Lektionsplanering

Årskurs: Åk. 6
Ämne: Hem- och konsumentkunskap
Tema: Hygien i köket

Koppling till styrdokument

Centralt innehåll	Betygskriterium (E)
Hygien och livsmedelssäkerhet i samband med hantering, tillagning och förvaring av livsmedel.	Eleven medverkar i att tillaga enkla måltider och hantera andra praktiska uppgifter som förekommer i ett hem genom att använda i huvudsak fungerande tillvägagångssätt.

[Lgr22, Hem- och konsumentkunskap, Åk. 6]

Lärarledda instruktioner

1. Introduktion till hygien i köket (10 min)

- Förklara vikten av hygien i köket och dess påverkan på hälsa.
- Diskutera vanliga bakterier och hur de kan påverka livsmedel.
- Gå igenom syftet med dagens lektion.
- Visa exempel på goda och dåliga hygienvanor.

2. Genomgång av livsmedelssäkerhet (15 min)

- Gå igenom begreppen livsmedelsförvaring och -hantering.
- Diskutera hur olika typer av livsmedel bör förvaras.
- Följ upp med frågor om vad eleverna vet om förvaring av mat.
- Vispa upp intresset med exempel på livsmedelsburna sjukdomar.

3. Praktisk övning: Rengöring av köksredskap (15 min)

- Instruera eleverna att dela in sig i grupper.
- Ge varje grupp olika köksredskap för rengöring.
- Diskutera hur man effektivt rengör dessa redskap.
- Ge tid för praktisk övning av rengöring.

4. Sammanfattning och diskussion (10 min)

- Samla klassen för att diskutera vad de lärt sig.
- Ställ frågor om hygienens betydelse i köket.
- Återkoppla på tidigare diskussioner om livsmedelssäkerhet.

- Inskärpa vikten av att ha en ren arbetsmiljö.

Ämnesinnehåll

Här listas viktig kunskap och ämnesinnehåll som eleverna behöver känna till eller lära sig i undervisningen. Försök se till att allt nedan tas upp på lektionen eller följs upp på andra sätt.

- **Livsmedelssäkerhet:** Hygienska rutiner och livsmedelsskydd är grundläggande för en säker matlagning. Detta innebär att vara medveten om hur livsmedel kan förorenas och hur dessa risker kan minskas genom goda rutiner.
- **Hantering av köksredskap:** Rätt användning och rengöring av köksredskap kan förhindra spridning av bakterier. Det är viktigt att eleverna lär sig hur man tar hand om sina redskap på rätt sätt.
- **Förvaring av livsmedel:** Det är avgörande att förstå hur olika livsmedel bör förvaras för att förhindra matförgiftning. Kylskåp och skafferifunktioner kan diskuteras här.
- **Rengöringsmetoder:** Olika metoder för rengöring och desinficering av köksytor och redskap. Djupdykning i effektiva hygienstandarder kan vara av värde.
- **Bakteriers påverkan:** Genom att diskutera olika bakteriers påverkan på hälsan kan eleverna få större förståelse för vikten av hygien.

Ordkollen

Ord	Förklaring	Etymologi
Hygien	Åtgärder för att säkerställa renlighet och hälsa.	Franska “hygiène”, av grekiska “hygieia”.
Livsmedel	Ämnen som är avsedda att ätas eller drickas.	Från svenska “livsmedel”, där “liv” kopplas till behov av mat.
Desinficering	Åtgärd för att döda mikroorganismer på ytor.	Latin “disinfectio”, där “dis-” betyder att avlägsna.

Diskussionsfrågor

- A. Vilka andra metoder kan vi använda för att säkerställa livsmedelssäkerhet i våra hem?
- B. Hur skulle du förklara principiella hygienmetoder till någon som aldrig har lagat mat innan?
- C. Tänk på en situation där dålig hygien kan leda till en matförgiftning. Hur kan vi undvika det?

Aktivitet

Eleverna ska genomföra en praktisk övning där de får arbeta med köksredskap och läkemedelsprodukter som används för rengöring. De ska förbereda en kort presentation om hygienmetoder, där de visualiserar hur man rengör ett specifikt redskap eller yta. Varje grupp ska diskutera sin metod och demonstrera vad de har lärt sig om hygien i hantering av livsmedel.

Exit-ticket

Frågor	Svar
1. Vad är hygien?	Säkerställande av renlighet för att undvika sjukdom.
2. Varför är livsmedelssäkerhet viktigt?	För att skydda oss mot sjukdomar.
3. Ge exempel på en bakterie som kan påverka livsmedel.	Salmonella.
4. Hur ska man förvara kött?	I kylskåp vid låg temperatur för att hindra tillväxt av bakterier.
5. Vad innebär desinficering?	Att döda patogener på ytor.
6. Nämn ett sätt att förhindra korskontaminering.	Använda separata skärbrädor för kött och grönsaker.
7. Vilket redskap är viktigt för rengöring?	Svamp eller trasor.
8. Hur ska du tvätta händerna?	Med tvål och vatten i minst 20 sekunder.

Hemuppgift

En hemuppgift kopplad till hygien i köket kan vara att eleverna ska skapa en egen incheckningslista för hygienrutiner i hemmet. De ska inkludera aspekter av livsmedelssäkerhet och rengöring av köksutrustning, och kunna presentera detta för klassen vid nästa lektion.

Citat

”God hälsa är rikedomens största klenod.” – Virgil, ungefär 70 f.Kr. Citatet knyter an till vårt tema genom att understryka vikten av hygien och hälsa.

Tags: Lektion