



Námsgrein: Heimilisfræði 7. bekkur

Vikustundir: Einu sinni í viku, tvær stundir í senn

Kennari: Þóra Kjartansdóttir

Samstarfsfólk:

Hæfnimarkmið sem unnið er með í öllum tímum eru:

- Geti farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi.
- Geti unnið sjálfstætt eftir 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 25 ágúst 26 ágúst	<ul style="list-style-type: none"> • Nemendur læri um mikilvægi hreinlætis í eldhúsi • 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Hreinlætisreglur Verklegt: Ólífuhvítlauks brauð	Símat
Tími 2 1 sept 2 sept	<ul style="list-style-type: none"> • Læri um hlutverk orkuefna og í hvaða matvælum þau eru helst að finna • Efli meðvitund um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Matur er mannsins megin bls 4-6 í lb bls 4-5 í vb Verklegt: núðlur með grænmeti á bls 68 í hefti	Símat
Tími 3 8 sept 9 sept	<ul style="list-style-type: none"> • Efli meðvitund um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Lengi býr að fyrstu gerð Bls 7 í lb Verklegt: eplakaka dvergana 7	Símat
Tími 4 15 sept 16 sept	<ul style="list-style-type: none"> • Læri um hlutverk orkuefna og í hvaða matvælum þau eru helst að finna • Fá fræðslu um aðalatriði næringarfræðinnar 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Orkuefnin Bls 8-9 í lb bls 6 í vb Verklegt: Pizza	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Tími 5 22 sept 23 sept	<ul style="list-style-type: none"> Læri um hlutverk orkuefna og í hvaða matvælum þau eru helst að finn Fái fræðslu um aðalatriði næringarfræðinnar 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Framhald af orkuefnum – vítamín Bls 9-11 í lb bls 7 – 8 í vb Verklegt: Kjúklingaréttur	Símat
Tími 6 29 sept 30 sept	<ul style="list-style-type: none"> Geri sér grein fyrir helstu kostnaðarliðum við heimilishald og sé meðvitaður um neytendavernd 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Meðferð og geymsla matvæla Bls 12 í lb Bls 10-11 í lb Verklegt: nemendaval bakstur Heimavinnublað heim	Símat
Tími 7 6 okt 7 okt	<ul style="list-style-type: none"> Nemendur læri um mismundai flokka örvera Hvaða örverur geta borist í mat Sumar örverur eru gagnlegar, aðrar ekki 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Örverur bls 13-15 í lb bls 11-12 í vb Verklegt: ís úr uppskriftarheftir bls 63	Símat
Tími 8 13 okt 14 okt	<ul style="list-style-type: none"> Fræðist um uppruna helstu matvæla Mikilvægi korns og kornvara í daglegu fæði 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Kornvörur bls 16-17 í lb bls 13-14 í vb Verklegt: Músíbollur bls 37 í lb Skil á heimavinnublaði	Símat
Tími 9 20 okt 21 okt	<ul style="list-style-type: none"> Fræðist um uppruna helstu matvæla Mikilvægi korns og kornvara í daglegu fæði Fræðist um ólíka siði og venjur og þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Krydd og bragðefni Bls 18-19 í lb Bls 15 í vb Verklegt: kryddkaka bls 31 í lb	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Tími 10 27 okt 28 okt	<ul style="list-style-type: none"> Kynnist mismunandi sium og venjum þjóða 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Siðir og venjur Bls 20 í lb Verklegt: skólakex bls 33	Símat
Tími 11 3 nov 4 nov		Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Að strauja þvott Bl 22 í lb Strauja svuntur/tuskur Verklegt: nemendaval – matur	Símat
Tími 12 10 nov 11 nov	<ul style="list-style-type: none"> Að vera meðvitaðir neytendur Kynnist umhverfisvernd og læri að flokka sorp til endurvinnslu. 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Neytendur, auglýsingar og umhverfið Bls 24-25 í lb Bls 16 í vb Verklegt: sjónvarpskaka	Símat
Tími 13 17 nov 18 nov	<ul style="list-style-type: none"> Læri mismunandi aðferðir matreiðslu Læri að nota rétt áhöld 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Suða og steiking á kjöti Bls 38 í lb Verklegt: Hakkað buff með góðri sósu í uppskriftarhefti	Símat
Tími 14 24 nov 25 nov	<ul style="list-style-type: none"> Læri mismunandi aðferðir matreiðslu Læri að nota rétt áhöld 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Suða og steiking á fisk Bls 42 í lb Verklegt: steiktur fiskur í raspi	Símat
Tími 15 1 des 2 des	<ul style="list-style-type: none"> Læri mismunandi aðferðir matreiðslu Læri að nota rétt áhöld 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Matreiðsla og bakstur Bls 26-28 í lb Verklegt: Jólagotterí í hefti bls 71. Öskjur bls 17 í vb	Símat



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Tími 16 8 des 9 des	<ul style="list-style-type: none"> Efli meðvitund um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar Fái fræðslu um aðalatriði næringarfræðinnar 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Upprifjun á fæðuhringnum Verklegt: tómat súpa með harðsoðnu eggjum bls 75 í hefti	Símat
Tími 17 15 des 16 des JÓL		Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Verklegt: Hrærð jólakaka með rúsinum	Símat
Tími 18 5 jan 6 jan	<ul style="list-style-type: none"> Hér er þekking nemenda skoðuð á efni vetrarins 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Einstaklinsvinna	Stutt könnun Verklegt: Ávaxtadrykkur eða smoothe	Símat

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

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.