




Náms- og kennsluáætlun - Vorönn 2024

MATR1AM05

Kennari	Guðbjörg Rúna Vilhjálmisdóttir Woods, guðbjorg.vilhjalmsdottir@fss.is									
Viðtalstími	Þriðjudagur 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 fjölbreyttan bakstur og matreiðslu. Markmiðið er að nemendur geti unnið sjálfstætt eftir mismunandi uppskriftum. Fáir þjálfun í verklegari færni og geti skipulagt vinnu sína. Nemendur læra um meðferð matvæla, nýtingu þeirra og frágang. Einnig er meðhöndlun tækja og eldhúsáhalda hluti af náminu. Nemendur læra að leggja á borð og ganga frá eftir borðhald. Nemendur tileinka sér hreint vinnusvæði og þurfa að þrifa vel eftir sig. Farið verður yfir næringargildi fæðunnar ásamt umræðu um kosnað við heimilshald.</p> <p>Í þessum áfanga er efnisgjald 12.000 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 10 fjarvistir í raunmætingu eða vetrareinkunn 8,5 eða hærri. Athugið að ekki skiptir máli hver ástæða fjarvistarinnar er.</p> <p>Símatsáfangi <input checked="" type="checkbox"/> Lokapróf <input type="checkbox"/> Sleppikerfi <input type="checkbox"/></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Heiti</th> <th>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> </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 einu sinni í viku í 85 mín eða lengjum tímum 4 sinnum í viku um 10-15 mín og í staðinn er frí eina kennslustund aðra hverja viku.
---	---

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 vinnuáðstöðu • Viðhafa persónulegt hreinlæti við matargerð • Reikna næringargildi í fæðunni
	
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, tillitssemi og stundvísi 	

Vinnuáætlun - símat		
Tímasókn	16 vikur x 4 klst.	64 klst.
Undirbúningur fyrir tíma	16 vikur x 1 klst.	19 klst.
Verkefni unnið fyrir utan skóla	24 klst.	24 klst.
Alls		107 klst. = 5 fein*

Virðing, samvinna og árangur

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum
1. vika 4. - 14. janúar	Fara yfir reglur í vinnueldhúsinu. Amerískur morgunmat, hamborgari og bátakartöflubátar, amerískar súkkulaðiþitakökur, möffins, Kanilsnúðar/Pizzasnúðar	
2. vika 15. - 21. janúar	Kína núðluréttur, kryddbrauð, kjúklingaréttur	Orkudrykkjarverkefni unnið í tíma
3. vika 22. - 28. janúar	Pizza, ítalskt pasta, eplakaka, hakk og spaghetí	
4. vika 29. janúar - 4. febrúar	Frönsk súkkulaðikaka, vöflur, heitur réttur	
5. vika 5. - 11. febrúar	Snúðakaka, hvítlauksbrauð, burrito, brauðbollur/múslí bollur,	
6. vika 12. - 18. febrúar	Möndlukaka, vefjur, fléttubrauð	
7. vika 19. - 25. Febrúar <i>Þemadagur</i>	Snittur, skúffukaka	Næringardagbók
8. vika 26. febrúar - 3. Mars <i>Námsmatsdagur</i>	Mexíkósúpa og brauð, Mexíkó lasagne, Nutella bananabrauð, rískökur	
9. vika 4. - 10. mars <i>Miðannarmat</i>	Þýskar brauðkringlur, snitsel, súkkulaðikaka	
10. vika 11. - 17. mars	Pizza, ítalskt pasta, churros	
11. vika 18. - 24. mars <i>Starfshlaup – Þáskafri hefst</i>	Naan brauð, indverskur kjúklingur, grænmetisvefjur	
12. vika 2. - 7. apríl	Skinkuhorn, grænmetissúpa, hjónabandssæla, kleinur	
13. vika 8. - 14. apríl	Snittubrauð, danskar kjötbollur, Silvíukaka,	Uppáhalds-uppskrift
14. vika 15. - 21. apríl	Sjónvarpskaka, kjúklingaréttur, kanilsnúðar/pizzusnúðar	
15. vika 22. - 28. apríl <i>Sumardagurinn fyrsti</i>	Kjúklingur í pestó, döðlugott, pastaréttur	
16. vika 29. apríl - 5. maí	Lakkrístoppar, smákökur með súkkulaðiþerlum, karamellusmákökur	
17. vika 6. – 10. maí	Útikennsla, grillaðar pylsur, muffins	

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Guðbjörg Rúna Vilhjálmstöttir Woods