

KOKKEKUNST

På kokkekunst lærer barna å lage enkel, sunn og næringsrik mat basert på gode råvarer. Kurset følger Helsedirektoratets kostråd.

I dette skoleåret skal vi blant annet lære om 5 om dagen, merking av mat og matsvinn. Vi lager mat hvor disse temaene inngår, samt at vi har quizer og ulike oppgaver underveis i kurset. Vi har også blitt en del av matjungelen, som vi tar utgangspunkt i, når vi planlegger øktene på kokkekunst.



Mitt navn er Janne og jeg leder kokkekunst på 4.trinn. Jeg jobber også fast på AKS på 4.trinn.

Grunnen til at jeg har valgt å holde kurs i kokkekunst er fordi jeg liker å lage mat og jeg er opptatt av matens påvirkning på helsen vår. I tillegg har jeg ernæringsfaglig utdanning.



PERIODE 1

MÅL FOR PERIODEN/ TEMA:

Oppstart, regler og rutiner på kjøkkenet.

SAMMENDRAG AV ØKTENE

Uke 36

Dette var første økt på kokkekunst og vi startet med å snakke litt om regler på kjøkkenet. Deretter fikk barna smake på paprika i ulike farger. Så lagde vi tzatziki og hummus og brukte dette som dipp til ulike grønnsaker barna kuttet opp.

Uke 37 – kokkekunst avlyst

Uke 38

Den andre gruppen som egentlig skulle hatt kokkekunst i uke 37, hadde oppstart på kokkekunst i dag. Samme opplegg som i uke 36

Uke 39

Ingen kokkekunst denne uken på grunn av naturfagsuke. Denne uken ble alle faste kurs avlyst, for å ha fokus på naturfag hele uken. Dette er et fellesprosjekt i hele Oslo, der AKS skal ha fokus på naturfag hele uken.

KURSHOLDERS EVALUERING AV PERIODEN

I denne perioden

Denne perioden har vi fokusert på følgende grunnleggende ferdighet:

PERIODE 1 BILDER

UKE 36 og 38



UKE 36 og 38



UKE 36 og 38



PERIODE 2

MÅL FOR PERIODEN/ TEMA:

SAMMENDRAG AV ØKTENE

Uke 41

Uke 42

Uke 43

Uke 44

KURSHOLDERS EVALUERING AV PERIODEN

PERIODE 2 BILDER

UKE

UKE

UKE

UKE

UKE

UKE

UKE

UKE

UKE

UKE

PERIODE 3

MÅL FOR PERIODEN/ TEMA:

NØKKELHULLSMERKET

SAMMENDRAG AV PERIOEDN

Uke 45

Uke 46

Uke 47

Uke 48

AVLYSTE KURS DENNE PERIODEN:

PERIODE 6 - BILDER

UKE 45

UKE 45

UKE 45

UKE 46

UKE 46

UKE 46

UKE 47

UKE 47

UKE 47

UKE 48

UKE 48

UKE 48