

Kennsluáætlun 2020-2021

Fag: Heimilisfræði

7.bekkur

Kennari: Guðbjörg Kristín Friðgeirsdóttir

Vika	Hæfniviðmið	Viðfangsefni	Námsefni	Námsmat
Vika 1	<p><i>Að nemandi geti:</i></p> <p>Matur og lífshættir</p> <ul style="list-style-type: none"> Tjáð sig um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar. Tjáð sig um aðalatriði næringarfræðinnar. Farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi. <p>Matur og vinnubrögð</p> <ul style="list-style-type: none"> Matreitt einfaldar og hollar máltíðir og nýtt hráefnið sem best. 	<p>Kynning á skipulagi. Unnið með hlutverk nemanda og kennara í kennslustundum. Farið yfir eldhúsreglur, hættur í eldhúsum og mikilvægi hreinlætis.</p> <p>Kynna heimanám. Meðferð matvæla, hreinlæti, mælingar og skammstafanir. Þeytt deig: Súkkulaðimúffur með eplum og valhnetum. Gróft brauð.</p>	<p>Námsefni frá kennara.</p> <p>Ljósrit af heimaverkefni.</p> <p>Gott og gagnlegt 3, bls. 10-12, 18 í verkefnabók. Bls. 28-29, í lesbók.</p> <p>Uppskrift frá kennara.</p>	<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"> A Framúrskarandi hæfni B+ Mjög góð hæfni B Góð hæfni C+ Nokkuð góð hæfni C Sæmileg hæfni D Hæfni ekki náð
Vika 2	<ul style="list-style-type: none"> Þekki helstu mæli- og eldhúsáhöld. Unnið sjálfstætt eftir uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld. Getur unnið í hóp, sýnt öðrum tillitssemi og virðingu. 	<p>Neysluvenjur. Fæðuflokkar. Orkuefni. Suða og steiking á kjöti: Kjötsósa með spaghetí. Pönnukökur. Nammiskyr</p>	<p>Gott og gagnlegt 3, bls. 3-4, 6 í verkefnabók.</p> <p>Gott og gagnlegt 3, bls. 38 í lesbók. Gott og gagnlegt 2, bls. 17. Heilsuréttir fjölskyldunnar bls. 66</p>	
Vika 3	<ul style="list-style-type: none"> Nýtir kennslustundir til vinnu. Getur unnið sjálfstætt. Vandar til verks. 	<p>Kornvörur. Krydd og bragðefni. Hnoðað deig: Kanilsnúðar. Grænmetis- og grísagleði með pasta.</p>	<p>Gott og gagnlegt 3, bls. 13-16 í verkefnabók. Bls. 32 í lesbók. Uppskrift frá kennara. Bls. 39 í lesbók.</p>	

Vika 4	<ul style="list-style-type: none"> • Unnið heimavinnu og skilað á réttum tíma. <p>Matur og umhverfi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Þekki helstu geymsluaðferðir matvæla. 	<p>Vítamín. Verkefni. Auglýsingar. Gerdeig: Heilhveiti pítsabotn. Langbrauð með osti. Íþróttabollur</p>	<p>Gott og gagnlegt 3, bls. 7-9, 16 í verkefnabók. Bls. 34-36 í lesbók.</p> <p>Uppskrift frá kennara.</p>	
Vika 5		<p>Hrært deig: Kryddkaka. Dropasmákökur. Könnun – eldhúsáhöld.</p>	<p>Bls. 30-31 í lesbók.</p>	
Vika 6		<p>Þrifa eldhús. Suða og steiking á fiski: Fiskur í sweet chili. Frjáls bakstur ef hópurinn hefur staðið sig vel og öll bókleg verkefni lokin.</p>	<p>Gott og gagnlegt 3, bls. 42 í lesbók. Vefsíða: https://ljufmeti.com/</p>	