

Kennsluáætlun

Heimilisfræði, 5. bekkur, vor 2021

Markmið: Nemendur öðlist þjálfun í verklegri heimilisfræði.

Kennsluáðferðir: Nemendur vinna sjálfstætt í 2-3 manna hópum undir leiðsögn kennara. Kennari leggur inn helstu áhersluatriði tímans og nemendur fá svo uppskrift og eiga að útbúa það sem stendur í uppskriftinni með sem minnstri aðstoð kennara.

Kennslubækur /efni: Uppskriftir og hráefni frá kennara.

Námsmat vorannar: Sjá í námslotu á Mentor

Metanleg hæfniviðmið: Nemandi geti

- farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu
- skipulagt og matreitt fjölbreyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr algengu og nýstárlegu hráefni með áherslu á hagkvæmni og nýtni,
- beitt helstu matreiðsluáðferðum og notað til þess ýmis mæli- og eldhúshöld,
- sagt frá íslenskri og erlendri matarmenningu og matreitt ýmsa þjóðarrétti

Tímabil	Námsefni/verkefni/námsmat:	Metanleg hæfniviðmið.
7. Janúar	Gerbollur	farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu
14. Jan	Súkkulaðimuffins	skipulagt og matreitt fjöl breyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr algengu og nýstárlegu hráefni með áherslu á hagkvæmni og nýtni, beitt helstu matreiðsluáðferðum og notað til þess ýmis mæli- og eldhúshöld
21. Jan.	Enskar skonsur, munur á ger og lyftiduftsbakstri	sagt frá íslenskri og erlendri matarmenningu og matreitt ýmsa þjóðarrétti
28. jan	Þorramatur, smakk	farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu
4. febrúar	Heitt kakó, uppruni kakóbaunarinnar	skipulagt og matreitt fjöl breyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr algengu og nýstárlegu hráefni með áherslu á hagkvæmni og nýtni, beitt helstu matreiðsluáðferðum og notað til þess ýmis mæli- og eldhúshöld
11.feb.	Hafra- og byggmjöls grautur	farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu
18. feb.	(sprengidagur) Linsubaunasúpa	skipulagt og matreitt fjölbreyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr algengu og nýstárlegu hráefni með áherslu á hagkvæmni og nýtni,
25. feb	Linsubaunasúpa	beitt helstu matreiðsluáðferðum og notað til þess ýmis mæli- og eldhúshöld

4. mars	Pasta og pastasósa	<p>sagt frá íslenski og erlendri matarmenningu og matreitt ýmsa þjóðarrétti</p> <p>farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu</p> <p>skipulagt og matreitt fjölbreyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr algengu og nýstárlegu hráefni með áherslu á hagkvæmni og nýtni,</p> <p>beitt helstu matreiðsluaðferðum og notað til þess ýmis mæli- og eldhúsáhöld</p>
11. mars	Vöflur	farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu
18. mars	Ommilettar	<p>skipulagt og matreitt fjölbreyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr algengu og nýstárlegu hráefni með áherslu á hagkvæmni og nýtni,</p> <p>beitt helstu matreiðsluaðferðum og notað til þess ýmis mæli- og eldhúsáhöld</p>
25. mars	-	
8. apríl	Chia grautar	
15. apríl	Hirsi m/eplum og mangói	
22. apríl	Sumardagurinn fyrsti	
29. apríl	Límonaði	farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu
6. maí	Hafraklattar	skipulagt og matreitt fjölbreyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr algengu og nýstárlegu hráefni með áherslu á hagkvæmni og nýtni,
13. maí	Uppstigningardagur	beitt helstu matreiðsluaðferðum og notað til þess ýmis mæli- og eldhúsáhöld
20. maí	Bláberjabollur	
27. maí	Marengstoppar	
31.-4. Júní Útikennsla	Útikennsla, grænmetisræktun	
7.-9. Júní Vordagar	Vordagar	

