

Námsáætlun í heimilisfræði 2016-2017

Námsgrein: Heimilisfræði

Bekkur: 7

Áfangalýsing				
Lýsing kennara: Kennt er í hringekju þ.e. nemendur koma í heimilisfræði þrisvar í viku 80 mínútur í senn í 8-9 vikur og fara svo í næsta námsgrein sem er textílmenn, smíðar eða myndmennt.				
Tímabil	Markmið Matur og lífshættir	Viðfangsefni	Lýsing	Námsefni
	Við lok 7. bekkjar geti nemendur: 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.	Farið er í mikilvægi handþvottar og almenns hreinlætis við matargerð. Rifjað er upp hvernig best er að þvo borð, þvo upp og sópa gólf. Farið er í hvernig á að ganga frá á vinnusvæðinu. Eldað er pasta með grænmeti og beikonbúðingi einnig framandi fiskréttur, gúlassúpa með hvítlaukssósu og einnig eru eldaðar tómatsúpa og minestrone-súpa. Bakað er plötubrauð með kotasælu, langbrauð með osti, rúgskonsur, skólakex, rúlluterta, súkkulaði múffur með eplum, kryddkaka, vöffur, pizza og fyllt horn	Unnið í vinnubók verkefni um heilsu og lífsstíl einnig um helstu næringarefni og unnið með næringarefnatöflu. Lögð er áhersla á hreinlæti á heimilinu og persónulegt hreinlæti. Eldaðir eru einfaldir réttir úr grænmeti, kjöti, fiski og pasta. Bakað er með þurrgeri einnig eru bakstursaðferðirnar hrært, hnoðað og þeytt deig þjálfðar.	Gott og gagnlegt 3 lesbók og vinnubók og verkefni frá kennara.
	Markmið			

	Matur og vinnubrögð			
	Við lok 7. bekkjar geti nemendur: matreitt einfaldar og hollar máltíðir og nýtt hráefnið sem best, unnið sjálfstætt eftir uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld, 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.			
	Markmið Matur og umhverfi			
	Við lok 7. bekkjar geti nemendur: heimilisfræðinnar við jafnrétti og sjálfbærni og áttað sig á uppruna helstu matvæla, tengt viðfangsefni ,skilið og rætt mismunandi umbúðarmerkingar,			

	metið útlit og gæði matvæla og útskýrt hvernig á að geyma þau.			
	Markmið Matur og menning			
	Við lok 7. bekkjar geti nemendur: tjáð sig um ólíka siði og venjur, og þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð.			

Námsmat
Símat í tímum (50%) einnig eru verkleg (25%) og skrifleg (25%) verkefni metin.

Kennari, netfang
Erna Björg Guðjónsdóttir, erna@akmennt.is

Birt með fyrirvara um breytingar