

HUSGERNING

Formål

Formålet med undervisningen i husgerning er at give eleverne elementær viden om ernæring og herigennem give dem forståelse for, hvad veltillavet og rigtigt sammensat kost betyder for familiens sundhed og velvære.

Gennem øvelser i madlavning oplæres eleverne til at udnytte de foreliggende næringsmidler på rigtig måde og gennem rengøringsarbejder til at holde et hjem ordent-

ligt og rent med hensyntagen til gældende hygiejniske regler.

Eleverne må endvidere have kendskab til, hvilken økonomisk betydning god husførelse har for den enkelte og samfundet.

Der bør i undervisningen lægges vægt på at orientere eleverne om de sikkerhedsforanstaltninger, det er naturligt at iagttage i forbindelse med hjemmets tekniske hjælpemidler (f. eks. opvarmningskilder, trykko- gere og vaskemaskiner).

Indhold og omfang

6.-7. skoleår.

6. skoleår.

Den teoretiske undervisning:

Elementær næringsmiddellære og varekunds-
skab.

Elementært husholdningsregnskab.

Med henblik på anvendelsen i hushold-
ningen gennemgås gas, elektricitet, vand,
fordampning m. m. Gennemgang af va-
ske- og rengøringsmidler.

Praktisk arbejde:

Elementær madlavning og bagning. Rengø-
ring (herunder behandling og rengøring
af fodtøj), vask, rulning. Borddækning,
servering.

7. skoleår.

Den teoretiske undervisning:

Varekunds- (pris, kvalitet, næringsind-
hold).

Kostlære (sammensætning, økonomi).

Redskabslære, arbejdsstillinger, teknik.

Hygiejne,.

Praktisk arbejde:

Madlavning, bagning, konservering.

Rengøring, vask, mining, strygning.

Såfremt der er valgfri timer i 7. skole-
år, og én eller flere af disse timer anvendes
til husgerning, kan stofområdet uddybes.

8. og 9. klasse.

8. klasse.

Den teoretiske undervisning:

Næringsmiddellære, herunder kostsammen-
sætning, øvelser i kostplanlægning.

Husholdningsregnskab, herunder budget-

lægning, kostberegning. Redskabslære,
herunder arbejdsstillinger.

Barnepleje, herunder spædbarnets ernæ-
ring.

Institutionsbesøg.

Praktisk arbejde:

Madlavning, bagning, konservering.
Rengøring, vask, rulning, strygning, pletterensning.

9. klasse.

Den teoretiske undervisning:

Næringsmiddellære, herunder kostlære og kostplaner.

Husholdningsøkonomi, herunder indkøbslære, kostberegning, budgetlægning og husholdningsregnskab.

Husholdningslære, herunder varme- og kogeteknik (langtids- og korttidsstegning samt trykkogning), tørring, frysning.

Ekskursioner og fabriksbesøg.

Metoder

Forevisning, laboratorie- og gruppeundervisning.

Når de rutinemæssige arbejder som f. eks. tøj- og gulvvask er forevist og indøvet, kan de evt. overtages af hjælp udefra, således at man dog, når det anses for nødvendigt, repeterer disse ting, men undgår unødigt gentagelse af arbejde, som eleverne er fortrolige med. Den daglige op-

rydning og opvask må dog altid foretages, før eleverne forlader lokalet. Eleverne, hvis antal ikke bør være højere end 18, kan da opdeles i mindre grupper, der helt kan koncentrere sig om det nye i arbejdet. Der kan herved også blive større mulighed for at give eleverne den nødvendige individuelle vejledning.

6.-7. skoleår.

6. skoleår.

Planen for madlavning kan lægges med følgende næringsmiddelgrupper som grundlag:

1. Mælk, ost.
2. Smør, margarine, olie.
3. Æg, fisk, kød.
4. Mel, gryn, brød.
5. Rodfrugter, bladgrønsager.
6. Sydfrugter, kål.
7. Kartofler, grønsager, frugt, bær.

Der vælges lette, usammensatte retter, der ikke kræver megen tid til forberedelse og tillavning, og planen bygges kontinuerligt op, således at der ved arbejdsteknik og indførelse af nye produkter tages hensyn til det allerede lærte.

I bagelektionerne, hvoraf der lægges 2 forud for juleafslutningen og 2 forud for årsafslutningen, bør der arbejdes med bag-

værk, der er let at lave, og som ikke er for tidkrævende.

Der beregnes 5-6 lektioner til rengøring, vask og rulning. Der vælges fortrinsvis rengøringsarbejder, der er nødvendige for arbejdet i skolekøkkenet, som f. eks. opvask, komfur- og gulvvask.

Teorien tages som regel i tilslutning til det praktiske arbejde, men det kan dog være nødvendigt at tage enkelte lektioner udelukkende som teori, det gælder f. eks. indføring i den elementære kostlære og gennemgang af arbejds- og regnskabsbogen.

7. skoleår.

Den normale metode for 2. årgang er gruppeundervisning, men der kan dog som overgangsform tages enkelte lektioner som klasseundervisning. Dette gælder f. eks. repetition af allerede lærte og gennemgang af nye rengøringsarbejder, typeretter samt

orientering i brug af koge- og arbejdsbøger. De sidste kan indrettes som samle-mapper, der foruden regnskab kan indeholde udklip fra aviser og tidsskrifter.

Der vælges mere sammensatte retter end i 6. skoleår, men ud fra de samme næringsmiddelgrupper. Hen på skoleåret kan der i fællesskab udarbejdes en middagsplan for en uge, idet der tages hensyn til kalorier og sikringsstoffer (protein, kalk, fosfor, jern samt A-, B-, C- og D-vitamin).

8. og 9 klasse.

For klasser, hvor husgerning indgår som alment eller valgfrit fag, anbefales nedenstående planer, idet man dog vedrørende arbejdets omfang bør tage hensyn til antallet af timer og elevernes forudsætninger.

8. klasse.

Teorien kan her tages som særskilte lektioner, men må altid sættes i relation til det praktiske arbejde, der følger efter. Eleverne kan eventuelt selv medvirke ved planlægning af dagens og ugens spiseplan, hvorved man finder frem til fuldgældige måltider for familiemedlemmer i forskellige aldre. Planen følges derefter i den udstrækning, det er muligt.

Eleverne bør lære, hvordan man planlægger og arrangerer små fester i hjemmet, ligesom man forud for højtiderne kan give dem kendskab til de skikke og traditioner, der knytter sig hertil.

Der kan foruden i videregående madlavning gives opgaver i hel- og halvfabrikata, og der foretages sammenligning med hjemmelavede retter med hensyn til arbejdstid, pris og kvalitet.

Hvad angår de nye stoffer (nylon, perlon, terylene osv.), forudsættes deres fremstilling, egenskaber og anvendelse kendt fra andre fag. Eleverne må dog i husgerningstimerne lære, hvordan disse stoffer

Hvis tiden tillader det, følges planen. Ligeledes kan der laves en plan for en dags måltider, f. eks. til en 14-årig dreng eller pige.

Gennem metodiske øvelser gøres eleverne fortrolige med de arbejder, der sædvanligvis forekommer i et hjem. De bør endvidere gøres opmærksomme på fordelene ved at økonomisere med kræfterne og ved rigtige arbejdsstillinger.

behandles, ligesom de må lære, hvordan de mest anvendte plasticstoffer behandles.

Først og fremmest må de lære at følge den brugsanvisning, der som regel følger med varen.

Redskabslære og arbejdsstillinger tages dels som teori, dels i forbindelse med det praktiske arbejde.

9. klasse.

Efter den teoretiske gennemgang arbejdes der i grupper med selvstændige opgaver. Der kan indføres middage udelukkende bestående af råkost, diæt- eller vegetarkost.

Sidst på skoleåret kan en af eleverne eller hele gruppen planlægge, tilberede og servere en middag eller frokost, hvortil der inviteres gæster.

Med henblik på kvindernes udeerhverv gennemgås hurtiglavede retter, evt. af hel- og halvfabrikata såsom konserves, pulversovser og -supper. Der anstilles sammenligning mellem disse, de færdigkøbte middagsretter og de hjemmelavede, med hensyn til arbejdstid, pris, kvalitet og smagsværdi.

Der lægges i denne klasse vægt på indkøbslære (varedeklaration, kvalitetsmærkning og standardisering), ligesom vigtigheden i planlægning af det huslige arbejde indskærpes eleverne.

Realafdelingen.

1. realklasse.

Såfremt der gives undervisning i husgerning i 1. realklasse, kan samme plan som for 8. klasse følges, idet der dog under

i øvrigt lige vilkår m. h. t. timetal kan tages lidt mere teori og eventuelt enkelte mere sammensatte retter.

Husgerning for drenge.

Hvis der på undervisningsplanen optages husgerning for drenge, må det tilrådes, at planen tilrettelægges således, at drengene bliver i stand til at deltage i husligt arbejde.

Gennem teoretisk undervisning og praktisk øvelse oplæres drengene til forståelse af så mange af husmoderens forskellige opgaver, som timetallet tillader.

Planen for den teoretiske undervisning kan bygges op over følgende områder: Elementær næringsmiddellære, varekundskab, husholdningsregnskab, kostsammensætning, redskabs- og materialelære.

Det praktiske arbejde kan omfatte: Opvask, komfur- og gulvvask, strømpe- og skjortevaske, pletrensning, rengøring af fodtøj, støvsugning, borddækning og servering.

Planen for madlavning kan være den samme som for piger i 6. skoleår. Hvis tiden tillader det, kan der i fællesskab lægges en plan over en dags kost og en uges middage. Ved fremstilling af middagene tages hel- og halvfabrikata i brug i den udstrækning, det skønnes nødvendigt.