



Námsgrein: Heimilisfræði 6. Bekkur fyrir áramót
--

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

Hæfnimarkmið sem eru skoðuð í hverjum tíma eru:

- Geti farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi.
- Geti unnið sjálfstætt eftir skriflegum uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsahöld.
- Efli samvinnu og samábyrgð.
- Temji sér að bragða með jákvæðu hugarfari á þeim matvælum sem unnið er með.

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Tími 1 22 jan		Umræða Verklegar æfingar Sýnikennsla	Upprifjun á reglum og fleira Vinna bls 3-4 Verklegt:	Símat
Tími 2 29 jan		Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar Sýnikennsla	Mál og vog Lesbók bls x Vinnubók bls 2 Verklegt: Smábrauð bls 14 í lb	Símat
Tími 3 5 feb	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir því að neysluvenjur hafa áhrif á heilsuna. • Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. • Temji sér holla lífshætti og verði meðvitaður um gildi næringarríkrar fæðu. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar	Heilsa og lífstíll Lesbók bls 3-4 Vinnubók bls 5 Verklegt: Lummur bls 12 í Lb	Símat

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Tími 4 12 feb	<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. • Veit hvert hlutverk orkuefna er og í hvaða matvælum þau eru helst að finna 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar	Næringarefni/vítamín Lesbók bls 5-6 Vinnubók bls 6 – spurningar 1-5 Verklegt: Hrísrgrónaréttur bls 19 í lb	Símat
Tími 5 19 feb	<ul style="list-style-type: none"> • Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. • Veit hvert hlutverk orkuefna er og í hvaða matvælum þau eru helst að finna 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar	Næringarefni/ vítamín framh. Lesbók: bls 6-7 vinnubók: bls 6 Verklegt: ??	
Tími 6 26 feb	<ul style="list-style-type: none"> • Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. • Veit hvert hlutverk orkuefna er og í hvaða matvælum þau eru helst að finna • Geri sér grein fyrir því að neysluvenjur hafa áhrif á heilsuna. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar	Orkuefni Lesbók bls 8 -9 Vinnubók bls 7 -8 Verklegt: pítsusnúðar bls 14 í lb	Símat
Tími 7 9 mars	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir því að neysluvenjur hafa áhrif á heilsuna. • Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. • Veit hvert hlutverk orkuefna er og í hvaða matvælum þau eru helst að finna 		Orkuefni framhald Verklegt: Kúskús með kjúkling Heimavinna heim	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Tími 8 16 mars	<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. 		Máltíðir dagsins Lesbók bls 10-12 Gera veggspjald	Símat
Tími 9 26 mars PÁSKAR	<ul style="list-style-type: none"> • Viti hvað umhverfisvernd er og kann að flokka sorp til endurvinnslu. 		Umhverfis- og endurvinnslumerki Lesbók bls 34-35 Vinnubók bls 15 Verklegt: Appelsínukökur frá Þuríði Heimavinna skil	
Tími 10 9 apríl	<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
Tími 11 16 apríl	<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 28 í lb	Símat
Tími 12 23 apríl	<ul style="list-style-type: none"> • Geti tjáð sig um þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð. 	Umræða Verklegar æfingar Sýnikennsla	Gamlar vinnsluaðferðir Lesbók bls 30-31 Vinnubók bls 14 Verklegt: Tebollur bls 27 í lb	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Tími 13 30 apríl	<ul style="list-style-type: none"> Þekki uppruna helstu matvæla. Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. Gerir 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 33 í lb	Símat
Tími 14 7 maí	<ul style="list-style-type: none"> Viti hvað umhverfisvernd er og kann að flokka sorp til endurvinnslu 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar Sýnikennsla	Þrif - Lesbók bls 44-47 Vinnubók bls 21-23 Verklegt: Vorþrif á ofnum og skápum	Símat
Tími 15 21 maí	<ul style="list-style-type: none"> Unnið með alla þætti hér sem viðkoma bóklegum þáttum 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar Sýnikennsla	Stutt könnun Verklegt: ?	Símat
Tími 16 28 maí	<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	Umbúðir og innkaup Lesbók bls 38-39 Vinnubók bls 16 Verklegt: nemenda val	Símat

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

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.