

**Námsáætlun fyrir heimilisfræði - 7. bekkur**  
**Skólaárið 2018 – 2019**



**Kennari:** Kolbeinn Skagfjörð Jósteinnsson

**Tímafjöldi:** 2 kennslustundir á viku

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

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Greint frá helstu orsökum slysa á heimilum og hvernig má koma í veg fyrir þau.</li> </ul>		
<b>Matur og umhverfi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tengt viðfangsefni heimilisfræðinnar við jafnrétti og sjálfbærni og áttað sig á uppruna helstu matvæla</li> <li>• Skilið og rætt mismunandi umbúðarmerkingar, metið útlit og gæði matvæla og útskýrt hvernig á að geyma þau.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Unnið í bókinni Gott og gagnlegt 3</li> <li>• Umræður í tíma</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Símat</li> <li>• Bókin Gott og gagnlegt 3 metin</li> </ul>
<b>Matur og menning</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tjáð sig um ólíka siði og venjur, og þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Unnið í bókinni Gott og gagnlegt 3</li> <li>• Umræður í tíma</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Símat</li> <li>• Bókin Gott og gagnlegt 3 metin</li> </ul>
<p><b>Námsgögn:</b> Gott og gagnlegt 3, eldhúshöld, hráefni í mat.</p>			
<p><b>Lokanámsmat:</b> 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>			