

Terminsplanering

Årskurs: 7

Ämne: Hemkunskap – “Matlagning och näringslära”

Tema: Matlagning och näringslära

Denna planering syftar till att fördjupa elevernas kunskaper om matlagning, näringslära och kostens betydelse för hälsa, vilket följer Lgr 22:s riktlinjer för ämnet hemkunskap.

Matlagning och näringslära (7 jan - 11 jun)

V.2

- Lektion 1: Introduktion till vårterminens ämnen

V.3

- Lektion 2: Näringslära – fördjupning i olika näringsämnen

V.4

- Lektion 3: Hälsosamma matval och kosthållning

V.5

- Lektion 4: Praktisk övning: Tillagning av en hälsosam lunch

V.6

- Lektion 5: Miljöpåverkan av mat – hållbarhet i kostval

V.7

- Lektion 6: Presentation av olika matkulturer

V.8

- Lektion 7: Praktisk övning: Matlagning från en vald matkultur

V.9

(Sportlov, inga lektioner)

V.10

- Lektion 8: Högtider och mattraditioner

V.11

- Lektion 9: Praktisk övning: Temamiddag för en högtid

V.12

- Lektion 10: Kvalitetsbedömning av mat - smak och konsistens

V.13

- Lektion 11: Hemekonomi - budgetering för matinköp

V.14

- Lektion 12: Skrivning av recept och planering för kommande övningar

V.15

- Lektion 13: Praktisk övning: Tillagning av en måltid från eget recept

V.16

(Påsklov, inga lektioner)

V.17

- Lektion 14: Matlagningstekniker - fördjupning

V.18

- Lektion 15: Återvinning och avfallshantering i köket

V.19

- Lektion 16: Repetition av terminens material

V.20

- Lektion 17: Bedömning: Redovisning av individuellt projekt

V.21

- Lektion 18: Avslutande diskussion och utvärdering av terminen

V.22

- Lektion 19: Reflektion över lärdomar och framtida mål

V.23

- Lektion 20: Avslutande aktivitet och festmåltid

V.24

- Lektion 21: Utvärdering och avslutning av terminen

Planeringen är skapad för att täcka hela vårterminen utan avbrott och innehåller bedömningstillfällen för att hjälpa eleverna reflektera över sina kunskaper. Om du har några ändringar eller tillägg, var vänlig meddela mig!

Tags: [Planering](#)