



Námsgrein: Heimilisfræði 7. bekkur

Vikustundir: 2 stundir á viku eftir áramót

Kennari: Emma Katrín Garðarsdóttir

Samstarfsfólk:

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
06.01. 08.01.	Farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi.	Námsefni kynnt Verklegar æfingar Umræður	Grænmeti Lesbók bls. 14-15 Vinnubók bls. 12 Verklegt: Skera grænmeti og gera sósu.	Símat
13.01. 15.01.	Geti unnið sjálfstætt eftir uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Matreiðsla og bakstur Lesbók bls. 26 Verklegt: Vöflur með rjóma	Símat
20.01. 22.01.	Efli samvinnu og samábyrgð.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Suða og steiking á kjöti Lesbók bls. 38 Verklegt: Pasta með pylsum	Símat
27.01. 29.01.	Fræðist um uppruna helstu kornvöru.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Korn og kornvörur Lesbók bls. 16-17 Vinnubók bls. 13 Verklegt: Brauðstangir	Símat
03.02. 05.02.	Fræðsla um aðalatriði næringarfræðinnar.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Matur er mannsins megin Lesbók bls. 4-5 Vinnubók bls. 4 Verklegt: Partýbollur	Símat

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
10.02. 12.02.	Temji sér að bragða með jákvæðu hugarfari á þeim matvælum sem unnið er með.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Heilsa og lífstíll Lesbók bls. 3 Vinnubók bls. 3 Verklegt: Góðar muffinskökur	Símat
17.02. 19.02.	Læri um hlutverk orkuefna og í hvaða matvælum þau er helst að finna.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Orkuefni Lesbók bls. 8-9 Vinnubók bls. 6 Verklegt: Heitur brauðréttur með aspás.	Símat
26.02. 02.03.	Skilji einfaldar umbúðarmerkingar og viti hvernig best er að geyma matvæli.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Meðferð og geymsla matvæla Lesbók bls.12 Vinnubók bls.10 Verklegt: Dropasmákökur bls. 26	Símat
04.03. 09.03.	Efli meðvitund um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Vítamín Lesbók bls.9-10 Vinnubók bls.7-8 Verklegt: Ávextir og vanillusósa	Símat
11.03. 23.03.	Kynnist umhverfisvernd og læri að flokka til endurvinnslu.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Umhverfið Lesbók bls. 25 Verklegt: Pizza	Símat

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
25.03. 30.03.	Gerir sér grein fyrir helstu kostnaðarliðum við heimilishald og séu meðvituð um neytendavernd.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Neytendur Lesbók bls.24 Verklegt: Skúffukaka með kremi bls.27	Símat
15.04. 20.04.	Læri um krydd og bragðefni.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Krydd og bragðefni Lesbók bls.18 Vinnubók bls.15 Verklegt: Hamborgarar	Símat
22.04. 27.04.	Fræðist um ólíka siði og venjur og þjóðlegar hefðir í matargerð.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Siðir og venjur Lesbók bls.20 Verklegt: Lummur	Símat
29.04. 04.05.	Læri um vinnustellingar.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Að vinna sér hlutina létt Lesbók bls.21 Verklegt: Kanilsnúðar	Símat
06.05. 11.05.	Nýta margvíslega miðla til að afla upplýsinga.	Innlög Verklegar æfingar Umræður	Auglýsingar Lesbók bls.25 Verklegt: Pastaréttur	Símat
13.05. 18.05.	Greint frá helstu orsökum slysa á heimilum og hvernig má koma í veg fyrir þau.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Slysaþætta Verklegt: Piparkökur	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
20.05. 25.05.	Geti farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi.	Innlögn Verklegar æfingar Umræður	Þrif Verklegt: Snakk og eðla	Símat

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

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.