

Kennsluáætlun skólaárið 2016-2017

Námsgrein: Heimilisfræði

10. Bekkur

Áfangalýsing

Lýsing frá kennara

Kennar eru 3 samfelldar kennlustundir einu sinni í viku í 6 vikur þá kemur næsti hópur og er aðrar 6 vikur.

Nemendur gátu valið að vera í baksturshóp eða smáréttahóp.

Nemendur sem velja baksturinn þjálfast í að nota allar helstu bakstursaðferðir og verða sjálfstæðari í öllum bakstri og eiga að geta bjargað sér einir með uppskrift.

Nemendur sem velja smárétti þjálfast í bakstri, eldamennsku og undirbúa litlar veislur sem verður í lok áfangans.

Fjallað verður um hvað þarf að borða og hvað mikið af vissum fæðutegundum til að fullnægja næringarþörf dagsins.

Tímabil	Markmið Matur og lífshættir	Viðfangsefni	Lýsing	Námsefni
	Að nemendur geti: tjáð sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og sett í samhengi við ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari, greint aðalatriði næringarfræðinnar og útskýrt tengsl næringarefna, hráefna og	Í verklega hlutanum voru þessi viðfangsefni helst: Bakstur: Hnoðað deig, hrært deig, þeytt deig, gerbakstur volg lyfting, pönnukökur, vöflur, lummur, kleinur, soðið brauð (partar) Eldamennska á kjöti og fiski soðnu og steiktu. Kjöt sem notað er, er fyrir það mesta hakkað. Grænmeti er ýmist hrátt, soðið, steikt eða bakað í ofni.	Á tímabilinu eru unnin bæði verkleg og bókleg verkefni. Í bóklega hlutanum er fjallað um næringarfræði, matvælafræði og örverur. Í verklega hlutanum er eldað, bakað og þrifið	Bækurnar <i>Næring og lífshættir</i> , <i>Matur og menning</i> , <i>Heimilisfræði II</i> og <i>Næringargildi Matvæla</i> er notuð í bóklegri kennslu og í verklegri kennslu eru notaðar ýmsar matreiðslubækur, uppskriftir frá kennara.

	<p>matreiðslu, farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu, greint helstu þætti sem hafa áhrif á útgjöld við heimilishald og geti tekið ábyrgð á eigin útgjöldum og skuldbindingum og þekkt rétt sinn og skyldur sem neytandi.</p>			
<p>Markmið Matur og vinnubrögð</p>				
	<p>skipulagt og matreitt fjölbreyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr algengu og nýstárlegu hráefni með áherslu á hagkvæmni og nýtni, beitt helstu matreiðsluaðferðum og notað til þess ýmis mæli- og eldhúsáhöld, greint frá viðbrögðum við slysum á heimilum, nýtt margvíslega miðla til að afla upplýsinga á gagnrýnninn hátt um næringarfræði, neytendamál,</p>			

	hagkvæmni í innkaupum, aukefni, geymslu og matreiðslu.			
	Markmið Matur og umhverfi			
	sett viðfangsefni heimilisfræðinnar í vítt samhengi við lýðræði og jafnrétti, hreinleika og eiginleika sem taldir eru bæta heilsu fólks og stuðla að sjálfbærri þróun, rætt þátt auglýsinga og upplýsinga um merkingar, verð og gæði neysluvara í tengslum við neytendavernd og tjáð sig um gæði, geymslu og aukefni í matvælum.			
	Markmið Matur og menning			
	sagt frá íslenskri og erlendri matarmenningu og matreitt ýmsa þjóðarrétti			
	Sameiginleg hæfniviðmið fyrir list- og verkgreinar			
	unnið sjálfstætt eftir vinnuferli frá hugmynd til lokaafurðar og greint frá			

	mismunandi nálgun við vinnuna, beitt þeirri tækni sem námsgreinin býr yfir á sjálfstæðan hátt, sýnt frumkvæði í góðri umgengni og frágangi á vinnusvæði.			
--	--	--	--	--

Námsmat

Frammistaða metinn eftir hvern tíma og meðaltal reiknað í lokin.

Heimanám

Ekkert.

Kennarar, netfang

Erna Björg Guðjónsdóttir erna@akmennt.is

Birt með fyrirvara um breytingar!

