

Lektionsplanering

Årskurs: 6

Ämne: Hem- och konsumentkunskap

Tema: Verktyg och metoder

Koppling till styrdokument

Centralt innehåll

I årskurs 1–6 ska undervisningen om matlagning inkludera enkla metoder för matlagning, däribland bakning. Eleverna ska lära sig att planera, organisera och utvärdera sitt arbete samt följa instruktioner och recept. Det är också väsentligt att diskutera upplevelser av smak, doft och konsistens, samt att förstå hur redskap och teknik används på ett säkert sätt.

Kunskapskrav

Eleven tillagar enkla måltider och hanterar andra praktiska uppgifter som förekommer i ett hem genom att använda i huvudsak fungerande tillvägagångssätt. Dessutom ger eleven exempel på olika sätt att spara och betala samt beskriver på ett enkelt sätt vad som kan påverka konsumtionsval.

Lärarledda instruktioner

Introduktion till verktyg i köket (10 min)

- Presentera de vanligaste köksredskapen och deras användning.
- Diskutera vikten av att använda rätt verktyg för olika uppgifter.
- Ge exempel på säkerhetsåtgärder vid användning av olika köksverktyg.

Matlagningsmetoder (15 min)

- Gå igenom olika matlagningsmetoder, såsom kokning, stekning och bakning.
- Diskutera vilka verktyg som behövs för var och en av dessa metoder.
- Visa ett kort demonstrationsklipp på respektive metod.

Hygien och säkerhet vid matlagning (10 min)

- Förklara vikten av livsmedelssäkerhet och hygien i köket.
- Gå igenom grundläggande hygienregler, inklusive handtvätt och rena ytor.
- Diskutera vikten av att hålla råvaror separerade för att undvika

korskontaminering.

Praktisk övning: Matlagning utifrån recept (10 min)

- Dela ut recept där eleverna får använda olika verktyg och metoder.
- Genomför en gemensam planering för hur övningen ska genomföras.

Aktivitet

Eleverna ska tillsammans laga en enkel maträtt som ska följa det lärarledda momentet om matlagning och verktyg. Under aktiviteten kommer de att använda sig av olika köksredskap och tillämpa hygien- och säkerhetsprinciper. Detta ger dem möjlighet att praktiskt tillämpa sina kunskaper om verktygens funktion och betydelse.

Beräknad tidsåtgång: 30 minuter.

Exit-ticket

1. Vilka köksverktyg är de mest grundläggande för matlagning?
Svar: Kniv, skärbräda, kastrull, stekpanna.
2. Vad är en viktig säkerhetsåtgärd när man använder en kniv?
Svar: Hålla kniven vass och använda den på en stabil yta.
3. Nämn två olika matlagningsmetoder.
Svar: Koka och steka.
4. Hur kan vi förhindra korskontaminering i köket?
Svar: Genom att separera råa och tillagade livsmedel och rengöra ytor.
5. Varför är hygien viktigt vid matlagning?
Svar: För att förhindra sjukdomar och säkerställa att maten är säker att äta.

Hemläxa

Skriv en kort uppsats (200-300 ord) om en typ av köksredskap: dess funktion, hur man använder det korrekt och varför det är viktigt i matlagning.

Fördjupningsuppgift

Som fördjupningsuppgift ska eleverna välja en typ av matlagningsmetod (exempelvis grillning) och utföra en forskningsuppgift där de ska undersöka dess historia, traditioner och olika sätt att tillaga maträtten, samt presentera resultaten för klassen.

Förslag för nästa lektion

Ämnesområde: Matlagningstekniker och deras tillämpning.

I nästa lektion fokuseras på att skapa egna recept utifrån de matlagningstekniker som diskuterats. Det kommer att vara viktigt att förstå hur man kan kombinera olika tekniker för att skapa en balanserad måltid med tanke på näringsvärde och smak.

En sådan lektion blir relevant då den uppmuntrar kreativitet och självständighet i köket, vilket är centralt i läroplanen för hem- och konsumentkunskap.

Förberedelser

- Förbereda material och verktyg som behövs för aktiviteten.
- Förbereda recept och instruktionsblad för eleverna.
- Säkerställa att köket och arbetsytorna är rena och organiserade.

Tags: [Lektion](#)