Kennsluáætlun 6. Bekkur

Fagheiti Heimilisfræði			Kennari: Ólafía Þóra Óskarsdóttir		
Tímabil	**Hæfniviðmið** **Við lok 6. bekkjar getur nemandi**	**Námsþættir**	**Námsefni/ kennslugögn**	**Leiðir**	**Matsviðmið/ Námsmat**
Hópur E 26.08-30.09 Hópur D 1.10-18.11 Hópur C 24. 11-13. Jan Hópur B 14.01-2.03 Hópur A 3.03-20.04 Hópur F 21.04-3.06	**Matur og lífshættir** • tjáð sig um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar • tjáð sig um aðalatriði næringarfræðinnar • farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi • gert sér grein fyrir helstu kostnaðarliðum við heimilishald og sé meðvitaður um neytendavernd **Matur og vinnubrögð** • matreitt einfaldar og hollar máltíðir og nýtt hráefnið sem best • unnið sjálfstætt eftir uppskriftum • notað algengustu mæli- og eldhúsáhöld • nýtt ýmsa miðla til að afla upplýsinga um uppskriftir og næringarfræði **Matur og umhverfi** • tengt viðfangsefni heimilisfræðinnar við jafnrétti og sjálfbærni og áttað sig á uppruna helstu matvæla • skilið og rætt mismunandi umbúðamerkingar, metið útlit og	Rætt um prótein, fitu og kolvetni og mikilvægi þess fyrir líkamann. Rætt um fituríka og sykurríka fæðu og áhrif þess á líkamann. Stækka og minnka uppskriftir. Þrífa kæliskáp og eldavél. Rætt um umhverfisvænar vörur og óumhverfisvænar. Flokka vörur eftir áhrifum þeirra á umhverfið. Leggja á borð og ganga frá í eldhúsinu, sópa gólf og þrífa hillur og skúffur. Flokkun heimilisúrgangs. Rætt um samhjálp og hlutverk innan heimilisins einnig slysahættur.	Gott og gagnlegt 2. Vinnubók, lesbók og uppskriftir. Ýmis áhöld og raftæki í heimilisfræðistofu.	Aðferðir bakstur, eldun og bóklegir þættir. Innlagnir og umræður. Unnin verða bæði skrifleg og verkleg verkefni úr námsbók. Sýnikennsla verður á verklegum þáttum og síðan fá nemendur að prófa sjálfir. Nemendur vinna bæði einstaklingslega og í 2-3 nemenda hópum.	Símat þar sem ekki er aðeins gefið fyrir þau verkefni er nemandi vinnur, heldur einnig virkni hans í tímum; sjálfstæði, vandvirkni og umgengni.

	gæði matvæla og útskýrt hvernig á að geyma þau **Matur og menning** • tjáð sig um ólíka siði og venjur og þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð				