

Kársnesskóli

Heimilisfræði – 5. bekkur				
Hæfnimiðmið Við lok 5. bekkjar getur nemandi:	Námsþættir	Námsefni/ Kennslugögn	Leiðir/Kennsluhættir	Matsviðmið/ Námsmat
<b>Matur og lífshættir</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>tjáð sig um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar</li> <li>tjáð sig um aðalatriði næringarfræðinnar</li> <li>farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>næringarfræði og næringarlæsi</li> <li>hreyfing og hvíld</li> <li>fæðuhringurinn</li> <li>auglýsingar</li> <li>samvinna á heimilum</li> <li>þrif/hreinsun</li> <li>kostnaður við heimilishald</li> <li>neytendavernd</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>námsbækur</li> <li>efni frá Lýðheilsustöð</li> <li>fæðuhringur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>vinnubókavinna</li> <li>hópavinna</li> <li>innlögn kennara</li> <li>umræður um hollt fæði, hreyfingu og hvíld</li> <li>eldhúsinnrétting þrifin</li> <li>nemendur læra hvernig hreinsa á ýmsar tegundir grænmetis og ávaxta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>símat</li> <li>vinnubækur</li> <li>vinna í kennslustundu m metin og lagt er til grundvallar: virkni, færni og vinna í vinnubók</li> </ul>
<b>Matur og vinnubrögð</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>matreitt einfaldar og hollar máltíðir og nýtt hráefnið sem best</li> <li>unnið sjálfstætt eftir uppskriftum</li> <li>notað algengustu mæli- og eldhúsáhöld greint frá helstu orsökum slysa á heimilum og hvernig megi koma í veg fyrir þau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mælieiningar í uppskriftum</li> <li>mál, vog og mæliskeiðar</li> <li>mataruppskriftir</li> <li>bakstur</li> <li>matargerð</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>námsbækur</li> <li>námsefni um slysaþættir</li> <li>mælieiningar og eldhúsáhöld</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sýnikennsla</li> <li>hópavinna</li> <li>innlögn kennara</li> <li>umræður</li> <li>nemendur mæla með desílítramáli og vigt</li> <li>umræður um slysaþættir og varnir gegn slysum</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>símat</li> <li>vinna í kennslustundu m metin og lagt er til grundvallar: virkni, færni og vinna í vinnubók</li> </ul>
<b>Matur og umhverfi</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>áttað sig á uppruna helstu matvæla</li> <li>skilið hvernig best er að geyma matvæli</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>flokkun sorps</li> <li>samvinna</li> <li>geymsla á matvælum</li> <li>uppruni matvæla</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>gögn í kennslustofu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sýnikennsla</li> <li>innlögn kennara</li> <li>verklegar æfingar</li> <li>umbúðir skoðaðar</li> <li>læra hvernig best er að geyma grænmeti og ávexti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>símat</li> <li>vinna í kennslustundu m metin og lagt er til grundvallar: virkni, færni og vinna í vinnubók</li> </ul>
<b>Matur og menning</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>tjáð sig um ólíka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>íslensk matarmenning</li> <li>þjóðlegur matur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>námsbækur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>innlögn kennara</li> <li>umræður</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>símat</li> <li>vinna í kennslustundu</li> </ul>

siði og venjur, og þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð	<ul style="list-style-type: none"><li>• hugtök og orð úr matargerð fyrri tíma</li></ul>			m metin og lagt er til grundvallar: virkni, færni og vinna í vinnubók
---	---	--	--	---