

Kennsluáætlun 2021-2022

Heimilisfræði 7. Bekkur

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)	ANNAÐ (t.d. tímasetning kannanna)
1.tími	Bóklegur tími Nemendur fá vinnubókina og vinna bls. 3-12.	Farið yfir reglur í kennslueldhúsinu, umgengni og frágang á vinnusvæði. Rætt um mikilvægi hreinlætis og snyrtimennsku við matreiðsluna. Bækur afhentar og nemendur vinna verkefni með aðstoð kennara.	Gott og gagnlegt 3 bls.3-12. Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur.	Símat sem byggir á færni, umgengni, vinnubrögðum, virkni og hegðun.
2.tími	Pasta með grænmeti og beikonbúðingi bls.34 Langbrauð með osti bls. 29. Læri að vinna með grænmeti og sjóða pasta. Læri að sjóða/steikja, auka og minnka hita eftir þörfum.	Fjórir vinna saman og skipta með sér verkum eins og uppskriftin segir til um. Tveir baka og tveir hjálpast að við að þvo og skera grænmetið og búðinginn. Lagt á borð og gengið frá á vinnusvæði.	Gott og gagnlegt 3 Bls.34 og 29. Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur .	

3.tími	Sælkerabollur	Tveir vinna samanað uppskrift, blanda hveiti, lyftidufti, salti og kryddi í skál. Rífa kartöflur á rifjárn, skera laukinn smátt og bæta saman við. Fetaosti og helmingnum af rifna ostinum blandað saman við. Egg mjólk og olú blandað saman, hellt út í og hrært saman. Deigið sett með matskeið á pappírsklædda plötu og setja afganginn af rifna ostinum yfir. Frágangur á vinnusvæði á meðan á bakstri stendur.	Gott og gagnlegt 3 bls.42	
4.tími	Framandi fiskréttur bls.36 Hrísgrjón Hvítkálssalat bls.38	Fjórir vinna saman að uppskrift. Byrja á að setja hrísgrjónin í pott og skera fiskinn í hæfilega stóra bita og salta. Öllu sem á að fara í sósuna er blandað saman á pönnunni og hrært vel í. Suðan er látin koma upp á pönnunni og þá er fisbitunum raðað í sósuna og látið malla. Skolið grænmetið og skerið eins og uppskriftin segir til um. Berið fram með salatinu og hrísgrjónum. Frágangur á vinnusvæði	Gott og gagnlegt 3. bls.36. og 38. Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur .	
5.tími	Horn bls.30	Tveir vinna saman að uppskrift.	Gott og gagnlegt 3	

		Skipta deiginu á milli sín, hnoða og fletja út í kringlóttu köku og skera í átta hluta. Setja fyllingu í hornin og rúlla upp frá breiðari endanum.	Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur .	
6. tími	Kjúklingur með kús, kús bls.33 Focaccia brauð Heimilisfræði 4 bls.16 Læri að matreiða kús, kús, 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 sett 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, bæta appelsínusafa, chilisósu, soju og salti út í og látið krauma. Hrærið jógúrtina saman við réttinn á pönnunni og hellið svo yfir kús, kúsið. Berið fram með brauði og salati. Lagt á borð og gengið frá á vinnusvæði, allt þvegið sérstaklega vel vegna krossmengunar.	Gott og gagnlegt 3 Bls. 33 og Heimilisfræði 4 bls. 16 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur .	
7. tími	Gerdeigsbaka Læri að skipuleggja sig í verki og fara eftir uppskriftum.	Tveir vinna saman og byrja á að sjóða egg. Þurrefnum blandað saman í skál, volgri mjólkinni og olíunni hrært saman við. Fyllingin	Gott og gagnlegt 3 Bls. 31 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur.	

		<p>skorin eins og segir til í uppskrift. Deiginu skipt í tvennt og hver nemendi fletur út sinn part og skiptir í fjóra til sex hluta. Fyllingin sett í, kantarnir penslaðir og bakan brotin horn í horn (þríhyrningur) brúnunum þrýst saman með gaffli og bakað í 10 mín. Frágangur á vinnusvæði.</p>		
8.tími	Súkkulaðikóskúlur með perlusykri	<p>Tveir vinna saman og mæla öll þurrefni í skál, smjörlíkið skorið í bita og mulið saman við með fingrunum. Vatni og eggji bætt út í og hnoðað saman í sprungulaust deig, rúllað upp í tvær lengjur, skorið í jafna bita, búa til kúlur og velta upp úr perlusykri. Raðað á plötu og bakað. Frágangur á vinnusvæði</p>	<p>Gott og gagnlegt fyrir 7.bekk Bls. 28 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur .</p>	
9.tími	Tortellíní með osti	<p>Þrír vinna saman að uppskrift, setja vatn í pott og sjóða pastað þegar vatnið sýður. Hreinsa paprikuna og skera í bita og pylsurnar í þunnar sneiðar. Mæla vökvann og ostinn í pott og hita þar til osturinn er bráðinn og sósan farin að þykkna, hræra vel í allann tímann. Bæta papriku, súputening og pylsum út í</p>	<p>Gott og gagnlegt 3 bls.44.</p>	

		og láta sjóða. Sigta spaghettið, setja í skál og hella sósunni yfir. Frágangur á vinnusvæði og lagt á borð.		
10.tími	Skrautlegir klattar og salat	Tveir vinna saman að uppskrift. Þurrefni sett í skál, eggjum og mjólk blandað saman, kartöflur og gulrót skrælað og rifið á grófu rifjárn. Vökvi og grænmeti ásamt kryddi hrært saman við þurrefnin. Meðalstórir klattar eru lagaðir úr deiginu og þeir steiktir á pönnu. Grænmetið í salatið er hreinsað, skorið og sett í skál og dressingunni hellt yfir. Frágangur að lokinni vinnu.	Gott og gagnlegt 3 Bls.43	
11.tími	Hakkað buff með sósu bls.34 kartöflum og blönduðu salati bls.37.	Fjórir vinna saman setja kartöflur í pott og finna til hráefni í buffið. Blanda saman í skál, brauði, mjólk, hakki, kartöflumjöli og kryddi. Mótið fjögur jafnstór buff og veltið upp úr hveitiblöndu og steikið á pönnu í 3-4 mín á hvorri hlið. Grænmeti hreinsað, skorið og sett í skál til að hafa með réttinum. Lagt á borð og gengið frá á vinnusvæði.	Gott og gagnlegt 3 Bls.34 og 37. Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur.	
12.tími	Súkkulaðimúffur með jarðaberjasúrmjólk	Tveir vinna saman og skipta með sér verkum, þeyta egg og sykur,	Ljósrit frá kennara	

		brytja súkkulaðið og taka til þurrefnin. Blanda saman eins og segir í uppskriftinni, setja með matskeið í muffinsform og baka. Frágangur á vinnusvæði á meðan á bakstri stendur.		
13.tími	Skúffukaka með kremi bls.27	Tveir vinna saman að uppskrift. Mæla þurrefni í skál og blanda saman bæta síðan öllu öðru hráefni saman við með sleif eða þeytara. Skipta í tvö álmót og baka, á meðan kakan bakast er útbúið krem og sett yfir þegar kakan hefur kólnað. Gengið frá á vinnusvæði.	Gott og gagnlegt 3 Bls. 27 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur.	
14.tími	Pítsubotn – ítalskir hálfmánar	Tveir vinna saman að uppskrift. Volgt vatn, þurrger, olía og salt sett í skál, hveitið sett saman við en passa að setja ekki allt, skilja einn dl.eftir og ath. hvort þarf á að halda. Áleggið hreinsað og skorið. Deiginu skipt í fjóra parta og flatt út í kringlóttar kökur. Fyllingin er sett öðru megin á kökurnar, hinn helmingurinn lagður yfir og pressað saman með gaffli. Kökurnar penslaðar og klipptar þrjár raufar í deigið að ofan svo gufan komist út.	Gott og gagnlegt 3 Bls. 30 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur.	

		Frágangur á vinnusvæði á meðan kökurnar bakast.		
15.tími	Rúlluterta	Egg og sykur þeytt saman þar til það er létt, ljóst og þykkt. Hveiti og lyftiduft er sigtað saman við, vatninu hellt út í og þessu hrært varlega saman með sleikju. Deiginu hellt á plötu klædda bökunarpappír og breitt út með sleikjunni. Þegar tertan er bökuð er henni hvolft á sykurstáðan pappír, smurð með sultu og rúllað upp. Frágangur á vinnusvæði og nemendur skipta kökunni á milli sín.	Gott og gagnlegt 3 Bls. 26 Sýnikennsla og verkleg kennsla á meðan á vinnu stendur.	