

TILV1MN05

Búið til: Thu, 15 May 2014 18:19:58 GMT

Titill

Tilveran, matreiðsla og næring

Skammstöfun

TILV1MN05

Útgáfunúmer

2

Námsgrein

Tilveran

Viðfangsefni

Tilveran, matreiðsla og næring

Staða

Samþykkt af skóla

Þrep

1

Einingafjöldi

5

Tillaga að bókstöfum/tölustöfum skóla

Lýsing

Áfanginn er þrískiptur þar sem nemendur kynnst og þjálfar grunnþætti í matreiðslu fyrir heimili. Í áfanganum er farið í notkun á helstu tækjum í eldhúsi, einnig á hnífum og smááhöldum sem notuð eru við matreiðslu. Áhersla er lögð á sígildar undirstöðuaðferðir í matreiðslu s.s. suðu, steikingu og bakstur. Einnig meðferð á algengu hráefni: grænmeti, ávöxtum, fiski, kjöti, lyftiefnum og kornvöru til baksturs. Nemendur kynnst borðbúnaði og notkun hans og fá þjálfun í borðlagningu og frágangi. Fjallað er um vinnuskipulag, mikilvægi hreinlætis og næringar samhliða verklegri kennslu. Áhersla er lögð á að nemendur sýni samvinnu, tillitssemi og stundvísi.

Forkröfur

Þekkingarviðmið

Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- fjölbreyttum stöfum við matreiðslu
- grunnmatreiðslu- og bakstursaðferðum
- meðhöndlun fjölbreyttra hráefna
- nauðsyn hreinlætis við matreiðslu
- mikilvægi hollrar næringar

Leikniviðmið

Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:

- beita grunnatriðum við eldamennsku og bakstur
- þekkja hollt mataræði
- geta vegið og metið kosti og galla vöru út frá næringargildi hennar

Hæfniviðmið

Nemandi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- skilja og meta hversu miklu getur munað á magni fæðu sem hægt er að borða til að fylla orkupörfina eftir því hvaða matvæli eru valin ...sem er metið með... umræðum og verkefnum
- þekkja mikilvægi góðs mataræðis ...sem er metið með... umræðum, verkefnum og sjálfsmati
- elda og baka einfaldan og hollan heimilismat og brauð ...sem er metið með... verklegri þjálfun

- tileinka sér almennt hreinlæti við alla matargerð ...sem er metið með... verklegri þjálfun

Námsmat

Í áfanganum er viðhaft leiðsagnarmat með símati alla önnina. Öll verkefni gilda til einkunnar og þess vegna er það mikilvægt að nemendur stundi námið reglulega.

Skólar

Fyrirmynd