

Kennsluáætlun 2020 -2021

Fag: Heimilisfræði

Bekkur: 1.bekkur

Kennari: Rannveig Richter

Vika	Hæfniviðmið	Viðfangsefni	Námsefni	Námsmat
Vika 1	Að nemandi geti : Matur og lífshættir: <ul style="list-style-type: none"> Tjáð sig á einfaldan hátt um heilbrigða lífshætti. Geti valið hollan mat og útskýrt áhrif hans á líkama og líðan. Fái kynningu á fæðuhringnum og fái þjálfun í að greina fæðutegundir í flokka. 	Kynning á skipulagi. Unnið með hlutverk nemenda og kennara. Kennslueldhús skoðaða, farið yfir eldhúsreglur, hættur í eldhúsi og mikilvægi hreinlætis. Farið yfir áhöld og mælingar æfðar. Töfradrykkur Heimilisstörf	Gott og gaman Verkefni frá kennara	Símat, öll vinna nemenda er lögð til grundvallar námsmati þ.m.t. vinna í kennslustundum, og verkefni sem byggja á hæfniviðmiðum.
Vika 2	<ul style="list-style-type: none"> Fái kynningu á fæðuhringnum og fái þjálfun í að greina fæðutegundir í flokka. Farið eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti og þrif. 	Fæðuhringurinn kynntur Fæðuhringsbrauðsneið Hollar kókoskúlur	Gott og gaman Verkefni og spil frá kennara Uppskrift frá kennara	
Vika 3	<ul style="list-style-type: none"> Gert sér grein fyrir hvað er persónulegt hreinlæti og mikilvægi þess. Matur og vinnubrögð:	Borðsiðir Grænmeti – grænmetissnarl Naglasúpa	Gott og gaman Verkefni og spil frá kennara	
Vika 4	<ul style="list-style-type: none"> Útbúið með aðstoð einfaldar og hollar máltíðir. Farið eftir einföldum leiðbeiningum um notkun einfaldra mæli- og eldhúsáhalda. 	Ávextir Ávaxtapinnar/ hollur ís Næring og svefn Hafradraumur	Gott og gaman Verkefni frá kennara	

Vika 5	<ul style="list-style-type: none"> • Gengið frá eftir sig • Sagt frá helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi. • Unnið í hóp, sýnt öðrum tillitsemi og virðingu. • Nýtir kennslustundir til vinnu • Vandar til verks <p>Matur og umhverfi:</p>	Mjólkurvörur Tannvernd Sesambollur	Gott og gaman Verkefni frá kennara	
Vika 6	<ul style="list-style-type: none"> • Gert sér grein fyrir mikilvægi þess að ganga vel um náttúruna. <p>Matur og menning:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tjáð sig á einfaldan hátt um jákvæð samskipti við borðhald 	Hafragrautur Hollt/ óhollt Umhverfisfræðsla – flokkun og umgengni við náttúruna Íspinnaveisla	Gott og gaman Verkefni og spil frá kennara	