

## Kennsluáætlun 2020 - 2021

Fag: Heimilisfræði

Bekkur: 4.bekkur

Kennarar: Rannveig Richter

Vika	Tenging við hæfniviðmið	Viðfangsefni	Námsefni	Námsmat
Vika 1	<p><i>Að nemandi geti:</i></p> <p><b>Matur og lífshættir:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tjáð sig á einfaldan hátt um heilbrigða lífshætti</li> <li>Valið hollan mat og útskýrt áhrif hans á líkama og líðan</li> <li>Farið eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti og þrif</li> <li>Tjáð sig um um helstu kostnaðarliði við matargerð og heimilishald</li> </ul>	<p>Kynning á skipulagi. Unnið með hlutverk nemanda og kennara í kennslustundum. Farið yfir eldhúsreglur, hættur í eldhúsum og mikilvægi hreinlætis. Helstu eldhúsáhöld rifjuð upp. Ávaxtabakki með jógúrtsósu</p> <p>Hafragrautur Hollt/óhollt Næringarefni</p>	<p>Heimilisfræði 4 Verkefni og spil frá kennara</p>	<p>Símat, öll vinna nemenda er lögð til grundvallar námsmati þ.m.t. vinna í kennslustundum, verkefni og heimavinna sem byggja á hæfniviðmiðum.</p>
Vika 2	<p><b>Matur og vinnubrögð:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Útbúið með aðstoð einfaldar og hollar máltíðir</li> <li>Þekki helstu mæli- og eldhúsáhöld</li> <li>Farið eftir einföldum uppskriftum</li> </ul>	<p>Franskt eggjabrauð Slöngupítsa Borðsiðir Fæðuhringurinn Umhverfisfræðsla, merki og flokkun Umbúðamerkingar</p>	<p>Heimilisfræði 4 Verkefni og spil frá kennara</p>	

Vika 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gengið frá eftir sig</li> <li>• Sagt frá helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi</li> <li>• Geti unnið í hóp, sýnt öðrum tillitsemi og virðingu</li> <li>• Nýtir kennslustundir til vinnu</li> <li>• Vandar til verks</li> </ul>	Núðlusúpa Hjónabandssæla Bragð og bragðskyn Svefn, næring og hreyfing	Heimilisfræði 4 Verkefni og spil frá kennara	
Vika 4	<p><b>Matur og umhverfi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Geri sér grein fyrir mikilvægi þess að ganga vel um náttúruna</li> </ul>	Regnbogasalat Fiskur í eigin soði Súkkulaðismákökur	Heimilisfræði 4 Verkefni og spil frá kennara	
Vika 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Skilið einfaldar umbúðamerkingar</li> </ul> <p><b>Matur og menning:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Geti haldið uppi jákvæðum samræðum við borðahald</li> </ul>	Brauð Grænt skrímslabúst Könnun - eldhúsáhöld Hátíðir Íslendinga	Heimilisfræði 4 Verkefni og spil frá kennara	
Vika 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geti tjáð sig um helstu hátíðir Íslendinga, siði sem þeim fylgja og þjóðlegan mat</li> </ul>	Litlar kjötbollur Múffur Kryddbrauð í hollari kantinum Ýmis verkefni kláruð	Heimilisfræði 4 Verkefni og spil frá kennara	