



Námsgrein: Heimilisfræði 6. Bekkur fyrir áramót
--

Vikustundir: 2 stundir í hverri viku – fyrir eða eftir áramót	Kennari: Þóra Kjartansdóttir	Samstarfsfólk:
---	------------------------------	----------------

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
22 ágúst 27 ágúst	<ul style="list-style-type: none"> Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. Temji sér að bragða með jákvæðu hugarfari á þeim matvælum sem unnið er með. Geri sér grein fyrir því að neysluvenjur hafa áhrif á heilsuna. 	Umræða Verklegar æfingar Sýnikennsla	Grænmeti Lesbók bls x Vinnubók bls x Verklegt: Skera niður grænmeti og búa til salatsósu	Símat
29 ágúst 3 september	<ul style="list-style-type: none"> Geti unnið sjálfstætt eftir skriflegum uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld Efli samvinnu og samábyrgð. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar Sýnikennsla	Mál og vog Lesbók bls x Vinnubók bls 2 Verklegt: Smábrauð bls 14 í lb	Símat
5 september 10 september	<ul style="list-style-type: none"> Efli samvinnu og samábyrgð. Geri sér grein fyrir því að neysluvenjur hafa áhrif á heilsuna. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar	Heilsa og lífstíll Lesbók bls 3-4 Vinnubók bls 5 Verklegt: Lummur bls 26 í vb	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
12 september 17 september	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir því að neysluvenjur hafa áhrif á heilsuna. • Temji sér holla lífshætti og verði meðvitaður um gildi næringarríkrar fæðu. • Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar	Næringarefni/vítamín Lesbók bls 5-7 Vinnubók bls 6 Verklegt: Hrísgjónaréttur bls 27 í vb	Símat
19 september 24 september	<ul style="list-style-type: none"> • Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. • Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. • Efli samvinnu og samábyrgð. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar	Orkuefni Lesbók bls 8 -9 Vinnubók bls 7 -8 Verklegt: Þítsusnúðar bls 28 í vb	Símat
26 september 1 október	<ul style="list-style-type: none"> • Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. • Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. • Efli samvinnu og samábyrgð. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar	Orkuefnin framhald Verklegt: Kúskús með kjúkling	Símat
3 október 8 október	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir því að neysluvenjur hafa áhrif á heilsuna. • Geti unnið sjálfstætt eftir skriflegum uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld. 	Umræða Verklegar æfingar	Máltíðir dagsins Lesbók bls 10-11 Verklegt: Súkkulaði kaka bls 29 í vb	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	<ul style="list-style-type: none"> • Temji sér að bragða með jákvæðu hugarfari á þeim matvælum sem unnið er með. 			
10 október 15 október	<ul style="list-style-type: none"> • Temji sér holla lífshætti og verði meðvitaður um gildi næringarríkrar fæðu. • Geri sér grein fyrir því að neysluvenjur hafa áhrif á heilsuna. 	Umræða Verklegar æfingar	Vænn biti á milli mála Lesbók bls 12 Verklegt: Hjónabandsæla bls 38 í vb	Símat
22 október 24 október	<ul style="list-style-type: none"> • Þekki uppruna helstu matvæla. • Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. • Geri sér grein fyrir því að neysluvenjur hafa áhrif á heilsuna. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar	Kjöt Lesbók bls 16-20 Vinnubók bls 12 Verklegt: Mexíkóskur kjötréttur bls 29 í vb	Símat
29 október 31 október	<ul style="list-style-type: none"> • Þekki uppruna helstu matvæla. • Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. • Geri sér grein fyrir því að neysluvenjur hafa áhrif á heilsuna. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar	Fiskur Lesbók bls 22-27 Vinnubók bls 13 Verklegt: Plokkfiskur bls 34 í vb	Símat
5 nóvember 7 nóvember	<ul style="list-style-type: none"> • Geti tjáð sig um þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð. • Efli samvinnu og samábyrgð. 	Umræða Verklegar æfingar Sýnikennsla	Gamlar vinnsluaðferðir Lesbók bls 30-31 Verklegt: Tebollur bls 35 í vb	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
12 nóvember 14 nóvember	<ul style="list-style-type: none"> Þekki uppruna helstu matvæla. Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. Geri sér grein fyrir því að neysluvenjur hafa áhrif á heilsuna. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar Sýnikennsla	Egg Lesbók bls 32-33 Vinnubók bls 14 Verklegt: Matarsalat með eggjum bls 37 í vb	Símat
19 nóvember 21 nóvember	<ul style="list-style-type: none"> Viti hvað umhverfisvernd er og kann að flokka sorp til endurvinnslu. Geti unnið sjálfstætt eftir skriflegum uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar Sýnikennsla	Umhverfis- og endurvinnslumerki Lesbók bls 34-36 Vinnubók bls 15 Verklegt: Tortilla vefjur með osti, skinku og grænmeti	Símat
26 nóvember 28 nóvember	<ul style="list-style-type: none"> Viti hvað umhverfisvernd er og kann að flokka sorp til endurvinnslu. Geti farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar Sýnikennsla	Umbúðir og innkaup Lesbók bls 38-39 Vinnubók bls 16 Umbúðir skoðaðar Verklegt: Fyllt horn bls 31 í vb	Símat
3 desember 5 desember	<ul style="list-style-type: none"> Viti hvað umhverfisvernd er og kann að flokka sorp til endurvinnslu. Efli samvinnu og samábyrgð. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar Sýnikennsla	Rafmagnsnotkun Lesbók bls 43 Vinnubók bls 19 Verklegt: Brauðvafningar bls 26 í vb	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
10 desember 12 desember	<ul style="list-style-type: none"> • Geti farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi. • Viti hvað umhverfisvernd er og kann að flokka sorp til endurvinnslu. • Efli samvinnu og samábyrgð. 	Umræða Verklegar æfingar Sýnikennsla	Hreinlætir - Jólatími Lesbók bls 47 Verklegt: Smákökur	Símat
17 desember 19 desember	<ul style="list-style-type: none"> • Geti farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi. • Viti hvað umhverfisvernd er og kann að flokka sorp til endurvinnslu. • Efli samvinnu og samábyrgð. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar Sýnikennsla	Þrif - Jólatími Lesbók bls 44-46 Vinnubók bls 21-23 Verklegt: smákökur	Símat

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

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.