

## 2. bekkur heimilisfræði

---

### Lýsing

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

Kennd er almenn matargerð og bakstur.

Einnig er kennt almennt hreinlæti og frágangur í eldhúsi.

Kennt er í lotum, 4 kennslustundir á viku í u.þ.b. 6 vikur.

### Markmið

Að nemendur þekki helstu áhöld sem notuð eru við matargerð.

Kunni að fara eftir einföldum uppskriftum og lesa mælieiningar.

Þekki helstu hollustuhætti.

### Námsefni

Gott og gaman - heimilisfræði fyrir byrjendur

### Kennsluaðferðir

Verkefni úr námsbók.

Eldað og bakað upp úr einföldum uppskriftum.

Skoðað og farið yfir hollar matvörur, hvað gerir þær hollar og hvað gerir mat óhollan.

### Námsmat

Virgni og þáttaka nemenda í tímum

Skilningur á námsefni

Símat

### Heimilisfræði fyrir 1.-4. bekk

- Framvinda
- Hæfnieinkunn (tákn)
- Hæfnieinkunn (A-D)

### Heimilisfræði fyrir 1.-4. bekk - Matur og lífshættir

- Tjáð sig á einfaldan hátt um heilbrigða lífshætti.
- Tjáð sig um helstu kostnaðarliði við matargerð og heimilishald almennt.
- Valið hollan mat og útskýrt áhrif hans á líkama og líðan.

### Heimilisfræði fyrir 1.-4. bekk - Matur og vinnubrögð

- Útbúið með aðstoð einfaldar og hollar máltíðir.
- Farið eftir einföldum uppskriftum og notað til þess einföld mæli- og eldhúsahöld.

### Heimilisfræði fyrir 1.-4. bekk - Matur og umhverfi

- Sett viðfangsefni heimilisfræðinnar í einfalt samhengi við sjálfbærni.