

## 7. bekkur heimilisfræði

---

Kennarar: Hildur Sigurðardóttir; Sigurjóna Björgvinsdóttir

### Lýsing

Í list- og verkgreinum þroska nemendur með sér sjálfstætt gildismat, þar sem lögð er áhersla á að kynnast og njóta menningar. Nemendur fá að tjá sig og allir hafa hæfileika til að skapa.

Heimilisfræði fjallar um manninn, líf hans og lífsskilyrði, líkamlegar og andlegar þarfir.

Heimilisfræðin fjallar um mat og lífshætti, mat og vinnubrögð, mat og umhverfi og mat og menningu

Í heimilisfræði er unnið eftir hæfnimarkmiðum aðalnámskrár frá 2013.

### Markmið

7-8 á skólaárinu 4 tímar á viku. Nemendur fá að tjá sig og allir hafa hæfileika til að skapa. Heimilisfræði fjallar um manninn, líf hans og lífsskilyrði, líkamlegar og andlegar þarfir. Heimilisfræðin fjallar um mat og lífshætti, mat og vinnubrögð, mat og umhverfi og mat og menningu Í heimilisfræði er unnið eftir hæfnimarkmiðum aðalnámskrár frá 2013.

### Námsefni

Nemendur fást við að baka og elda , einnig er fjallað um næringarfræði, matarsóun, öll almenn þrif, borðsiði og almenna kurteisi.

### Kennsluaðferðir

Í byrjun hvernar kennslustundar er samverustund þar sem verkefni dagsins er rætt.

### Námsmat

Símat

### Heimilisfræði fyrir 5.-7. bekk - 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.

### Heimilisfræði fyrir 5.-7. bekk - Matur og vinnubrögð

- Matreitt einfaldar og hollar máltíðir og nýtt hráefnið sem best.
- Nýtt margvíslega miðla til að afla upplýsinga er varða matreiðslu, næringarfræði og meðferð matvæla.
- Unnið sjálfstætt eftir uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld.
- Greint frá helstu orsökum slysa á heimilum og hvernig má koma í veg fyrir þau.

### Heimilisfræði fyrir 5.-7. bekk - Matur og umhverfi

- Tengt viðfangsefni heimilisfræðinnar við jafnrétti og sjálfbærni og áttað sig á uppruna helstu matvæla.
- Skilið og rætt mismunandi umbúðarmerkingar, metið útlit og gæði matvæla og útskýrt hvernig á að geyma þau.

### Heimilisfræði fyrir 5.-7. bekk - Matur og menning

- Tjáð sig um ólíka siði og venjur, og þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð.