

## Kennsluáætlun haust 2020

Fag: Heimilisfræði

10.bekkur

Kennari: Guðbjörg K. Friðgeirsdóttir

| Vika    | Hæfniviðmið  | Viðfangsefni  | Námsefni   | Námsmat   |
|---------|--|---|--|---|
| Vika 1  | <p><b>Að nemandi geti:</b></p> <p><b>Matur og lífshættir:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu</li> <li>greint helstu þætti sem hafa áhrif á við heimilishald og geti tekið ábyrgð á eigin útgjöldum og skuldbindingum og þekkt rétt sinn og skyldur sem neytandi</li> </ul> <p><b>Matur og vinnubrögð:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>skipulagt og matreitt fjölbreyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr algengu og nýstárlegu hráefni með áherslu á hagkvæmni og nýtni</li> <li>beitt helstu matreiðsluaðferðum og</li> </ul> | Kynning á skipulagi. Unnið með hlutverk nemanda og kennara í kennslustundum. Farið yfir eldhúsreglur og mikilvægi hreinlætis. | Námsefni frá kennara.  | <p>Símat, öll vinna nemenda er lögð til grundvallar námsmati þ.m.t. vinna í kennslustundum, verkefni og heimavinna sem byggja á hæfniviðmiðum. Gefin er einkunn í bókstöfum í lok annar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>A</b> Framúrskarandi hæfni</li> <li><b>B+</b> Mjög góð hæfni</li> <li><b>B</b> Góð hæfni</li> <li><b>C+</b> Nokkuð góð hæfni</li> <li><b>C</b> Sæmileg hæfni</li> <li><b>D</b> Hæfni ekki náð</li> </ul> |
| Vika 2  |  | Döðlukókoskútur   | Uppskrift frá kennara.   |   |
| Vika 3  |  | Rúnstykki   | Eldað í dagsins önn  |   |
| Vika 4  |  | Mexíkóosta fylltar kjöt bollur með nachos.  | Uppskrift frá kennara.   |   |
| Vika 5  |  | Umhverfisfræðsla, sjálfbær þróun og slyshætta í eldhúsi.  | Næring og lífshættir og gögn frá kennara   |   |
| Vika 6  |  | Skyr í glasi.   | Uppskrift frá kennara.   |   |
| Vika 7  |  | Steiktur fiskur og meðlæti  | Uppskrift frá kennara  |   |
| Vika 8  |  | Pizza (nokkrir mismunandi botnar)   | Uppskrift frá kennara.   |   |
| Vika 9  |  | Brún rúlluterta.  | Uppskriftir fyrir unglingastig ( <a href="http://www.nams.is/heimilis/unglingauppskriftir2009.pdf">http://www.nams.is/heimilis/unglingauppskriftir2009.pdf</a> ) |   |
| Vika 10 |  | Pítubrauð, hakk og meðlæti.   | Uppskrift frá kennara.   |   |
| Vika 11 |  | Hollustuvöfflur.  | Uppskrift frá kennara.   |   |
| Vika 12 |  | Ostabollur.   | Eldað með Ebbu.  |   |
| Vika 12 | Granóla muffins með hindberjum og hvítu súkkulaði  | Uppskrift frá kennara   |  |   |

|         |   |                                  |   |
|---------|---|----------------------------------|---|
| Vika 13 | notað til þess ýmis mæli- og eldhúsáhöld  | Kjúklingakoddar með hunangssósu. | Heilsuréttir fjölskyldunnar bls. 112.   |
| Vika 14 | <ul style="list-style-type: none"> <li>greint frá viðbrögðum við slysum á heimilum</li> </ul>   | Salsabrauð                       | <a href="https://eldabaka.wordpress.com/category/9-10-bekkur/">https://eldabaka.wordpress.com/category/9-10-bekkur/</a> |
| Vika 15 | <ul style="list-style-type: none"> <li>nýtir kennslustundir til vinnu</li> </ul>  | Brunch                           |   |
| Vika 16 | <ul style="list-style-type: none"> <li>getur unnið í hóp, sýnt öðrum tillitssemi og virðingu</li> <li>getur unnið sjálfstætt</li> <li>vandar til verks</li> </ul> <p><b>Matur og umhverfi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>geri sér grein fyrir hvað felst í hugtakinu sjálfbær þróun</li> </ul> | Frjáls bakstur/ jólabakstur      |   |