

Heimilisfræði 8.bekkur

Kennsluáætlun 2023-2024



GRUNNSKÓLI
GRINDAVÍKUR

VIRÐING — VELLÍÐAN — VIRKNI

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

Kennari: Ragna Sigurðardóttir

Allur réttur til breytinga áskilinn

| Tími | VIÐFANGSEFNI (efni sem fjallað er um) | EFNISTÖK (hvernig er unnið með efnið) | NÁMSEFNI (allt námsefni) | ANNAÐ Hæfniviðmið |
|---------|--|---|--|--|
| 1. tími | Kynning á eldhúsi Blómkál og brokkólísúpa Ostabrauð | Farið yfir umgengni í skólaeldhúsi, þrifnað, frágang og persónulegan þrifnað við eldamennsku. Þrír til fjórir vinna saman, elda súpu og baka brauð. Þvo grænmetið, britja það niður í súpuna og elda eins og segir í uppskriftinni. Sá sem bakar mælir í uppskrift, hnoðar og skiptir svo deiginu í tvennt og mótar bollur. Raðar svo bollunum á plötu þannig að þær myndi kringlótt brauð, penslar og bakar. Lagt á borð og gengið frá á vinnusvæði. | Ljósrit | <ul style="list-style-type: none">❖ Getur nýtt ýmsar upplýsingar um aðalatriði nærinfarfræðinnar.❖ Getur farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi. |
| 2.tími | Kornflexkjúklungur og holl sósa Indversk NAAN brauð Rætt um þrifnað við matreiðslu og þá sérstaklega um kjúkling og krosssmít. | Þrír til fjórir vinna saman og skipta með sér verkum. Tveir baka NAAN brauðin og tveir elda kjúklinginn eftir uppskrift. Kjúklingurinn er skorinn í bita, kornflexið mulið í skál og olían sett saman við. Spelthveitið er sett í eitt ílát, egg í annað og kornflexið í þriðja. Spelthveitið er kryddað með salti og pipar, kjúklingabitunum er svo | Ljósrit og Uppskriftir fyrir unglíngastig Námshagnastofnun | <ul style="list-style-type: none">❖ Getur sýnt frumkvæði í góðri umgengni og frágangi á vinnusvæði.❖ Getur unnið sjálfstætt eftir uppskrift og notað til þess algengustu |

| | | | | |
|--------|---------------------------------------|--|---------|--|
| | | <p>fyrst velt upp úr hveitinu svo egginu og síðast kornflexinu. Kjúklingnum er svo raðað á plötu og bakaður. Sætar kartöflur eru skornar í litla teninga og kryddaðar og settar inn í ofn með kjúklingnum. Frágangur á vinnusvæði og lagt á borð. Frágangur að loknu borðhaldi.</p> | | <p>mæli og eldhúshöld.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Getur tekið þátt í samvinnu með sameiginlegt markmið hópsins að leiðarljósi |
| 3.tími | Pítsasnúðar / kanilsnúðar | <p>Tveir vinna saman og velja annaðhvort kanil – eða pítsasnúða. Taka til deigið í skál, skipta á milli sín deiginu, hnoða og fletja út. Fyllingin sett á deigið, annaðhvort smjör og kanill eða pítsasósa og álegg. Rúllað upp, skorið og raðað á plötu. Frágangur á meðan á bakstri stendur.</p> | Ljósrit | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Getur sýnt frumkvæði í góðri umgengni og frágangi á vinnusvæði. ❖ Getur lagt mat á eigið verk og sýnt skilning á vönduðum vinnubrögðum. |
| 4.tími | BQ fiskréttur og kartöflubátar | <p>Tveir vinna saman, hreinsa, skola fiskinn, skera í hæfilega bita og raða í eldfast mót. BQ sósunni dreift yfir bitana, salti, pipar og að lokum osti stráð yfir. Sett í ofn og bakað.</p> | Ljósrit | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Hefur trú á eigin getu ❖ Gerir sitt besta ❖ Getur unnið með öðrum |

| | | | | |
|---------------|--|---|---------|--|
| | | <p>Kartöflurnar eru skolaðar, skornar í fjóra til sex báta eftir stærð og settar á bökunarplötu. Salti og pipar stráð yfir og bakað. Frágangur á vinnusvæði og lagt á borð.</p> <p>Frágangur að loknu borðhaldi.</p> | | <p>og lagt sitt af mörkum</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Er jákvæður kurteis og hjálpsamur |
| 5.tími | <p>Rætt um steikingu, meðferð á pönnum og sérstaklega tekið fyrir steiking og meðferð á pönnukökupönnum</p> <p>Pönnukökur með rjóma og sultu.</p> | <p>Tveir vinna saman að uppskrift og hjálpast að og steikja til skiptis.</p> <p>Frágangur að lokinni steikingu, lagt á borð og rjómi þeyttur.</p> | Ljósrit | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Beitir fjölbreyttum aðferðum við úrlausn verkefna |
| 6.tími | Eplalengja með kanil | <p>Tveir vinna saman og taka til í uppskriftina. Þegar deigið er tilbúið er því skipt í tvennt og hver gerir sína eplalengju. Deigið er flatt út með bökunarkefli í aflanga lengju, smurt yfir með linu smjörlíki, epli sem hefur verið flysjað og skorið í báta raðað á og kanil stráð yfir. Skorið er á ská upp í deigið á hliðunum og deigræmurnar lagðar yfir eplin, sett á bökunarplötu, penslað með mjólk og kókosmjöli stráð yfir.</p> <p>Frágangur á vinnusvæði</p> | | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Nýtir tímann vel ❖ Gerir sitt besta ❖ Heldur góðri einbeitingu |

| | | | | |
|----------------------|--|---|----------------|--|
| <p>7.tími</p> | <p>Ungversk gúlassúpa og bollubrauð</p> | <p>Fjórir vinna saman og skipta með sér verkum, tveir elda súpu og tveir baka. Þeir sem baka fara eftir uppskrift og móta jafn stórar bollur, pensla með eggji og baka. Gúlassið er skorið í litla bita, grænmetið hreinsað og skorið eins og sagt er til í uppskriftinni. Vatn og krydd tekið til og mælt. Steikt og soðið eins og sagt er til um.</p> <p>Frágangur á vinnusvæði, lagt á borð og gengið frá eftir borðhald.</p> | | |
| <p>8.tími</p> | <p>Hvít eða brún rúlluterta</p> | <p>Tveir vinna saman og velja sér annaðhvort hvíta eða brúna rúllutertu. Byrja á að þeyta saman egg og sykur þar til hræran verður létt og ljós þá er vatninu þeytt saman við og loks þurrefnunum bætt í skálina. Hrært er varlega með sleikju, deiginu dreift jafnt á bökunarpappír í ofnskúffu. Fylgjast með bakstrinum því kakan er fljót að bakast 3-5 mín. Kökunni er svo hvolft á sykurstráðan pappír og látin kólna áður en kremið er sett á og henni rúllað upp.</p> <p>Frágangur á vinnusvæði.</p> | <p>Ljósrit</p> | |

| | | | | |
|-----------------------|---|--|----------------|--|
| <p>9.tími</p> | <p>Steiktur fiskur í raspi, kartöflur í ofni og salat.</p> | <p>Þrír til fjórir vinna saman, skera fiskinn og útbúa raspið og eggjablönduna, krydda. Fiskinum velt upp úr eggjablöndunni og svo raspinum og steiktur á pönnu. Kartöflur skornar í báta, kryddaðar og settar á ofnplötu í ofninn. Lagt á borð og hrásalat skorið niður og sett á borðið. Frágangur á vinnusvæði.</p> | <p>Ljósrit</p> | |
| <p>10.tími</p> | <p>Möndlukakan hennar mömmu</p> | <p>Tveir vinna saman og vigta efni í kökuna. Smjör, sykur og egg hrært saman í vél eða með handþeytara þar til blandan verður létt og ljós. Þá eru þurrefnin sett saman við og hrært áfram. Deiginu er svo hellt í smurt hringlaga kökuform og bakað. Á meðan á bakstri stendur er gengið frá á vinnusvæði og gerður glassúr til að setja á kökuna þegar hún er bökuð og orðin köld.</p> | <p>Ljósrit</p> | |
| <p>11.tími</p> | <p>Lyftiefni Pítsa</p> | <p>Tveir vinna saman og taka til í deigið eins og sagt er til í uppskriftinni, skipta svo deiginu og hver og einn mótar sína pítsu eins og hann vill hafa hana og setur það álegg sem hann vill. Frágangur á meðan pítsan bakast. Lagt á borð og gengið frá eftir borðhald.</p> | <p>Ljósrit</p> | |

| | | | | |
|-----------------|--|--|--|--|
| | | | | |
| 12. tími | Gulrótarkaka með rjómaostakremi | Tveir vinna saman að uppskrift og setja öll efnin í skál. Hrært saman og skipt í tvö kringlótt kökuform. Á meðan kökurnar eru að bakast er kreminu hrært saman með handþeytara og sett yfir kökurnar þegar þær eru bakaðar. Frágangur á vinnusvæði. | Uppskriftir fyrir unglíngastig, Námsgagnastofnun 2009. | |
| 13. tími | Karríkjúklingur með hrísgrjónum og salati Nan brauð | Þrjár til fjórir vinna saman, einn eða tveir baka og tveir elda. Kjúklingurinn er brúnaður á pönnu, laukur og hvítlaukur saxaður og látinn mýkjast á pönnunni, kryddað með karríi. Kjúklingur, kjúklingasoð og kryddi sett á pönnuna og látið krauma. Hrísgjónin sett í pott og soðin, salatið þvegið og skorið. Lagt á borð og gengið frá á vinnusvæði. | Uppskriftir fyrir unglíngastig, Námsgagnastofnun 2009. | |
| 14. tími | Súkkulaðikökur Hjalta | Tveir vinna saman, hræra smjörlíki og sykur þar til það er ljóst og létt, brjóta eggjð í bolla og hella því út í og þeyta áfram. Bæta þurrefnum og súkkulaði saman við, hræra saman og setja í litla toppa á bökunarplötu. Frágangur á vinnusvæði á meðan á bakstri stendur. | Ljósrit | |
| 15. tími | Kjúklingasúpa og ostavahnnetubrauð | Þrjár til fjórir vinna saman og skipta með sér verkum. Mæla í brauðið, hnoða og móta jafnstórar bollur | Ljósrit | |

| | | | | |
|----------------|--|--|---------|--|
| | | <p>raða á plötu svo þær myndi kringlótt brauð, penslað og bakað. Kjúklingurinn er brytjaður í litla bita, steiktur á pönnu og látinn svo bíða á disk. Þegar búið er að brytja lauk, hvítlauk og papriku er það sett í pott ásamt olíu og látið meirna. Rjómaostur, chili sósa og pipar eru látin út í, mjólk, vatni og karrí bætt út í og látið sjóða. Að lokum er kjúklingnum og rjóma bætt út í og látið malla. Frágangur á vinnusvæði og lagt á borð. Frágangur að loknu borðhaldi.</p> | | |
| 16.tími | <p>Skúffukaka Þeytingur(búst) með ávöxtum og ís</p> <p>Frágangur og þrif</p> | <p>Smjörlíki og sykur þeytt vel saman, eggjunum bætt saman við einu í senn og þeytt áfram. Purrefnunum og vökvanum blandað rólega saman við og deiginu hellt í ofnskúffu sem er klædd bökunarpappír. Á meðan kakan bakast er lagað krem eftir uppskrift. Allir hjálpast að við að þrifa vinnusvæðið extra vel. Þegar búið er að ganga frá öllu fá nemendur skúffuköku og þeyting með ávöxtum og ís.</p> | ljósrit | |

Námsmat: Símat

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.