

Námsáætlun fyrir heimilisfræði - 5. bekkur
Skólaárið 2025-2026



Kennari: Sýlvía Sigurgeirsdóttir

Tímafjöldi: 2 kennslustundir á viku hálf t. árið

Námsþættir	Hæfniviðmið	Kennsluhættir/leiðir	Námsmat
Matur og lífshættir	- Tjáð sig um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar. - Farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi. - Gert sér grein fyrir aðalatriðum næringarfræðinnar	- Umræður í tímum - Verklegar æfingar	- Símat - Verklegar æfingar
Matur og vinnubrögð	- Matreitt einfaldar og hollar máltíðir og nýtt hráefnið sem best. - Unnið sjálfstætt eftir uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld. - Nýtt miðla til að finna uppskriftir	- Verklegar æfingar - Umræður í tímum	Símat
Menningarlæsi	Sýnt ábyrga og örugga umgengni við vinnu og frágang á vinnusvæði.		

Matur og umhverfi	• Skilið og rætt mismunandi umbúðarmerkingar, metið útlit og gæði matvæla og útskýrt hvernig á að geyma þau.	• Umræður í tíma	• Símat
Matur og menning	• Tjáð sig um ólíka siði og venjur, og þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð.	• Umræður í tíma	• Símat
Námsgögn: Gott og gagnlegt 1, eldhúsáhöld, hráefni í mat.			
Lokanámsmat: Að ofan er búið að lista upp þau hæfniviðmið sem verður unnið með þetta skólaár. Nemendur fá endurgjöf frá kennara um framgöngu í námi með fjórum hæfnitáknum og safna þannig á hæfnikort sitt.			