

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 eldhúsáhöld

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Tími 1		Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Upprifjun á reglum í heimilsfræðistofunni Brauðbakstur	Símat Vinnubók
Tími 2	<ul style="list-style-type: none"> • Fari eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu. • Meti gæði og meðferð matvæla. 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Geymsla matvæla Núðlur með kjúkling	Símat Vinnubók
Tími 3	<ul style="list-style-type: none"> • Þekki helstu matvörur sem geta valdið óþoli og ofnæmi • Geri sér grein fyrir hvaða þættir hafa áhrif á holdafar • Tjái sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og áttað sig á ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari. 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Aukefni í matvælum Amerískar súkkulaðibitakökur	Símat Vinnubók

Tími 4	<ul style="list-style-type: none"> • Þekki helstu matvörur sem geta valdið óþoli og ofnæmi • Geri sér grein fyrir hvaða þættir hafa áhrif á holdafar • Tjái sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og áttað sig á ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari. • 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Næringarfræði Fiskibollur	Símat Vinnubók
Tími 5	<ul style="list-style-type: none"> • Greini frá viðbrögðum við slysum á heimilum 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla	Slys í eldhúsum Pizzabollur	Símat Vinnubók
Tími 6	<ul style="list-style-type: none"> • Tengir viðfangsefni heimilisfræðinnar við jafnrétti og sjálfbærni og átti sig á uppruna helstu matvæla • Meti gæði og meðferð matvæla. 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Jurtafæði Vegan súkkulaði kaka	Símat Vinnubók
Tími 7	<ul style="list-style-type: none"> • Tengir viðfangsefni heimilisfræðinnar við jafnrétti og sjálfbærni og átti sig á uppruna helstu matvæla • Meti gæði og meðferð matvæla • Skilji og ræði mismunandi umbúðamerkingar. 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Meðferð matvæla Gulrótakaka	Símat Vinnubók
Tími 8	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir hvaða þættir hafa áhrif á holdafar • Tjái sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og áttað sig á ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari. 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Næringarefnin Kjúklingasalát með pasta	Símat Vinnubók
Tími 9	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir hvaða þættir hafa áhrif á holdafar • Tjái sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og áttað sig á 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Vítamín Baunaréttur	Símat Vinnubók

	<p>ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari.</p>			
Tími 10	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir hvaða þættir hafa áhrif á holdafar • Tjái sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og áttað sig á ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari. 	<p>Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna</p>	<p>Steinefni Gulrótakaka</p>	<p>Símat Vinnubók</p>
Tími 11	<ul style="list-style-type: none"> • Greini aðalatriði næringarfræðinnar og tjái sig um gæði, geymslu og aukefni í matvælum 	<p>Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna</p>	<p>Blindur bakstur / master chef</p>	<p>Símat</p>
Tími 12	<ul style="list-style-type: none"> • Greini frá viðbrögðum við slysum á heimilum 	<p>Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna</p>	<p>Hættuleg efni óákveðið</p>	<p>Símat Vinnubók</p>
Tími 13	<ul style="list-style-type: none"> • Tengir viðfangsefni heimilisfræðinnar við jafnrétti og sjálfbærni og átti sig á uppruna helstu matvæla 	<p>Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna</p>	<p>Orkuefnin Lakkrístoppar</p>	<p>Símat Vinnubók</p>
Tími 14	<ul style="list-style-type: none"> • Skilji og ræði mismunandi umbúðamerkingar. 	<p>Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna</p>	<p>Umhverfisvernd</p>	<p>Símat Vinnubók</p>

Tími 15	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir hvaða þættir hafa áhrif á holdafar • Tjái sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og áttað sig á ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari. 	Vinnubókaæfingar Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Vatn	Símat Vinnubók
Tími 16		Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Val nemenda	Símat Vinnubók
Tími 17	<ul style="list-style-type: none"> • Skilji og ræði mismunandi umbúðamerkingar. 	Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Meðferð matvæla	Símat Vinnubók
Tími 18	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir hvaða þættir hafa áhrif á holdafar • Tjái sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og áttað sig á ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari. 	Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Orkuefnin - prótein	Símat Vinnubók
Tími 19	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir hvaða þættir hafa áhrif á holdafar • Tjái sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og áttað sig á ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari. 	Verklegar æfingar Umræður Sýnikennsla Hópavinna	Orkuefnin - kolvetni	Símat Vinnubók

Tími 20	<ul style="list-style-type: none"> • Geri sér grein fyrir hvaða þættir hafa áhrif á holdafar • Tjái sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og áttað sig á ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari. 		Orkuefnin - Fita	Símat Vinnubók
----------------	--	--	------------------	-------------------

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

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.