HK – 2018/2019

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tillfälle** | **År 8** | **Boks.** | **År 9** | **Boks.** |
| **1** | **Introduktion**  Hur fungerar HK? Hur är lektionerna – kursplan, förhållningssätt | 151-153 | **Introduktion**  Repetition, livsmedel,  Redskap, Kursplan |  |
| **2** | **Redskaps/Livsmedelskunskap**  Praktiskt tillfälle | 61-68, 149  151-153,  193 | **Konsumentekonomi** | 114-117  125 |
| **3** | **Redskaps/Livsmedelstest**  Praktiskt: Årstidsbaserat | 271 | **Konsumentekonomi** | 118-119 126-130 |
| **4** | **Mat, måltider och hälsa**  Praktiskt: Frukost, koka ägg, gröt | 4-11, 19-21  158 | **Konsumentekonomi** |  |
| **5** | **Mat, måltider och hälsa**  Praktiskt: Mellanmål | 7-9, 22-31,  283 | **Konsumentekonomi**  Lagar: PowerPoint  Praktiskt: Pizza, prisjämförelse | 131-140 |
| **6** | **Mat, måltider och hälsa**  Praktiskt: provsmakning | 12, 33-39 | **Konsumentekonomi**  Repetera inför prov | 114-140 |
| **7** | **Mat, måltider och hälsa**  Repetition  Praktiskt: Smoothie | 4-39 | **Konsumentekonomi**  Prov  Inför Egna recept lektionen, beräkna budget |  |
| **8** | **Mat, måltider och hälsa**  Prov  Praktiskt: Kräm |  | **Egna recept**  Köttfärs |  |
| **9** | **Tillagningsmetoder**  Genomgång av bakning (lärarledd) | 164-165 | **Städ Tvätt – stationer**  **Praktiskt prov** | 97-113 |
| **10** | **Tillagningsmetoder**  Bakning, repetition och praktiskt utförande | 184-188 | **S.M.A.R.T** |  |
| **11** | **Tillagningsmetoder**  Koka, steka, reda  Praktiskt: Potatis, köttbullar, sås |  | **Hygien**  Praktiskt prov: Kyckling | 142-145 |
| **12** | **Miljö och livsstil**  Varför? Vad är det? S.M.A.R.T.  Praktiskt: potatis och purjosoppa | 18, 86-96, 240 | **Här är ditt kylskåp**  H.E.M.-medveten måltid | Hälsa  Ekonomi  Miljö |
| **13** | **Miljö och livsstil**  Märkningar, Filmfestival | 47-49 | **Här är ditt kylskåp**  H.E.M.-medveten måltid | Hälsa  Ekonomi  Miljö |
| **14** | **Miljö och livsstil**  Butiksundersökning |  | **Praktiskt prov**  Bakning |  |
| **15** | **Miljö och livsstil**  Hur gick butiksundersökningen?  Repetera S.M.A.R.T.  Praktisk: Säsongsanpassad gino | 18  264 | **Avslutningsmiddag** |  |
| **16** | **Tillagningsmetoder**  Bakning | 192-193 |  |  |
| **17** | **Städ** |  |  |  |