

Veckoplanering

****Årskurs:**** årskurs 8

****Ämne:**** Hemkunskap

****Tema:**** Hållbar mat

Denna planering syftar till att ge eleverna en djupare förståelse för hållbar matproduktion och konsumtion. Eleverna kommer att utforska olika aspekter av hållbarhet i matlagning och livsmedelsval, samt lära sig att tillaga och planera hälsosamma, hållbara måltider.

1. Introduktion till hållbar mat och dess betydelse

Undervisningen under dessa veckor syftar till att introducera eleverna till begreppet hållbarhet inom mat och hur deras val kan påverka miljön. Vi kommer att diskutera fördelarna med säsongsbetonad och lokalproducerad mat.

| Centralt innehåll | Betygskriterium (E) |

|-----|

|-----|

| Hållbarhet och miljöpåverkan av olika livsmedel. | Eleven kan redogöra för några faktorer som påverkar de egna matvalen. |

| Känna till olika typer av hållbara livsmedel och dess ursprung. | |

| (Lgr 22, Hemkunskap, åk 7-9) | |

v. 2 - Introduktion till hållbar mat (8/1-14/1)

- Lektion 1 - Introduktion till hållbar mat, diskussion om begreppet.

v. 3 - Hållbarhetsfrågor i matproduktion (15/1-21/1)

- Lektion 2 - Föreläsning om hållbarhetsfrågor i matproduktion.

v. 4 - Säsongsbetonad och lokal mat (22/1-28/1)

- Lektion 3 - Genomgång av säsongsbetonad och lokalproducerad mat.

v. 5 - Planering av hållbar måltid (29/1-4/2)

- Lektion 4 - Planera en hållbar måltid med fokus på inköpsval.

v. 6 - Tillagning av hållbar måltid (5/2-11/2)

- Lektion 5 - Praktisk tillagning av den hållbara måltiden.

v. 7 - Reflektion över matval och hållbarhet (12/2-18/2)

- Lektion 6 - Reflektion och diskussion kring matens påverkan på miljön.

v. 8 - LOV: Sportlov (19/2-25/2)

- Lov: Inga lektioner.

v. 9 - Enkla återanvändningsmetoder i köket (26/2-3/3)

- Lektion 7 - Diskussion kring hur man kan återanvända mat och minska

matsvinn.

v. 10 - Miljövänliga livsmedelsval (4/3-10/3)

- Lektion 8 - Genomgång av miljövänliga livsmedelsval.

v. 11 - Tema hållbar mat (11/3-17/3)

- Lektion 9 - Sammanfattning och presentation av lärdomar om hållbar mat.

v. 12 - Avslutande diskussion och utvärdering (18/3-24/3)

- Lektion 10 - Avslutande diskussion och utvärdering av kursens innehåll.

Tags: [Planering](#)