

Kársnesskóli

Heimilisfræði – 1. bekkur

Hæfnimiðmið Við lok 1. bekkjar getur nemandi:	Námsþættir	Námsefni/ Kennslugögn	Leiðir/Kennsluhættir	Matsviðmið/ Námsmat
Matur og lífshættir <ul style="list-style-type: none"> • tjáð sig á einfaldan hátt um heilbrigða lífshætti • valið hollan mat og útskýrt áhrif hans á líkama og líðan • farið eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti og þrif • tjáð sig um helstu kostnaðarliði við matargerð og heimilishald almennt 	<ul style="list-style-type: none"> • fæðuhringur • heiti algengra fæðutegunda • hollusta matar • tannhirða • áhrif sykurs á tennur • hvaðan koma matvælin 	<ul style="list-style-type: none"> • námsbækur • kennslugögn frá Lýðheilsustöð 	<ul style="list-style-type: none"> • vinnubókavinna • hópavinna • innlögn kennara 	<ul style="list-style-type: none"> • símat • sjálfsmat
Matur og vinnubrögð <ul style="list-style-type: none"> • útbúið með aðstoð einfaldar og hollar máltíðir • farið eftir einföldum uppskriftum • notað einföld eldhúshöld við mælingar • sagt frá helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi • nýtt ýmsa miðla til að afla upplýsinga um einfaldar uppskriftir 	<ul style="list-style-type: none"> • mál og mæliskeiðar • vinnubrögð • mataruppskriftir • uppþvottur og frágangur 	<ul style="list-style-type: none"> • námsbækur • eldhúshöld 	<ul style="list-style-type: none"> • sýnikennsla • hópavinna • verklegar æfingar • innlögn kennara 	<ul style="list-style-type: none"> • símat • sjálfsmat
Matur og umhverfi <ul style="list-style-type: none"> • sett viðfangsefni heimilisfræðinnar í einfalt samhengi við sjálfbærni • skilið einfaldar umbúðamerkingar 	<ul style="list-style-type: none"> • handþvottur • örverur á höndum og húð • flokkun á sorpi 	<ul style="list-style-type: none"> • hreinlætisaðstaða • naglabursti og sápa • gögn í kennslustofu 	<ul style="list-style-type: none"> • sýnikennsla • innlögn kennara • verklegar æfingar • umræður í tímum 	<ul style="list-style-type: none"> • símat • sjálfsmat • jafningjamat
Matur og menning <ul style="list-style-type: none"> • tjáð sig á einfaldan hátt um jákvæð samskipti við borðhald, helstu hátíðir Íslendinga, sið sem þeim fylgja og þjóðlegan mat 	<ul style="list-style-type: none"> • matvæli • borðsiðir • að deila með öðrum 		<ul style="list-style-type: none"> • innlögn kennara • umræður 	<ul style="list-style-type: none"> • símat • sjálfsmat

