

## Kársnesskóli

| Heimilisfræði – 4. bekkur  |  |   |  |  |
|--|--|---|--|--|
| Hæfniviðmið<br>Við lok 4. bekkjar getur nemandi:   | Námsþættir   | Námsefni/Kennslugögn  | Leiðir/Kennsluhættir   | Matsviðmið/<br>Námsmat   |
| <b>Matur og lífshættir</b> <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 helstu kostnaðarliði við matargerð og heimilishald almennt</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• næring, heilbrigði, hreinlæti</li> <li>• kostnaður við heimilshald</li> <li>• fæðuhringur</li> <li>• hollusta matar</li> <li>• tannhirða</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• námsbækur</li> <li>• kennslugögn frá Embætti landlæknis/Lýðheilsustöð</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• vinnubókavinna</li> <li>• hópavinna</li> <li>• innlögð kennara</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• símat</li> <li>• sjálfsmat</li> </ul>                         |
| <b>Matur og vinnubrögð</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• útbúið með aðstoð einfaldar og hollar máltíðir</li> <li>• farið eftir einföldum uppskriftum sagt frá helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi</li> <li>• nýtt ýmsa miðla til að finna uppskriftir</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• matreiðsla, uppskriftir og hættur í eldhúsi</li> <li>• kennslubók</li> <li>• matreiðslubækur, dagblöð og vefsíður</li> </ul>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• námsbækur</li> <li>• mælitæki</li> <li>• eldhúsáhöld</li> </ul>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• sýnikennsla</li> <li>• hópavinna</li> <li>• innlögð kennara</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• símat</li> <li>• sjálfsmat</li> <li>• jafningjamat</li> </ul> |
| <b>Matur og umhverfi</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sett viðfangsefni heimilisfræðinnar í einfalt samhengi við sjálfbærni</li> <li>• skilið umbúðamerkingar</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• matarsóun</li> <li>• áhrif matarsóunar á umhverfið</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• námsbækur</li> <li>• myndbönd</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• innlögð kennara</li> <li>• umræður í tímum</li> </ul>                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• símat</li> <li>• sjálfsmat</li> </ul>                         |
| <b>Matur og menning</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tjáð sig á einfaldan hátt um jákvæð samskipti við borðhald</li> <li>• helstu hátíðir Íslendinga, siði sem þeim fylgja og þjóðlegan mat</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• matur og menning</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• námsbækur</li> <li>• myndir af netinu</li> </ul>                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• innlögð kennara</li> <li>• umræður og ígrundun</li> </ul>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• símat</li> <li>• sjálfsmat</li> </ul>                         |