

**Námsgrein: Heimilisfræði 8. bekkur**

Vikustundir: Einu sinni í viku, tvær stundir í senn	Kennari: Þóra Kjartansdóttir	Samstarfsfólk:
---	------------------------------	----------------

**Hæfnimarkmið sem unnið er með í öllum tímum eru:**

- Fari eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu
- Beiti helstu matreiðsluaðferðum og noti til þess ýmis mæli- og eldhúshöld

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
<b>Tími 1</b> 13/15 jan		Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Matarmenning þjóðar fyrr og nú Bls 2-3  Döðlubrauð	Símat
<b>Tími 2</b> 20/22 jan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geri sér grein fyrir hvaða þættir hafa áhrif á holdafar</li> <li>• Tjái sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og áttað sig á ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari.</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Holdafar & gripið í taumana Bls 4-5  Focaccia brauð	Símat
<b>Tími 3</b> 27/29 jan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geri sér grein fyrir hvaða þættir hafa áhrif á holdafar</li> <li>• Tjái sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og áttað sig á ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari.</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Átröskun og vöðvafíkn Bls 6-7  Núðlur með kjúkling og sveppum	Símat
<b>Tími 4</b> 3/5 feb	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Þekki helstu matvörur sem geta valdið óþoli og ofnæmi</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Mataræði og sjúkdómar bls 10-12  Amerískar súkkulaðibitakökur	Símat

<b>Tími 5</b> <b>10/12 feb</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Þekki þann mat sem var algengastur á Íslandi áður fyrr</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Gamall íslenskur matur bls 14-15  Fiskibollur með brúnni sósu	Símat
<b>Tími 6</b> <b>17/19 feb</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tengir viðfangsefni heimilisfræðinnar við jafnrétti og sjálfbærni og átti sig á uppruna helstu matvæla</li> <li>• Meti gæði og meðferð matvæla.</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Baunir bls 16-17  Ítalskur baunaréttur	Símat
<b>Tími 7</b> <b>24/26 feb</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tengir viðfangsefni heimilisfræðinnar við jafnrétti og sjálfbærni og átti sig á uppruna helstu matvæla</li> <li>• Meti gæði og meðferð matvæla</li> <li>• Skilji og ræði mismunandi umbúðamerkingar.</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Jurtafæði bls 18-19  Vegan bakstur	Símat
<b>Tími 8</b> <b>3/5 mars</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Skilji og ræði mismunandi umbúðamerkingar.</li> <li>• Meti gæði og meðferð matvæla.</li> <li>• Greini aðalatriði næringarfræðinnar og tjái sig um gæði, geymslu og aukefni í matvælum</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Umbúðamerkingar matvæla bls 24-27  Rice crispis/ cornflakes kökur  Heimavinna	Símat
<b>Tími 9</b> <b>10/12 mars</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Skilji og ræði mismunandi umbúðamerkingar.</li> <li>• Meti gæði og meðferð matvæla. Greini aðalatriði</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Umbrúðamerkingar framh. Bls 24-27  Óákveðið  Skil á heimavinnu um umbúðamerkingar	Símat
<b>Tími 10</b> <b>17/19 mars</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tengir viðfangsefni heimilisfræðinnar við jafnrétti og sjálfbærni og átti sig á uppruna helstu matvæla</li> <li>• Meti gæði og meðferð matvæla.</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Framandi ávextir bls 20-23  Óákveðið	Símat

<b>Tími 11</b> <b>24/26 mars</b> <b>PÁSKAR</b>		Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Páska-bakstur - lakkristoppar	Símat
<b>Tími 12</b> <b>7/9 apríl</b>		Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Örbylgjuofnar og orkunotkun Bls 34-37  Gulrótakaka með rjómaostakremi  <b>Heimavinnublað heim</b>	Símat
<b>Tími 13</b> <b>14/16 apríl</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nemendur séu meðvitaðir um að trúarbrögð geta haft áhrif á mataræði</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Mataræði og trúarbröð Bls 38-39  <b>Óákveðið</b>	Símat
<b>Tími 14</b> <b>21/23 apríl</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nemendur gera sér grein fyrir að matarmenning þjóða er mismunandi</li> <li>Tengi viðfangsefni heimilisfræðinnar við jafnrétti og sjálfbærni og átti sig á uppruna helstu matvæla</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Matarmenning annarra þjóða Bls 40-45  Inverskur pottréttur  <b>Skil á heimavinnublað</b>	Símat
<b>Tími 15</b> <b>28/30 apríl</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Greini frá viðbrögðum við slysum á heimilum</li> <li>Skilji og ræði mismunandi umbúðamerkingar.</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Hættuleg efni Bls 30-33  <b>Óákveðið</b>	Símat
<b>Tími 16</b> <b>5/7 maí</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Greini aðalatriði næringarfræðinnar og tjái sig um gæði, geymslu og aukefni í matvælum</li> </ul>	Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Aukefni í matvælum bls 28-29  <b>Óákveðið</b>	Símat

<b>Tími 17</b> <b>19/21 maí</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Farið yfir flest hæfniviðmið sem snúa að bóklegum markmiðum</li> </ul>		PRÓF	
<b>Tími 18</b> <b>26/28 maí</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verði meðvitaðir neytendur</li> </ul>	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Einstaklinsvinna	Verzlunarsálfræði Bls 46-48  Nemenda val	Símat

**Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á [mentor.is](http://mentor.is) undir námsmat.**

**Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.**