

Linjens formål:

- Bidrage til at skabe en forståelse for, hvad kost og sundhed betyder for det enkelte menneske, samfundet, naturen og miljøet.
- Lære at indgå i arbejds- og undervisningsfællesskaber på en etisk, demokratisk og forsvarlig måde.
- Medvirke i den offentlige debat om kost og sundhed.

Mål:

- at eleverne får indsigt i konkrete opgaver i et dagligt hverdagsliv
- at eleverne tilegner sig viden indenfor krop-kost-sundhed
- at eleverne får indsigt og forståelse for sundhed og livskvalitet
- at eleverne gennem undervisning gør sig erfaringer og tilegner sig viden indenfor madlavning og rengøring gennem konkrete praktiske undervisningsopgaver

Indhold:

Kost Tilberedning af mad ud fra sunde ernæringsprincipper, ernæringslære, køkkenhygiejne, egenkontrol, menuplanlægning, indkøb, mål og vægt, servering, oprydning og rengøring. Eleverne lærer desuden at blive fortrolige med et storkøkkens mange forskellige redskaber, maskiner og inventar.

Krop Personlig hygiejne og ergonomi.

Sundhed Samarbejde, kommunikation, fællesskab, sociale spilleregler, trivsel, fysisk/ psykisk- og mental sundhed.

Beskrivelse af praksis

På denne linje arbejder eleverne med **“hverdagslivet”** som omdrejningspunkt.

Eleverne vil møde et undervisningsforløb, hvor indholdet er tilpasset den enkeltes forudsætninger. De praktiske undervisningsopgaver vil blive løst i forbindelse med skolens dagligdag (madlavning ud fra skolens kostpolitik, borddækning, rengøring af køkken og spisesal, vaskeri).

Opgaver til ”fælles bedste”:

- Varetage madlavningen til skolens elever og personale, fordele køkkenopgaver, varetage rengøringen på skolens fællesområder, vask af skolens vasketøj

Almene skolefag: Dansk, Matematik, Engelsk

Undervisningsplan for valgforløb 2

Tema: Ungdomsliv

1. Mål og indhold

At eleverne tilegner sig færdigheder inden for køkken og sundhed gennem undervisning i:	At eleverne tilegner sig færdigheder inden for dansk, matematik og engelsk gennem undervisning i:
<ul style="list-style-type: none">• Tilberedning af dagens måltider• Levnedsmiddelhygiejne og egenkontrol• Rengøring af køkken og fællesarealer• Borddækning• Tøjvask• Menuplanlægning• Opskrifter• Samarbejde og kommunikation• Temaugue med tilberedning af klima-venligt mad• Linjedag: Tapas	<ul style="list-style-type: none">• "Hvem er jeg". Styrker og svagheder.• Fysisk/ psykisk sundhed• Seksualundervisning• Rusmidler• Film og cases om venskab og trivsel• Medborgerskab• Temaugue: "Klimavenligt mad"• Areal og brøker• Procentregning og handelsregning• Evaluering

2. De almene skolefag (svarende til ½ time daglig undervisning)

Fag	Emne	Indhold
Dansk	Læsning Lytning	Opskriftlæsning Søgning og udvælgelse af opskrifter. Få viden om ernæring, varieret og sund kost.
Dansk	Kommunikation Læsning Fortolkning Lytning	Eleven skal blive klogere på sig selv gennem arbejdet med ”hvem er jeg”, seksualundervisning og film. Eleverne arbejder i mindre grupper med cases omkring samarbejde. Eleven bliver undervist om rusmidler, euforiserende stoffer og festkultur. På linjedagen og i vores temauge arbejder vi med ”klima-venligt mad”. Eleven undervises i, hvad kosten har af betydning for vores trivsel, fysisk og psykisk sundhed.
Matematik	Tal og algebra	Tilretning af opskrifter, gange op/ned/lægge sammen og opsætning af opskrifter og menuplaner. En leg med tal som tager udgangspunkt i initiativ, styring, overblik og talforståelse.
Matematik	Tal og algebra	Handelsregning <ul style="list-style-type: none">• Hvad koster varen – rabat – pris – besparelse i kr. og procent?• Hvad koster 1 rugbrød købt i Fakta, og hvad koster 1 hjemmebagt rugbrød?• Hvor mange rugbrød bages og spises på en uge på efterskolen – pris?• Håndsæbe – 1 billig, 1 mellem, 1 dyr og 1 hjemmelavet. Prisforskel – hvad er bedst?• Vandforbrug ved rengøring af spisesal – kubikmeter og pris – vandforbrug ved 1 brusebad i 5 min – pris%?• Lommepenge – ved brug af App ”Lommebudget”

Fag	Emne	Indhold
		<p>Overslagsregning</p> <ul style="list-style-type: none">• Boller på plade – 3 vandret og 5 lodret – hvor mange på hver plade – hvor mange plader, når der skal laves 150 boller?• Dele og fordoble – 1 rund kage skal deles i 8 lige store stykker – 1 hel/ i 1/2/ i 1/4/1/8 – hvor mange kager ca. til 120 personer? <p>Procentregning/brøker</p> <ul style="list-style-type: none">• 100 elever i spisesalen – 20 er hjemme – hvor mange % er hjemme?• Du har set et par bukser til 699 kr. Der er 20% rabat – Hvad koster bukserne?• En lagkage skal deles mellem 10 elever. Hvor stor en brøkdel får de hver?• $\frac{3}{4}$ del – Hvor mange % er det?
Matematik	Geometri og måling	<p>Areal</p> <ul style="list-style-type: none">• Måle størrelse på mellemgangen – areal i alt?• Måle størrelsen på måtten – Hvor mange måtter skal der til for at fylde hele gangen?• Areal af bord i spisesalen? – hvor meget plads til hver af de 6 personer ved bordet?• Hvor langt skal bordet være, hvis der skal sidde 100 personer ved bordet?• Måle areal af døre og vinduer <p>Rumfang og rumindhold</p> <ul style="list-style-type: none">• Hvor meget fylder 5 rå gulerødder? Hvor meget fylder 5 revne gulerødder?• Hvor mange deciliter skal der til at fylde 1 liter?

Fag	Emne	Indhold
		<ul style="list-style-type: none">• Hvor mange deciliter skal der til at fylde en 10 liters spand? Mål, tid og vægt <ul style="list-style-type: none">• Dele og fordoble – 1 kg. = 1000 gram i en pose – fordeles i 2 poser med lige meget i hver pose• Lære at bruge digitale vægte• 1500 gram smør til kagen – hver pakke vejer 250 gram – hvor mange pakker i alt• Kende klokken digitalt/analog• Tidsfornemmelse
Engelsk	Læsning Lytning Samtale	I vores temauge og på vores linjedag undervises eleverne i ”Klimavenligt mad”. Hvilken betydning har kosten på den enkelte elev fysisk/ psykisk/ mentalt? Har klimaforandringer for den enkelte elev, dansker og på verdensplan? Vi ser små videoklip om klimaforandringer fra USA og Kina. På linjedagen laver eleverne Tapas, hvor de laver forskellige retter i mindre grupper. Dagen slutter af med diverse smagsprøver.

3. De praktiske skolefag

Fag	Emner	Indhold
Praktisk linjeundervisning	Madlavning	De 5 arbejdsstationer, kold mad, varm mad, bagning, grønt-rummet, opvask/rengøring.
Praktisk linjeundervisning	Rengøring	Klargøring af skolens spisesal og fællesgang, vaskehus og undervisningslokale. Herunder aftørring af borde, vindueskarme, afvaskning af gelændere, fodlister, døre, tømme skraldespande, pudse vinduer, støvsugning og gulvvask.
Praktisk linjeundervisning	Ernæringslære	Kendskab til råvarerne og deres anvendelsesmuligheder Hvad er fedt – kulhydrater- protein? Tilberedning af dagens måltider med udgangspunkt i skolens kostpolitik.
Praktisk linjeundervisning	Menuplanlægning	Menuplanlægning hvor der tages hensyn til sæson, priser, tema. Hvad kan vi få leveret fra eget gartneri og landbrug, og hvad er vi nødt til at købe?
Praktisk linjeundervisning	Økologi	Hvad forstår vi ved fra jord til bord-princippet, økologi og sund mad? Eleverne undervises i økologi contra konventionelle fødevarer.
Praktisk linjeundervisning	Levnedshygiejne	Hvordan håndterer vi de forskellige fødevarer? Undervisning i krydsterminering. Hvad er egenkontrol og hvordan fungerer det i vores hverdag?
Praktisk linjeundervisning	Materialer og midler	Kendskab til og korrekt brug af et storkøkkens forskellige redskaber, maskiner og inventar. Kendskab til og korrekt brug af de forskellige rengøringsartikler og rengøringsvogne.

Praktisk linjeundervisning	Ergonomi	Kendskab til at bruge sin krop i fysisk arbejde. Gennem øvelser lærer eleverne at løfte, skubbe, trække mv. på den ergonomiske korrekte måde.
Praktisk linjeundervisning	Mål og vægt	Med praktiske forsøg undervises i deciliter, liter, gram, kilo, teskefuld, spiseskefuld.
Praktisk linjeundervisning	Personlig hygiejne, køkkenbeklædning og fodtøj	Krav til- og vigtigheden af en god personlig hygiejne, når der arbejdes med tilberedning af mad til mange, i forhold til ens eget velbefindende og i forhold til kammerater. Krav til køkkenbeklædning og fodtøj i et storkøkken. Håndhygiejne ved borddækning.
Praktisk linjeundervisning	Tøjvask	Eleverne bliver undervist i at vaske deres eget tøj, håndklæder, køkkentøj og klude. Kendskab til og brug af skolens vaskemaskiner og tørretumbler. Læse vaskeanvisninger i tøjet. Sortere efter farve og vaskegrader. Lægge tøjet sammen
Praktisk linjeundervisning	Borddækning	Der dækkes bord i spisesalen til frokost og til aften stilles service frem på rullebord. Traditioner omkring borddækning – hvorfor dækker vi bord, hvilke farver og blomster hører årtiderne til? På temadage, fødselsdage og til højtider pyntes der op i spisesalen.
Praktisk linjeundervisning	Anretning/ servering/ afrydning	Eleverne undervises i anretning/ servering/ afrydning af maden til de forskellige måltider. Forberedelse af servering til måltiderne foregår i elevens fritid. Eleverne trænes i at bidrage til fællesskabet.

4. Organisering af undervisningen

De almene skolefag	På Sundhed undervises eleverne de fire første dage fra kl. 10.45-11.30 På Køkken undervises 2 gange i løbet af valgperioden. Undervisningen placeres på fredage fra 8.45-11.30 i uge 8 med Menuplanlægning til "Klimavenligt mad" og i uge 12 med emnet Ungdomsliv.
Den praktiske undervisning	I køkkenet undervises eleverne i de praktiske fag dagligt fra kl. 8.45-11.30 Fælles temaug: "Klimavenligt mad" i uge 11 På sundhed undervises eleverne i de praktiske fag dagligt fra kl. 8.45-11.30 Linjedag den 24/2, hvor emnet er "Tapas"

5. Evaluering med eleven

Evalueringen foregår mundtligt sammen med eleven.

Elevens udbytte af undervisningen belyses bl.a. gennem 3 faste spørgsmål:

- Hvad har du lavet?
- Hvad har du lært?
- Kunne du tænke dig at vælge linjen igen?