

Årsplan for hjemkundskab 6. klasse 2021-2022

Periode	Emner	Aktiviteter/retter	Formål og mål
Uge 32-40	Basis	I dette forløb skal eleverne bl.a. introduceres til arbejdsgange og rutiner, når der arbejdes i skolekøkkenet. Herudover arbejdes der med hygiejne.	Eleverne skal vide, hvor de forskellige ting befinder sig, og hvordan forskellige køkkenredskaber ser ud og virker. De skal desuden have kendskab til opskriftens opbygning samt få en forståelse for vigtigheden i at kunne læse og følge en opskrift ud fra faglig læsning.
Uge 41	<i>Birkedal</i>		
Uge 42	<i>Efterårsferie</i>		
Uge 43-46	Din heldige kartoffel	Kend din kartoffel Kartoflens historie De mange tilberedningsformer Kartoffelmenuen	I dette forløb sættes der fokus på måltider med kartoflen. Målet er, at eleverne igennem praktiske, teoretiske og eksperimenterende opgaver tilegner sig viden om kartoflens ernæringsmæssige og historiske betydning i danskernes kost og kultur. De skal i den forbindelse desuden lære om forskellige kartoffeltyper og deres anvendelse.
Uge 47-51	Julebag og julemad	I dette forløb skal eleverne arbejde med danske og nordiske juletraditioner. De skal undersøge, hvilke juletraditioner vi har i Danmark, og sammenligne med de andre nordiske landes traditioner. Desuden skal der fremstilles konfekt og	I dette forløb skal eleverne have kendskab til forskellige slags julemad og traditioner.

		juleknaas ud fra tilhørende teknikker og metoder, ligesom der skal arbejdes med æstetisk udtryk og sansninger.	
Uge 52-1	Juleferie		
Uge 2-5	Hvad er sund kost ?	<p>Forløbet bliver indledt med, at eleverne skal lave en plakat, som afspejler deres syn på sundhed. Denne plakat er samtidig ramme for evalueringen af forløbet. Her skal eleverne forsøge at opdatere deres plakat, og i den proces bliver de opmærksomme på eventuelle ændringer.</p> <p>I forløbet arbejdes der med elevernes opfattelse af og syn på sundhed.</p> <p>I forløbet arbejdes der med fokus på det positive og brede sundhedsbegreb.</p>	<p>Eleverne kan fortælle, hvilken betydning sundhed har for deres hverdag.</p> <p>Eleverne kan sammensætte et måltid ud fra kostenbefalinger.</p> <p>Eleverne kan forklare, hvilken betydning motion har for sundhed.</p>
Uge 6	Litteraturuge		
Uge 7	Vinterferie		
Uge 8	Introduktion til de 5 grundsmage; Sødt, salt, surt, bittert og umami	Eleverne skal, ud fra den viden de får om de 5 grundsmage, selv sammensætte menuer, hvor enten nogle af de 5 grundsmage er repræsenteret eller hvor alle 5 grundsmage er i måltidet.	<p>Her skal eleverne have kendskab til de 5 grundsmage og hvad der karakteriserer dem.</p> <p>Eleverne skal have kendskab til, at et måltid ikke kun er noget, de spiser for at få energi og blive mætte. De skal lære, at mad er forbundet med minder, sanser og følelser. Smag og sanser har stor betydning for, at et</p>

			måltid bliver velsmagende. De skal derfor i dette forløb stifte bekendtskab med de fem grundsmage og lære, hvordan de tilbereder, eksperimenterer og udvikler opskrifter, som taler til alle grundsmage og sanser.
Uge 9-14	De 5 grundsmage		<p>Her skal eleverne have kendskab til de 5 grundsmage og hvad der karakteriserer dem.</p> <p>Eleverne skal have kendskab til, at et måltid ikke kun er noget, de spiser for at få energi og blive mætte. De skal lære, at mad er forbundet med minder, sanser og følelser. Smag og sanser har stor betydning for, at et måltid bliver velsmagende. De skal derfor i dette forløb stifte bekendtskab med de fem grundsmage og lære, hvordan de tilbereder, eksperimenterer og udvikler opskrifter, som taler til alle grundsmage og sanser.</p>
Uge 15	Påskeferie		
Uge 16-20	Fastfood	<p>Hvad er fastfood?</p> <p>Er fastfood altid usundt?</p> <p>Pizza, burger, pomfritter, mm.</p>	Eleverne skal tilegne sig viden om fastfood. De skal have kendskab til, hvilken betydning det har for kroppen, hvis man indtager for meget fastfood. Desuden skal de sammenligne købt fastfood og

			hjemmelavet fastfood ud fra et ernæringsmæssigt perspektiv og arbejde eksperimenterende med at fremstille fastfood fra bunden.
Uge 21-26	"Mad trends"	Tur til torvehallerne Lave mad, der lever op til forskellige koncepter som <i>rawfood</i> , <i>stenalderkost</i> , <i>palæo</i> , <i>nordisk mad</i> .	Eleverne skal have viden om de forskellige mad trends og tendenser, der er oppe i tiden.

Udarbejdet af Rebecca Bach Manstrup. Der tages forbehold for ændringer.