



Námsgrein: Heimilisfræði 3 bekkur

Vikustundir: Tvær stundir  
aðra hverja viku

Kennari: Þóra Kjartansdóttir

Samstarfsfólk:

Hæfnimarkmið sem unnið er með í öllum tímum eru:

- Kynnist heimilisfræðistofunni og umgengisreglum þar
- Þjálfist í samvinnu og læri að taka tillit til annarra.
- Tileinki sér helstu kurteisvenjur við borðhald.
- Geri sér grein fyrir því að hnifar og önnur eggjárn geta verið hættuleg.

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
<b>Tími 1</b> <b>26 ágúst</b> <b>9 sept</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Læri um mikilvægi hreinlætis</li> <li>Geri sér grein fyrir að hnifar og önnur eggjárn geta verið hættuleg</li> <li>Fái þjálfun í notkun á einföldum eldhúsáhöldum</li> <li>Þjálfist í samvinnu og læri að taka tillit til annarra</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Farið yfir reglur og stofuna, bls 2-4  Verklegt: Brauðbollur bls 14	Símat
<b>Tími 2</b> <b>16 sept</b> <b>23 sept</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Læri hvernig fæðutegundum er raðað í fæðuhring og hvernig á að nota fæðuhringinn</li> <li>Temji sér holla lífshætti</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Fæðuhringurinn bls 25  Verklegt: slöngupylsur á bls 9	Símat
<b>Tími 3</b> <b>30 sept</b> <b>7 okt</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Læri að vinna skipulega eftir einfaldri uppskrift</li> <li>Fái þjálfun í notkun á einföldum eldhúsáhöldum</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Eldhúsorðin bls 33  Verklegt: Holubrauð bls 8	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Tími 4 14 okt 21 okt	<ul style="list-style-type: none"> <li>Læri að vinna skipulega eftir einfaldri uppskrift</li> <li>Fái þjálfun í notkun á einföldum eldhúsáhöldum</li> <li>Læri um mikilvægi hreinlætis þjálfist í samvinnu og læri að taka tillit til annarra</li> <li>Sagt frá helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi</li> </ul>	Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Verklegt: litlar kjötbollur bls 10	Símat
Tími 5 28 okt 4 nóv	<ul style="list-style-type: none"> <li>Temji sér holla lífshætti</li> <li>Læri um mikilvægi hreinlætis</li> <li>þjálfist í samvinnu og læri að taka tillit til annarra</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Næringarefni bls 26-27  Verklegt: Orkukúlur bls 20	Símat
Tími 6 11 nóv 18 nóv	<ul style="list-style-type: none"> <li>Temji sér holla lífshætti</li> <li>Skilji einfaldar umbúðarmerkingar</li> <li>þjálfist í samvinnu og læri að taka tillit til annarra</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Framh. af næringarefnum bls 26-27  Verklegt: Regnbogaþeytingur bls 12  <b>Heimavinna heim</b>	Símat
Tími 7 25 nóv 2 des	<ul style="list-style-type: none"> <li>Geri sér grein fyrir því að örverur eru til staðar í umhverfi okkar</li> <li>Læri um mikilvægi hreinlætis</li> <li>þjálfist í samvinnu og læri að taka tillit til annarra</li> <li>Skilji einfaldar umbúðarmerkingar þjálfist í samvinnu og læri að taka tillit til annarra</li> <li>Kynnist umhverfisvernd og flokkun</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Umhverfismerkin bls 28  Verklegt : Heitt brauð í ofni bls 11	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Tími 8 9 des 16 des <b>JÓLATÍMI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Læri um mikilvægi hreinlætis</li> <li>Kynnist umhverfisvernd og flokkun þjálfist í samvinnu og læri að taka tillit til annarra</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Skráargatið bls 30  Verklegt: Nammikökur með smarties  <b>Skil á heimavinnu</b>	Símat
Tími 9 6 jan 13 jan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Geri sér grein fyrir því að örverur eru til staðar í umhverfi okkar.</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Bakteríur og aðrar örverur bls 31  Verklegt: <b>óákveðið</b>	Símat
Tími 10 20 jan 27 jan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fæðuhringurinn</li> <li>Temji sér holla lífshætti</li> <li>Þjálfist í samvinnu og læri að taka tillit til annarra</li> <li>Sagt frá helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Diskurinn bls 24  Verklegt: pizza bls 13	Símat
Tími 11 <b>ÞORRINN</b> 3 feb 10 feb	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kynnist þjóðlegum mat Íslendinga</li> <li>Þekki helstu hátíðir og matarsiði sem fylgja þeim</li> <li>Læri að vinna skipulega eftir einfaldri uppskrift.</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Þjóðlegt smakk bls 22-23  Verklegt: baka lummur bls 15	Símat
Tími 12 17 feb 24 feb	<ul style="list-style-type: none"> <li>Þjálfist í samvinnu og læri að taka tillit til annarra</li> <li>Kynnist umhverfisvernd og flokkun.</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Flokkun bls 32  Verklegt: trallakökur bls 19	Símat

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Tími 13 3 mars 10 mars	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Temji sér holla lífshætti</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Kaffihús bls 21  Verklegt: tortilla í grilli	Símat
Tími 14 17 mars 24 mars	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Þjálfist í samvinnu og læri að taka tillit til annarra</li> <li>• Læri hvernig fæðutegundum er raðað í fæðuhring og hvernig á að nota fæðuhringinn.</li> <li>• Temji sér holla lífshætti.</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Fæðuhringurinn bls 25 upprifjun  Verklegt: búa til veggspjald	Símat
Tími 15 7 apríl 14 apríl	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Læri að vinna skipulega eftir einfaldri uppskrift</li> <li>• Læri hvernig fæðutegundum er raðað í fæðuhring og hvernig á að nota fæðuhringinn</li> <li>• Temji sér holla lífshætti</li> <li>• Þjálfist í samvinnu og læri að taka tillit til annarra</li> </ul>	Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Fiskur (aukaefni)  Verklegt: eggja- rækju- eða túnfisksalat	Símat
Tími 16 21 apríl 28 apríl		Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Verklegt: <b>Óákveðið</b>	Símat
Tími 17 5 maí 19 maí	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sagt frá helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi</li> <li>• Læri að vinna skipulega eftir einfaldri uppskrift</li> <li>• Fáí þjálfun í notkun á einföldum eldhúsahöldum.</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Umræður Sýnikennsla Verklegar æfingar	Verklegt: Sítrónukaka bls 18	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Tími 18 26 maí		Umræður Verklegar æfinga	Verklegt: Óákveðið	

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

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.