



Kennsluáætlun

Heimilisfræði 2018-2019

5. - 7. bekkur

Kennari: Sigríður Ólöf Sigurðardóttir

Námsefni: Til viðmiðunar Heimilisfræði II, ýmsar uppskriftarbækur, uppskriftir af netinu og reynsla kennara af heimilisstörfum.

Hæfniviðmið Aðalnámskrár grunnskóla 2013:

Markmið kennslunnar er að nemandi geti:

Markmið: að nemandi geti

- tjáð sig um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar,
- tjáð sig um aðalatriði næringarfræðinnar,
- farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi,
- gert sér grein fyrir helstu kostnaðarliðum við heimilishald og sé meðvitaður um neytendavernd.
- matreitt einfaldar og hollar máltíðir og nýtt hráefnið sem best,
- unnið sjálfstætt eftir upp- skriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhús- áhöld,
- greint frá helstu orsökum slysa á heimilum og hvernig má koma í veg fyrir þau,
- nýtt margvíslega miðla til að afla upplýsinga er varða matreiðslu, næringarfræði og meðferð matvæla.
- tengt viðfangsefni heimilis- fræðinnar við jafnrétti og sjálfbærni og áttað sig á uppruna helstu matvæla,
- skilið og rætt mismunandi umbúðarmerkingar, metið útlit og gæði matvæla og útskýrt hvernig á að geyma þau.
- tjáð sig um ólíka siði og venjur, og þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð.

Námsmat: símat allan veturinn. Mat lagt á frammistöðu, sjálfstæði, vandvirkni, samvinnu og framkomu.