



Námsgrein: Heimilisfræði 4 bekkur

Vikustundir: 2 stundir aðra hverja viku

Kennari: Þóra Kjartansdóttir

Samstarfsfólk:

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
22 ágúst 23 ágúst 29 ágúst 30 ágúst	<ul style="list-style-type: none"> Temji sér holla lífshætti og verði meðvitaður um gildi næringarríkrar fæðu 	Verklegar æfingar Sýnikennsla Umræða Vinnibókaæfingar	Grænmeti Lesbók bls 15-19 Vinnubók bls 13 – 14 Verklegt: Skera grænmeti og gera ídýfu	
5 september 6 september 12 september 13 september	<ul style="list-style-type: none"> Temji sér holla lífshætti og verði meðvitaður um gildi næringarríkrar fæðu Geti unnið skipulega eftir einfaldri uppskrift og notað til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld. Efli samvinnu og samábyrgð 	Verklegar æfingar Sýnikennsla Umræða Vinnibókaæfingar	Vatn Lesbók bls 6 Vinnubók bls x Verklegt: Gulrótabollur bls 18 í lb	
19 september 20 september 26 september 27 september	<ul style="list-style-type: none"> Temji sér holla lífshætti og verði meðvitaður um gildi næringarríkrar fæðu Efli samvinnu og samábyrgð Læri um hvaða næringarefni fást úr fæðuflokkunum 	Verklegar æfingar Umræða Vinnibókaæfingar	Fæðuhringurinn Lesbók bls 4 Vinnubók bls 3 Verklegt: Eggjakaka í ofni bls 24 í lb	
3 okt 4 okt 9 okt 10 okt	<ul style="list-style-type: none"> Geri sér grein fyrir að örverur eru til staðar í umhverfi okkar. Fari eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti og þrif. 	Verklegar æfingar Sýnikennsla Umræða	Hreinlæti úr Heimilisfræði 4 Bls 4 Verklegt: Hjónabandssæla bls 20 í heimilisfræði 4	

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
15 okt 16 okt 24 okt 25 okt	<ul style="list-style-type: none"> Læri um hvaða næringarefni fást úr fæðuflokkunum Temji sér holla lífshætti og verði meðvitaður um gildi næringarríkrar fæðu. Geti unnið skipulega eftir einfaldri uppskrift og notað til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld 	Verklegar æfingar Sýnikennsla Umræða Vinnibókaæfingar	Næringarefni Lesbók bls 7 Vinnubók bls 5 Verklegt: Fiskréttur (óákveðinn réttur)	Símat
31 okt 1 nóv 7 nóv 8 nóv	<ul style="list-style-type: none"> Læri um hvaða næringarefni fást úr fæðuflokkunum Temji sér holla lífshætti og verði meðvitaður um gildi næringarríkrar fæðu. Geti unnið skipulega eftir einfaldri uppskrift og notað til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld 	Verklegar æfingar Sýnikennsla Umræða Vinnibókaæfingar	Hlutverk næringarefna Lesbók bls 8-9 Vinnubók bls 6-7 Verklegt: Lummur bls 28 í lb	Símat
14 nóv 15 nóv 21 nóv 22 nóv	<ul style="list-style-type: none"> Temji sér holla lífshætti og verði meðvitaður um gildi næringarríkrar fæðu. Efli samvinnu og samábyrgð 	Verklegar æfingar Sýnikennsla Umræða	Diskurinn úr Heimilisfræði 4 bls 27 Verklegt: Franskt eggjabrauð úr Heimilisfræði 4	Símat
28 nóv 29 nóv 5 des 6 des	<ul style="list-style-type: none"> Geti unnið skipulega eftir einfaldri uppskrift og notað til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld Geti haft röð og reglu og hreint á vinnusvæði sínu. 	Verklegar æfingar Sýnikennsla	Jólatími Verklegt: Jólasmákökur	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
12 des 13 des 19 des 3 jan	<ul style="list-style-type: none"> Geti haft röð og reglu og hreint á vinnusvæði sínu. Fari eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti og þrif. 	Verklegar æfingar Sýnikennsla Umræða Vinnibókaæfingar	Hreint herbergi Lesbók bls 32-33 Vinnubók bls 24 Verklegt: Jólasmákökur eða annað tengt jólum (heitt kakó?)	Símat
9 jan 10 jan 16 jan 17 jan	<ul style="list-style-type: none"> Efli samvinnu og samábyrgð. Fari eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti og þrif. 	Verklegar æfingar Umræða Vinnibókaæfingar	Samvinna Lesbók bls 30-31 Vinnubók bls 23 Verklegt: Gestaréttur bls 23 í lb	Símat
23 jan 24 jan 30 jan - x 31 jan	<ul style="list-style-type: none"> Geri sér grein fyrir helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi. Efli samvinnu og samábyrgð. Geti unnið skipulega eftir einfaldri uppskrift og notað til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld. 	Verklegar æfingar Sýnikennsla Umræða	Slysaþetta Lesbók bls 36 Verklegt: Hnútar bls 27 í lb	Símat
6 feb 7 feb 13 feb 14 feb	<ul style="list-style-type: none"> Geri sér grein fyrir helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi. Efli samvinnu og samábyrgð. Geti haft röð og reglu og hreint á vinnusvæði sínu. Geti unnið skipulega eftir einfaldri uppskrift og notað til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld. 	Verklegar æfingar Umræða Vinnibókaæfingar	Rafmagn Lesbók bls 22 Vinnubók bls 19 Verklegt: Eplakaka með ís bls 13 í lb	Símat

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
20 feb 21 feb 27 feb 28 feb	<ul style="list-style-type: none"> Skilji einfaldar umbúðamerking Efli samvinnu og samábyrgð. Fari eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti og þrif. 	Verklegar æfingar Umræða Vinnibókaæfingar	Umhverfis- og endurvinnslumerkin Lesbók bls 40-41 Vinnubók bls 28-29 Verklegt: Kryddbrauð í hollari kantinum bls 19 í Heimilisfræði 4	Símat
5 mars 6 mars 12 mars 13 mars	<ul style="list-style-type: none"> Skilji einfaldar umbúðamerking Læri um flokkun sorps frá heimilum. Efli samvinnu og samábyrgð. Geti unnið skipulega eftir einfaldri uppskrift og notað til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld. 	Verklegar æfingar Umræða Vinnibókaæfingar	Flokkun á sorpi Lesbók bls 42 Vinnubók bls 20 Verklegt: Litla veislupítsur bls 21 í lb	Símat
19 mars 20 mars 26 mars 27 mars	<ul style="list-style-type: none"> Temji sér holla lífshætti og verði meðvitaður um gildi næringarríkrar fæðu Efli samvinnu og samábyrgð Læri um hvaða næringarefni fást úr fæðuflokkunum Geri sér grein fyrir helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi. 	Verklegar æfingar Sýnikennsla Umræða Vinnibókaæfingar	Fæðuhringurinn (upprifjun) Lesbók bls 4 Vinnubók bls 3 (+aukaefni ef tími gefst) Verklegt: Súpa (kjúklinga?)	Símat
2 apríl 3 apríl 16 apríl 17 apríl	<ul style="list-style-type: none"> Læri um hvaða næringarefni fást úr fæðuflokkunum Temji sér holla lífshætti og verði meðvitaður um gildi næringarríkrar fæðu. Geti unnið skipulega eftir einfaldri uppskrift og notað til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld 	Verklegar æfingar Sýnikennsla Umræða Vinnibókaæfingar	Næringarefnin (upprifjun) Lesbók bls 7 Vinnubók bls 5 (+aukaefni ef tími gefst) Verklegt: Kanilsnúðar	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
23 apríl - x 24 apríl 30 apríl 1 maí - x	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir að örverur eru til staðar í umhverfi okkar. • Temji sér holla lífshætti og verði meðvitaður um gildi næringarríkrar fæðu. 	Verklegar æfingar Umræða Vinnubókaæfingar	Fimm á dag - Ávextir Lesbók bls 10 Vinnubók bls 10 Verklegt: ávaxtasalat bls 48 í lb	Símat
7 maí 8 maí 14 maí 15 maí	<ul style="list-style-type: none"> • Geti unnið skipulega eftir einfaldri uppskrift og notað til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld. • Geri sér grein fyrir helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi. 	Verklegar æfingar	Verklegt: Pasta með tómatsósu bls 12 í Heimilisfræði 4	Símat
21 maí - x 22 maí	<ul style="list-style-type: none"> • Geti unnið skipulega eftir einfaldri uppskrift og notað til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld. • Geri sér grein fyrir helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi. 	Verklegar æfingar	Verklegt: Skúffukaka	Símat

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á mentor.is undir námsmat.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.