

Námsáætlun fyrir heimilisfræði - 7. bekkur
Skólaárið 2020 – 2021



Kennari: Sigurbjörg Ásta Halldórsdóttir

Tímafjöldi: 2 kennslustundir á viku

Námsþættir	Hæfniviðmið	Kennsluhættir/leiðir	Námsmat
Matur og lífshættir	<ul style="list-style-type: none"> • Tjáð sig um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar. • Gert sér grein fyrir helstu kostnaðarliðum við heimilishald og sé meðvitaður um neytendavernd. • Tjáð sig um aðalatriði næringarfræðinnar. • Farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Unnið verkefni í bókinni Gott og gagnlegt 3 • Umræður í tímum • Verklegar æfingar 	<ul style="list-style-type: none"> • Símat • Verklegar æfingar • Gott og gagnlegt 3 metin
Matur og vinnubrögð	<ul style="list-style-type: none"> • Matreitt einfaldar og hollar máltíðir og nýtt hráefnið sem best. • Nýtt margvíslega miðla til að afla upplýsinga er varða matreiðslu, næringarfræði og meðferð matvæla. • Unnið sjálfstætt eftir uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld. 	<ul style="list-style-type: none"> • Verklegar æfingar • Umræður í tímum 	<ul style="list-style-type: none"> • Símat

	<ul style="list-style-type: none"> • Greint frá helstu orsökum slysa á heimilum og hvernig má koma í veg fyrir þau. 		
Matur og umhverfi	<ul style="list-style-type: none"> • Tengt viðfangsefni heimilisfræðinnar 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. 	<ul style="list-style-type: none"> • Unnið í bókinni Gott og gagnlegt 3 • Umræður í tíma 	<ul style="list-style-type: none"> • Símat • Bókin Gott og gagnlegt 3 metin
Matur og menning	<ul style="list-style-type: none"> • Tjáð sig um ólíka siði og venjur, og þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð. 	<ul style="list-style-type: none"> • Unnið í bókinni Gott og gagnlegt 3 • Umræður í tíma 	<ul style="list-style-type: none"> • Símat • Bókin Gott og gagnlegt 3 metin
<p>Námsgögn: Gott og gagnlegt 3, eldhúshöld, hráefni í mat.</p>			
<p>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.</p>			