

**Náms- og kennsluáætlun - Vorönn 2023****MATR1AM05**

Kennari	Nína María Gústavsdóttir, nina.gustavsdottir@fss.is.		
Viðtalstími	Mánudaga kl. 14:10-14:50.		
Námsefni	Efni frá kennara af veraldarvef. Allt námsefni er hægt að nálgast á Innu.		
Áfangalýsing	Áhersla er lögð á fjölbreyttar uppskriftir, bæði íslenskar og erlendar. Nemendur kynnast mismunandi matreiðslu- og bakstursaðferðum. Nemendur læra um meðferð matvæla, nýtingu þeirra og frágang. Einnig er meðhöndlun helstu tækja og eldhúsáhalda hluti af náminu. 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 kostnað heimilisuppihalds. Í þessum áfanga er efnisgjald 12.000 kr.		

Námsmat og vægi námsmatsþátta	Til að ná áfanga 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.		
	Símatsáfangi ☐	Lokapróf ☐	Sleppikerfi ☐
	Heiti		Vægi
	Verkefni frá kennara		30%
	Virgni í kennslustundum		20%
	Mæting		50%
	Samtals		100%

Reglur áfanga	Notkun á snjallsímum er ekki leyfileg í tímum nema með leyfi kennara. Slökkt skal vera á hringingum og að handleika símann í kennslustund af hreinlætisástæðum.
----------------------	---

Þekking	Leikni
Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á: - Einföldum bakstri og matreiðsluaðferðum - Meðferð matvæla - Eldhúsáhöldum og tækjum í eldhúsinu - Góðu hráefni og hagkvæmni í innkaupum - Uppskriftum - Mikilvægi hreinlætis - Matarmenningu annarra þjóða	Nemandi skal hafa öðlast leikni í að: - 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 - Reikna næringargildi í fæðunni
Hæfni	
Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að: - Matreiða fjölbreytta rétti - Þekkja næringarefnin 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		
Tímasókn	16 vikur x 4 klst.	64 klst.
Undirbúningur fyrir tíma	16 vikur x 1 klst.	19 klst.
Verkefni unnið utan skóla	20 klst.	24 klst.
Alls		107 klst. = 5 fein*

Annað sem kennari vill láta koma fram	Þar sem kennslustundin er einungis 55 mínútur þá vinnum við einu sinni í viku í 85 mínútur og í staðinn er frí í eina kennslustund aðra hverja viku.
---	---

Virðing, samvinna og árangur

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum
1. vika 5. - 8. janúar	Farið yfir reglur í vinnueldhúsi. Hreinlætis- og örverufræði.	
2. vika 9. - 15. janúar	Auðveldur bakstur: Kryddbrauð. Súkkulaðiþitakökur. Sesambollur. Muffins.	
3. vika 16. - 22. janúar	Aspassúpa og brauð. TikTok pasta. Vöflur. 😊	
4. vika 23. - 29. janúar	Hjónabandssæla. Bleikja með pestó og Focaccia. Hnútar. Kúmenkringlur.	
5. vika 30. janúar - 5. febrúar	Hamborgari og kartöflubátar. Eggjakaka. Pítsasnúðar. 😊	
6. vika 6. - 12. febrúar	Múslíbollur. Núðlur. Pastaréttur og hvítlauksbrauð. Kjúklingaréttur.	
7. vika 13. - 19. febrúar	Mexico fiskur og brauð. Tebollur. Skinkuhorn. 😊	
8. vika 20. - 26. Febrúar <i>Uppbrotsdagur 21.2.</i>	Bollur. Grænmetisvefjur. Möndlukaka. Aðstoð við verkefnavinna.	
9. vika 27. febrúar - 5. Mars <i>Námsmatsdagur 2.3.</i>	Píta. Brauðstangir. Fajitas. 😊	
10. vika 6. - 12. mars <i>Miðannarmat 7.3.</i>	Aðstoð við verkefnavinna. Hakk&Spaghetti. Sjónvarpskaka. Bananabrauð.	Skil á verkefni 7. mars
11. vika 13. - 19. mars	Skúffukaka. Hrákaka. Kjúklingaréttur. 😊	
12. vika 20. - 26. mars	Fléttubrauð. Eplakaka. Stoðtími. Marmarakaka.	
13. vika 27.mars - 2. apríl <i>Starfshlaup 31.3. - Páskafri</i>	Brauðréttur. Pítsa. Formkaka. 😊	
14. vika 11. - 16. apríl	Silvíukaka. Lasagne. Pönnukökur. Soft Pretzels.	
15. vika 17. - 23. apríl <i>Sumardagurinn fyrsti 20.4.</i>	Þristakaka. Kanilsnúðar. 😊	
16. vika 24. - 30. apríl	Frjáls bakstur úr því hráefni sem til er. 😊	
17. vika 1. - 7. maí	Frjáls bakstur úr því hráefni sem til er. 😊	
18. vika 8. - 10. maí	Frjáls bakstur úr því hráefni sem til er.	

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Nína María Gústavsdóttir