

Mål för arbetsområdet Näringslära, Hem och konsumentkunskap

Tidsåtgång: 7 lektonstillfällen, 130 minuter/gång i åk 9.

Arbetsmaterieell: Läroboken sid 5-31, arbetshäfte och arbetsblad

Dina förmågor som vi bedömer är:

Planera och **tillaga** mat och måltider för olika situationer och sammanhang.

Hantera och **lösa praktiska situationer** i hemmet och **värdera** val och handling i hemmet som konsument samt utifrån perspektivet hållbar utveckling.

Eleven ska:

*Kunna våra sex näringämnen

*Tala om i vilka livsmedel som man hittar näringsämnet

*Kunna praktiskt sätta ihop måltider där man kan berätta vilka näringsämnen man får i sig och vad de är bra för.

*Ge kostråd

*Känna till våra välevnad sjukdomar och ha lite kunskap om vad man ska göra för att motverka dessa

*Jämföra recept och beräkna mängder vid matlagning

*Skapa egna recept

Hur ska kunskapsmålen nås?

.....Jo, genom att eleven:

*Läser om näringsämnet i boken

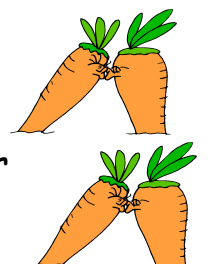
*Tillagar en måltid där man har tänkt lite extra på näringsämnet.

*Arbetar med sitt personliga arbetshäfte och fyller i fakta om näringsämnet

*Är uppmärksam vid genomgångar

Förväntningar på eleven:

*Att eleven gör sitt bästa och tar ansvar för sitt arbete, är noggrann, följer instruktioner samt är aktiv på lektionerna. Tänker "miljösmarta tankar" och även försöker genomföra dessa.K



Vad kommer att bedömas speciellt:

- *Ditt arbete med näringslärahäftet och ditt val av mat.
- *Hur jobbar du i köket och kan du samarbeta.
- *Vilka livsmedelsval gör du när du lagar mat.
- *Tänker du ut miljösynpunkt?
- * Använder du dig av tallriksmodellen?

Betygskriterier.

E:

Planera en väl sammansatt måltid, där du visar att du har kunskap om mat och hälsa med t ex tallriksmodellen.

C:

Du förklarar dessutom utförligt varför du valt de livsmedel du använde.

A: Förutom det som står på de övriga betygskriterier så jämför du flera livsmedel och reflekterar över för och nackdelar, du argumenterar utförligt för din ståndpunkt. Du tänker på pris, miljö, och näringsinnehåll.

Examination:

Inlämning av det personliga näringslärahäftet och skriftligt prov. Vid behov muntligt prov.

Under varje lektion gör vi en utvärdering och ser hur det har gått och vad som behöver förbättras.

Lycka till med dina hemkunskapsmål

Elisabeth

