

# Heimilisfræði 2022-2023

## Kennsluáætlun 9.bekkur



Kennari: Ragna Sigurðardóttir  
Allur réttur til breytinga áskilinn.

Kennsluáætlun þessi tekur mið af hæfniviðmiðum sem fram koma í Aðalnámskrá Grunnskóla og skólanámskrá Grunnskóla Grindavíkur

<b>VIKA</b>	<b>VIÐFANGSEFNI</b> (efni sem fjallað er um)	<b>EFNISTÖK</b> (hvernig er unnið með efnið)	<b>NÁMSEFNI</b> (allt námsefni)	<b>ANNAÐ</b> <b>Hæfniviðmið</b>
1.tími	<b>Farið yfir reglur í eldhúsi, þrifnað og persónulegan þrifnað. Pasta carbonara og hvítlauksbrauð</b>	Byrjað er á að fara yfir þær reglur sem gilda í kennslueldhúsinu. Talað um þrifnað og frágang á þeirri stöð sem verið er að vinna á og persónulegan þrifnað. Þrjú vinna saman, einn bakar og tveir útbúa matinn. Lagt á borð og gengið frá eftir borðhald.	Ljósrit – Gott í matinn	<ul style="list-style-type: none"><li>❖ Getur unnið sjálfstætt eftir uppskrift og notað til þess algengustu mæli og eldhúsáhöld.</li><li>❖ Getur tekið tillit til annarra í hópavinnu og sýnt frumkvæði.</li></ul>
2.tími	<b>Heimsins bestu súkkulaðikökur</b>	Þeir sem baka súkkulaðikökur hræra smjör og sykur saman með handþeytara, bæta eggjum og vanilludropum saman við svo þurrefnunum og að lokum súkkulaðinu.	Ljósrit	<ul style="list-style-type: none"><li>❖ Getur rætt þátt auglýsinga og upplýsinga um merkingar, verð og gæði neysluvara í tengslum við neytendavernd</li></ul>

				<p>og tjáð sig um gæði, geymslu og aukaefni í matvælum.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Getur lagt mat á eigið verk og sýnt skilning á vönduðum vinnubrögðum.</li> </ul>
3.tími	<b><i>Kjúklingasalat og dressing Bollubrauð</i></b>	<p>Fjórir vinna saman, tveir útbúa kjúklingasalat og tveir baka bollubrauð. Kjúklingabringurnar skornar í bita og steiktar upp úr olíu og kryddað fært yfir á disk og látið kólna, beikonið steikt. Allt salat sett í skál, kjúklingnum, beikoninu, nachos og fetaosti dreift yfir. Dressingin útbúin eftir uppskrift. Hráefnin í bollubrauðið sett í skál, hrært, hnoðað og hnoðaðar jafnstórar bollur, penslað með eggj og bakað. Frágangur á vinnusvæði, lagt á borð og gengið frá eftir matinn.</p>	<p>Ljósrit - uppskriftir fyrir unglíngastig Námshagnastofnun</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Getur farið eftir leiðbeiningu um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi.</li> <li>❖ Getur nýtt sér margvíslega miðla til að afla upplýsinga um næringarefni og uppskriftir.</li> </ul>
4.tími	<b><i>Rúllutertur – val um hvíta eða brúna</i></b>	<p>Tveir vinna saman og velja annaðhvort hvíta eða brúna rúllutertu. Hjálpast að við að taka til í uppskrift, þeyta egg og sykur með handþeytara, kartöflumjöl, hveiti og lyftiduft sett saman við</p>	<p>Ljósrit - uppskriftir fyrir unglíngastig Námshagnastofnun</p>	

		og blandað varlega saman með sleikju. Deiginu hellt í pappírsform og bakað. Bökunarpappír með sykri á haft tilbúið á borðinu og kökunni hvolft þar á þegar hún er bökuð. Sultu eða kremi smurt varlega á þegar kakan hefur kólnað og henni rúllað upp. Frágangur á hverri stöð.		
5.tími	<b><i>Beikonvafðar kjúklingabringur með piparosti, sósa, hrísgrjón, salat og ítölsk brauð.</i></b>	Fjórir vinna saman, tveir baka og leggja á borð hinir elda. Kjúklingabringunum skipt í tvennt og skornir vasar inn í hvern bita þar sem sett er ein sneið af piparosti, einni beikonsneið vafið utanum hvern bita og sett í smurt eldfast mót og í ofninn. Sósa úr sveppum, piparosti, rjómaosti og rjóma útbúin í potti. Hrísgrijón soðin og salat skolað og britjað í skál. Allir hjálpast að við að ganga frá eftir borðhald.	Ljósrit	
6.tími	<b><i>Kanilsnúðar / pitsasnúðar</i></b>	Nemendur velja hvora uppskriftina þeir gera. Tveir vinna saman að uppskrift, hnoða deigið og skipta því svo jafnt á milli sín og hver gerir sína snúða. Sameiginlegur		Símat í öllum tímum sem byggir á færni, umgengni, vinnubrögðum, virkni og hegðun.

		frágangur á meðan á bakstri stendur.		
7.tími	<b>Íslensk kjötsúpa</b>	Fjórir vinna saman á hverri stöð, baka pönnukökur og tveir taka til í súpuna. Allt grænmeti og kjöt tekið til í kjötsúpuna og brytjað fremur smátt. Kjötið sett í pott með sjóðandi vatni og kjötteningi og látið sjóða. Froðan af kjötinu veidd af og grænmetinu bætt út í. Látið sjóða og smakkið til.  Frágangur á hverri stöð, lagt á borð og frágangur eftir borðhald.	Ljósrit - uppskriftir fyrir unglíngastig Námshagnastofnun 2009	
8.tími	<b>Partý pítsur val um að nota hveiti eða spelt, lyftiduft eða ger.</b>	Nemendur vinna tveir saman að uppskrift og velja sér það hráefni sem þeir ætla að vinna með. Taka til deigið í pítsuna, hræra, hnoða og fletja út. Skera út litlar pítsur eftir formi, setja pítsasósu og álegg á pítsurnar og baka. Frágangur á vinnusvæði.	Ljósrit	
9.tími	<b>Djúpsteiktur fiskur í orly deigi sett í tortillur, kartöflur í ofni, pítusósa, lárperumauki, salsasósa og grænmeti.</b>	Fjórir vinna saman, skera fiskinn í frekar litla bita, útbúa orly deig, hita olú á pönnu og djúpsteikja fiskinn. Kartöflur skornar í strimla og settar á ofnplötu, olía og krydd sett yfir og steikt. Lárperur settar í mixara ásamt lauk og kryddi og mixað vel. Grænmeti skorið niður.	Ljósrit - uppskriftir fyrir unglíngastig Námshagnastofnun 2009	

		Lagt á borð og nemendur fá sér fisk og kartöflur í tortillur með sósu að eigin vali.		
10.tími	<b><i>Steiking Kleinur</i></b>	Tveir vinna saman að uppskrift, taka til hráefni í kleinurnar og hnoða. Fletja út og skera langsum og þversum á ská með kleinujárni og gat gert í miðjuna á hverri kleinu með járninu. Kleinunum snúið við og raðað á plötu. Feitin hituð og kleinurnar steiktar með aðstoð kennara.	Ljósrit - uppskriftir fyrir unglíngastig Námshagnastofnun 2009	
11.tími	<b><i>Ísgerð – þrjár tegundir</i></b>	Nemendur hjálpast að við að útbúa þrjár tegundir af ís, Toblerone,-jarðaberja – og saltkaramellu ís. Setja ísinn í form, pakka honum í plastfilmu, merkja bekknum og í frysti þar sem hann geymist þangað til í síðasta tíma. Frágangur á hverri stöð.	Ljósrit	
12.tími	<b><i>Pönnukökur, rjómi og sulta.</i></b>		Ljósrit, myndband.	

13.tími	<b><i>Smjördeig á ýmsa vegu</i></b>	Einstaklingsverkefni sem nemandi getur látið hugmyndaflugið ráða. Nemandi fær tvö frosin smjördeig sem hann fletur út og sker hvort deig í 6-8 hluta, horn, koddá eða hvað honum dettur í hug. Nemandi fær nokkrar tegundir af hráefni til að setja inn í degið. Skinku, ost, sultu, epli, kanil og sósur penslar og bakar. Frágangur á meðan á bakstri stendur.	Sýnikennsla	
14.tími	<b><i>Doritos kjúklingur, ferskt salat, hrísgrjón og hvítlauksbrauð. Ís frá tímanum áður, ferskir ávextir og heit súkkulaðisósa. Dúkað borð og serföttur.</i></b>	Kjúklingabringurnar skornar í bita og steiktar á pönnu, kryddaðar vel. Dorítos snakk sett í botninn á eldföstu móti, ostasósa og salsasósa þar ofaná síðan er kjúklingnum dreift yfir og loks ostinum og sett inn í ofn. Hrísgjónin soðin og ferskt salat brytjað í skál. Þetta er borið fram með sýrðum rjóma og svo er ís frá	Ljósrit	

		fyrri tíma og ferskir ávextir í eftirrétt.		
15.tími	<b><i>Smákökur – Siggakökur eða Nammikökur með smartís</i></b>	Tveir vinna samnan og velja sér uppskrift. Lesa uppskriftina vel og vinna eftir henni. Frágangur á vinnusvæði á meðan á bakstri stendur.	Ljósrit - uppskriftir fyrir unglíngastig Námshagnastofnun	

### Námsmat:

Allur réttur til breytinga áskilinn.

Lykilhæfni er hluti af námsmati sem afhent er við annarlök.