

Heimilisfræði 6. bekkur

Kennsluáætlun 2023-2024



Kennari: Ragna Sigurðardóttir

Kennsluáætlun þessi tekur mið af hæfniviðmiðum sem fram koma í Aðalnámsskrá Grunnskóla og skólanámsskrá Grunnskóla Grindavíkur

Allur réttur til breytinga áskilinn

VIKA	VIÐFANGSEFNI (efni sem fjallað er um)	EFNISTÖK (hvernig er unnið með efnið)	NÁMSEFNI (allt námsefni)	Hæfniviðmið
1.tími	Bóklegur tími Mál og vog, algeng eldhúsáhöld, læri að lesa einfaldar umbúðamerkingar, næringarefni / vítamín / orkuefni.	Vinnubók afhent, áætlun og markmið kynnt fyrir nemendum. Farið yfir reglur í eldhúsi og umgengni og frágang á vinnusvæði. Rætt um mikilvægi hreinlætis og snyrtimennsku við matreiðsluna. Farið yfir helstu áhöld og mælitæki sem unnið er með í eldhúsinu og hvernig þau eru notuð. Nemendur vinna verkefni bls.3, 4, 6 og 8 í vinnubókinni. Rætt um flokkun og hvernig henni er háttað í kennslueldhúsinu. Rifjuð upp heiti á áhöldum og farið yfir hvernig uppskriftir eru gefnar upp ýmist í g (grömmum) eða dl (deselítrum). Farið	Gott og gagnlegt 2 Gott og gagnlegt, vinnubók bls. 2-8 Sýnikennsla, skrifað á töflu svör við spurningum og aðstoðað við verkefni.	<ul style="list-style-type: none">❖ Þekkir algengustu áhöld og mælitæki.❖ Getur notað hentug áhöld og mælitæki.❖ Þekkir og skilur einfaldar umbúðamerkingar.❖ Getur matreitt einfaldar máltíðir með tilliti til fæðuhringsins.❖ Þekkir hvaða hlutverki orkuefni hafa í fæðunni.❖ Getur unnið sjálfstætt.❖ Getur unnið í samvinnu við aðra.

		yfir töflu í vinnubókinni sem sýnir hvernig auðvelt er að breyta úr deselítrum í grömm. Farið yfir í hvaða flokka næringarefnin skiptast, muninn á fituleysanlegum og vatnsleysanlegum vítamínum og úr hvaða fæðutegundum við fáum helstu vítamínin. Rætt um hvað eru orkuefni og hvaðan koma þau.		
2.tími	<i>Gerbrauð</i> Brauðvafningar með sesamfræjum og hunangi	Unnið með gerbrauð og hnoðað deig. Tveir vinna saman að uppskrift, skipta deiginu á milli sín og rúlla í tvær lengjur sem eru svo snúnar saman í vafning. Sett á plötu, penslað með eggjablöndu og sesamfræjum stráð yfir. Á meðan brauðið bakast gengur hver frá á sínu vinnusvæði.	Gott og gagnlegt bls.26 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur.	❖ Getur farið eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti og þrif. ❖
3.tími	<i>Tebollur</i> Læri að skipuleggja sig í verki og fara eftir uppskriftum.	Tveir vinna saman og taka til í uppskrift, móta tebollur með tveim matskeiðum og setja á bökunarplötu með pappír. Reyna að hafa bollurnar jafnar og fallegar í laginu. Frágangur á vinnusvæði á meðan tebollurnar bakast. Skipta jafnt á milli sín.	Gott og gagnlegt 2 bls. 35 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur.	❖ Gefst ekki upp ❖ Hefur trú á eigin getu ❖ Hefur góða einbeitingu ❖ Leggur sitt af mörkum í samvinnu ❖ Tekur leiðsögn
4.tími	<i>Minestrone - ítölsk súpa</i> <i>Tilbúin smábrauð hituð í ofni.</i> Læri að vinna með grænmeti.	Fjórir vinna saman og skipta með sér verkum, rífa hvítkál, saxa grænmeti og skera beikon. Olía hituð í potti og þetta steikt þar til grænmetið er glært. Vökva og kryddi bætt út í og	Gott og gagnlegt 2 bls. 36 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur .	❖ Er jákvæður, kurteis og hjálpsamur ❖ Hlustar á aðra og virðir skoðanir þeirra ❖ Spyr spurninga og dregur ályktanir

	Læri að sjóða, auka og minnka hita eftir þörfum.	súpan svo smökkuð til þegar hún hefur mallað í smá stund. Smábrauðin skorin í tvennt, ostur og hvítlaukskrydd sett á báða helmingana, sett í ofn og hitað. Lagt á borð og gengið frá á vinnusvæði.		<ul style="list-style-type: none"> ❖ Nýtir tímunn ❖ Lærir af reinslunni ❖ Er sjálfstæður í vinnubrögðum ❖ Hefur sjálfstjórn
5.tími	<i>Hjónabandssæla í múffumótum.</i> Þjálfist í að nota handþeytara, skipta jafnt og að meta hvað er hæfilegt magn í mótin af sultu og deigi.	Tveir og tveir vinna saman og útbúa deigið, skipta í múffumót og setja sultu og mylja afganginn af deiginu yfir. Setja inn í ofn og fylgjast með tímanum. Vaska upp og ganga frá á sínu vinnusvæði. Skipta kökunum jafnt á milli sín.	Gott og gagnlegt 2 bls. 38 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur.	
6.tími	<i>Kjötkássa með spaghetí.</i> Læri að sjóða spaghetí eftir leiðbeiningum á umbúðum. Að skera grænmeti og steikja á pönnu.	Fjórir vinna saman og skipta með sér verkum. Paprika og laukur hreinsað og skorið smátt. Olía sett í pott og hituð, laukurinn, paprikan og hakkið steikt allt annað sett saman við og látið sjóða. Vatn sett í pott fyrir spaghetíið og hitað að suðu þá er spaghetíið sett í pottinn, hitinn lækkaður og það látið sjóða í 10 mínútur. Vatnið sigtað frá og sett í skál. Borið fram með hrásalati og tilbúnu smábrauði. Lagt á borð og gengið frá á vinnusvæði.	Gott og gagnlegt 2 bls.27 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur .	

<p>7.tími</p>	<p><i>Pítsusnúðar</i></p> <p>Læri að meðhöndla ger og fletja út deig.</p>	<p>Tveir vinna saman og taka til í uppskrift. Mæla fyrst vatn og mjólk og passa að það sé mátulega heitur vökvinn. Allt annað hráefni sett saman við og hrært saman með sleif, deigið látið bíða á meðan tekið er til í fyllinguna. Deigið tekið og hnoðað, flatt út í aflanga lengju, smurt með pítsusósu og fyllingunni svo dreift jafnt yfir. Deiginu rúllað upp frá lengri hliðinni og skorið niður í 3 cm þykka bita, raðað á plötu klædda bökunarpappír með sárið niður. Á meðan snúðarnir bakast er vinnusvæðið þrifið vel og þurrkað úr skúffum.</p>	<p>Gott og gagnlegt 2 bls. 28 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur.</p>	
<p>8.tími</p>	<p><i>Chilifiskur í ofni, soðnar kartöflur og salat.</i></p> <p>Læri að matreiða einfaldan fiskrétt í ofni.</p> <p>Að skipuleggja vinnuna þannig að allt verði tilbúið á sama tíma.</p>	<p>Fjórir vinna saman og laga fisk, sjóða kartöflur og skera niður í salat. Kartöflur þvegnar og settar í pott á fullan hita, hiti lækkaður þegar fer að sjóða. Fiskurinn skolaður undir köldu vatni, þerraður og skorinn í frekar smáa bita. Fiskurinn settur í smurt eldfast mót, salti chilisósu og rjóma hellt yfir, osti stráð yfir og sett inn í heitan ofninn.</p> <p>Salat skorið fallega og sett í skál. Lagt á borð og gengið frá á vinnusvæði á</p>	<p>Gott og gagnlegt 2 bls. 32 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur.</p>	

		meðan kartöflur og fiskur eldast. Allir hjálpast að við að ganga frá eftir matinn.		
9.tími	<i>Kús, kús með kjúklingi.</i> Læri að matreiða kús, kús og kjúklingakjöt og læri um krossmengun.	Fjórir vinna saman og skipta með sér verkum. Vatn sett í pott fyrir kús, kús, olíu og tening bætt út í og suðan látin koma upp. Slökkt undir pottinum og kús, kúsið lett út í vatnið og látið bíða. Kjúklingabringan hreinsuð, þerruð og skorin smátt. Laukur, sveppir, hvítlaukur hreinsað og skorið smátt. Olía hituð á pönnu og kjúklingabitar og grænmeti steikt, vatn sett á og látið krauma. Paprika og steinselja skorið niður og sett á pönnuna ásamt kús, kús og maísbaunum. Lagt á borð og gengið frá á vinnusvæði.	Gott og gagnlegt 2 bls. 30 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur .	
10.tími	<i>Vínarbrauð</i> Læri að meðhöndla ger og nota kökukefli.	Tveir vinna saman og taka til í uppskrift. Volgt vatn mælt í skál og gerið sett saman við, allt annað mælt og sett í skálina og hrært saman, látið bíða á meðan tekið er til í fyllinguna. Epli hreinsað og skorið í litla bita. Deigið er hnoðað og því skipt í tvo jafnstóra hluta sem flattir eru út í aflangar lengjur sem settar eru á pappírsklædda bökunarplötu. Penslað yfir lengjurnar með bræddu smjöri, eplum raðað yfir miðjuna og	Gott og gagnlegt 2 bls. 36 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur.	

		kanelsykri dreift yfir. Skorið er í lengjuna sitthvoru megin á nokkrum stöðum og endarnir lagðir á víxl yfir miðjuna. Penslað með mjólk og bakað. Gengið frá á vinnusvæði á meðan á bakstri stendur.		
11.tími	Smákökur Læri að hnoða deig og að gera jafnstórar smákökur svo þær ba Vanda vinnubrögð	Fjórir vinna saman, taka til í uppskrift og hnoða. Skipta deiginu í fjóra parta, rúlla út í jafnar lengjur, skera niður í jafna bita, móta kúlur úr deiginu og raða á ofnplötu með pappír. Frágangur á vinnusvæði á meðan á bakstri stendur.	Gott og gagnlegt 2 bls.38 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur .	
12.tími	Súkkulaðikaka	Tveir vinna saman, mæla hráefnið í skál og hræra saman með handþeytara. Smyrja tvö tertumót og skipta deiginu jafnt í þau. Frágangur á meðan á bakstri stendur. Súkkulaðibráðin útbúin og sett á kalda kökuna.	Gott og gagnlegt bls.29	

Námsmat: Símat sem byggir á verklegri færni, umgengni, vinnubrögðum, virkni og hegðun.

Kennari metur hvern nemanda eftir hverja kennslustund. Metið er hvort nemandi er virkur og geti unnið í samvinnu við aðra. Hvort nemandi þekki og geti notað áhöld og mælitæki. Kunni að vaska upp og ganga frá á vinnusvæðinu eins og það var þegar hann kom að því.

Lykilhæfni er hluti af námsmati sem afhent er við annarlok.