



Námsgrein: Heimilisfræði 6. Bekkur fyrir áramót
--

Vikustundir: 2 stundir í hverri viku – fyrir 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 eldhúsáhöld.
- 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 28 ágúst		Umræða Verklegar æfingar Sýnikennsla	Upprifjun á reglum og fleira Vinna bls 3-4 Verklegt:	Símat
Tími 2 11 sept		Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar Sýnikennsla	Mál og vog Lesbók bls x Vinnubók bls 2 Verklegt: Smábrauð bls 14 í lb	Símat
Tími 3 18 sept	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir því að neysluneytur 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 25 sept	<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: Hrísgjónaréttur bls 19 í lb	Símat
Tími 5 2 okt	<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 9 okt	<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 23 okt	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir því að neysluvenjur hafa áhrif á heilsuna. • Rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum. 		Orkuefni framhald Verklegt: Kúskús með kjúkling Heimavinna heim	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	<ul style="list-style-type: none"> Veit hvert hlutverk orkuefna er og í hvaða matvælum þau eru helst að finna 			
Tími 8 30 okt	<ul style="list-style-type: none"> Temji sér holla lífshætti og verði meðvitaður um gildi næringarríkrar fæðu. Gerir sér grein fyrir því að neysluvenjur hafa áhrif á heilsuna. 		Máltíðir dagsins Lesbók bls 10-12 Gera veggspjald	Símat
Tími 9 6 nóv	<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	Kjöt Lesbók bls 16-20 Vinnubók bls 12 Verklegt: Mexíkóskur kjötréttur bls 29 í vb Heimavinna skil	Símat
Tími 10 13 nóv	<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	Fiskur Lesbók bls 22-27 Vinnubók bls 13 Verklegt: Plokkfiskur bls 28 í lb	Símat
Tími 11 20 nóv	<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 12 27 nóv	<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 13 4 des	<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: Jólþrif á ofnum og skápum	Símat
Tími 14 11 des JÓL	<ul style="list-style-type: none"> Viti hvað umhverfisvernd er og kann að flokka sorp til endurvinnslu. 	Umræða Verklegar æfingar Vinnubókaæfingar Sýnikennsla	Umhverfis- og endurvinnslumerki Lesbók bls 34-35 Vinnubók bls 15 Verklegt: Appelsínukökur frá Þuríði	Símat
Tími 15 8 jan	<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 15 jan	<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.

