





Náms- og kennsluáætlun - Vorönn 2024

HEFR1H005

Kennari	Guðbjörg Rúna Vilhjálmisdóttir Woods, guðbjorg.vilhjalmsdottir@fss.is													
Viðtalstími	Þriðjudaga kl. 9:20-10:00													
Námsefni	Námsefnið er frá kennara og einnig af veraldarvef. Allt námsefnið er hægt að nálgast á Innu.													
Áfangalýsing	<p>Áhersla er lögð á fjölbreyttar uppskriftir, bæði íslenskar og erlendar. Nemendur kynnst mismunandi matreiðslu- og bakstursaðferðum. Nemendur læra um meðferð matvæla, nýtingu þeirra og frágang. Nemendur læra íslensk heiti yfir áhöld og matvæli. Ennfremur læra nemendur meðhöndlun helstu tækja og eldhúsáhalda. Nemendur læra einnig að bera fram mat, leggja á borð og ganga frá eftir borðhaldið. Nemendur tileinka sér hreint vinnuumhverfi og þurfa að þrifa vel eftir sig. Farið verður yfir næringargildi fæðunnar ásamt umræðum um kosnað heimilissupphalds.</p> <p>Í þessum áfanga er efnisgjald 8.000 kr</p>													
Námsmat og vægi námsmatsþátta	<p>Til að ná áfanganum þarf lágmarkseinkunn í hverjum námsþætti ásamt góðri mætingu. Í áfanganum er skyldumæting og þarf því að vera með færri en 6 fjarvistir í raunmætingu eða vetrareinkunn 8,5 eða hærri. Athugið að ekki skiptir máli hver ástæða fjarvistarinnar er.</p> <p style="text-align: center;"> Símatsáfangi <input checked="" type="checkbox"/> Lokapróf <input type="checkbox"/> Sleppikerfi <input type="checkbox"/> </p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 70%;">Heiti</th> <th style="width: 30%;">Vægi</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Verkefni frá kennara</td> <td>30%</td> </tr> <tr> <td>Tímaverkefni</td> <td>50%</td> </tr> <tr> <td>Ýmis verkefni/uppskriftarbók</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table>		Heiti	Vægi	Verkefni frá kennara	30%	Tímaverkefni	50%	Ýmis verkefni/uppskriftarbók	20%				
Heiti	Vægi													
Verkefni frá kennara	30%													
Tímaverkefni	50%													
Ýmis verkefni/uppskriftarbók	20%													
Reglur áfanga	Notkun á snjallsímum er ekki leyfileg í tímum nema með leyfi kennara. Slökkt skal vera á hringingum og ekki skal handleika símann í kennslustund af hreinlætisástæðum.													

Annað sem kennari vill láta koma fram	Þar kennslustundin er einungis 55 mínútur þá vinnum við stundum lengur fram í frímínútur.
--	---

Þekking	Leikni
<p>Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einföldum bakstri og matreiðsluaðferðum • Meðferð matvæla • Eldhúsáhöldum og tækjum í eldhúsinu • Góðu hráefni og hagkvæmni í innkaupum • Uppskriftum • Mikilvægi hreinlætis • Matarmenningu annarra þjóða 	<p>Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nota einfaldar matreiðsluaðferðir • Vinna rétt eftir uppskrift • Meðhöndla hráefni eftir mismunandi aðferðum • Þekkja innihald hráefna og geta valið hollari kostinn • Leggja á borð og ganga frá eftir borðhald • Ganga frá og þrifa vinnuaðstöðu • Viðhafa persónulegt hreinlæti við matargerð
	
Hæfni	
<p>Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Matreiða fjölbreytta rétti • Þekkja næringarefni og nýta sér þau til vaxtar og viðhalds • Nota algengustu eldhúsáhöld og tæki • Meðhöndla matvæli rétt • Bera virðingu fyrir hráefninu og vinnuumhverfinu • Sýna samvinnu, tillitsemi og stundvísi 	

Vinnuáætlun - Símat		
Tímasókn	16 vikur x 4 klst.	32 klst.
Undirbúningur fyrir tíma	16 vikur x 1 klst.	16 klst.
Verkefni unnið fyrir utan skóla	3 x 2 klst.	6 klst.
Alls		54 klst. = 3 fein*

Virðing, samvinna og árangur

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum
1. vika 4. - 14. janúar	Fara yfir reglur í vinnueldhúsinu. Amerískur morgunmat, amerískar súkkulaðiþitakökur, möffins,	
2. vika 15. - 21. janúar	Kína núðluréttur, kryddbrauð,	Orkudrykkjaverkefni
3. vika 22. - 28. janúar	Rískökur, hakk og spaghettí	
4. vika 29. janúar - 4. febrúar	vöfflur, pastaréttur	
5. vika 5. - 11. febrúar	Snúðakaka, burrito,	
6. vika 12. - 18. febrúar	Möndlukaka, vefjur	
7. vika 19. - 25. Febrúar <i>Þemadagur</i>	Bagettbrauð, skúffukaka	Flokkun á rusli
8. vika 26. febrúar - 3. Mars <i>Námsmatsdagur</i>	Mexíkó lasagne, bananabrauð	
9. vika 4. - 10. mars <i>Miðannarmat</i>	Þýskar brauðkringlur, snitsel	
10. vika 11. - 17. mars	Pizza, Tebollur	
11. vika 18. - 24. mars <i>Starfshlaup – Þáskafri hefst</i>	Indverskur kjúklingur, pönnukökur	
12. vika 2. - 7. apríl	Mexico súpa/grænmetisúpa, hjónabandsæla	
13. vika 8. - 14. apríl	kjöttbollur, Silvíukaka,	Uppáhalds Uppskrift
14. vika 15. - 21. apríl	kjúklingaréttur, kanilsnúðar/pizzusnúðar	
15. vika 22. - 28. apríl <i>Sumardagurinn fyrsti</i>	Kjöttbollur, döðlugott/smákökur	
16. vika 29. apríl - 5. maí	Sylvíukaka, karamellusmákökur	
17. vika 6. – 10. maí	Útikennsla grillaðar pylsur, muffins	

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Guðbjörg Rúna Vilhjálmisdóttir Woods