skapa förutsättningar för en god hälsa och hållbara levnadsvanor genom att eleverna får lära känna sina sinnen och sin egen smak. Genom att eleven vågar prova nya produkter och rätter ökar variationen på vad de vågar äta. Att äta varierat är en förutsättning för att skapa goda matvanor. På sätt ökar möjligheterna till att utvecklas till en medveten konsument.

### MÅL

Efter genomgången kurs ska deltagarna

- ha kunskap om sapere-metoden kopplat till grundskolans verksamhet
- förstå hur smak- och sinnesövningar kan användas i grundskolan
- förstå hur sinnena och grundsmakerna samverkar för smakupplevelsen

### MÅLGRUPP

Pedagoger och måltidspersonal hemmahörande i grundskolan.

### FÖRKUNSKAP – OCH BEHÖRIGHETSKRAV

Deltagarna förväntas gå igenom materialet ”Grundutbildning” som finns att tillgå på lärplattformen vid kursstart.

## UPPLÄGG OCH GENOMFÖRANDE

Deltagarna bjuds in via en länk som distribueras av Läromat ([Hanna@laromat.se](mailto:Hanna@laromat.se)) på kursdagen. Därefter har deltagarna 2 veckor på sig att titta på allt material (föreläsningar, inspiration och tips) samt genomföra de obligatoriska övningarna kopplat till utbildningen. Den andra veckan kommer gruppdiskussioner att genomföras via webben. Vid eventuellt förhinder att delta vid gruppdiskussionerna kan en reflekterande rapport lämnas in istället. För att erhålla kursintyg skall deltagarna ha genomfört alla övningarna och skicka in dokumentation för dessa samt delta i gruppdiskussion alternativt gjort en reflektionsrapport.

## ÖVNINGAR

Övningarna är laborativa och kräver tillgång till livsmedel som representerar de fem grundsmakerna och som bidrar med olika sinnesupplevelser. Deltagarna väljer själv vilka livsmedel de vill arbeta med. Exempel på livsmedel kan vara rödbeta, morot, päron, vindruva, citron, grapefrukt, tomat, salttorkad tomat, prästost, parmesan, saltgurka, sojasås.

## INTYG

Intyg tillhandahålles efter genomförd kurs.

## TEKNISK UTRUSTNING

Lärplattformen Yellowbits är anpassad till såväl dator som surfplatta och smartphone. Inlämningar görs lättast via dator. Gruppdiskussioner genomförs som en videokonferens via mötesverktyget Zoom (fungerar motsvarande som Skype men lättare att använda).

Inloggning till lärplattform sker första gången via en länk som skickas till deltagarna. Efter första inloggningen går de in på [laromat.nu](http://laromat.nu)

## ANMÄLAN

Anmälan sker via vår hemsida eller till [hanna@laromat.se](mailto:hanna@laromat.se). Var god och uppge vilken utbildningar det rör sig om, namn, arbete (måltidspersonal eller pedagog), förskolans namn samt faktureringsadress och referensnummer samt mail-adress till deltagarna.

## KOSTNAD

1 250 kr exkl moms.

## ANSVARIG UTBILDARE

### Läromat AB

Hanna Sepp fil dr, universitetslektor mat- och måltidsvetenskap vid Högskolan Kristianstad samt utbildningsansvarig och VD Läromat AB. Hannas forskningsintresse är måltidspedagogik i förskolan. I Sverige introducerades begreppet måltidspedagogik av Hanna.

Susanne Thorén fil kand biomedicin, utbildare och entreprenör. Initiativtagare till Barnens bästa bord och kreatör inom mat och friskvård.