

Heimilisfræði 5. bekkur haust 2020

Kennarar: Bryndís Bjarnadóttir

5

Lýsing

Markmið: Nemandi geti tjáð sig um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar. Kunni skil á flokkum næringarefna. Farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi. Matreitt einfaldar og hollar máltíðir og nýtt hráefnið sem best. Unnið sjálfstætt eftir uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld. Sýnt ábyrga og örugga umgengni við vinnu og frágang á vinnusvæð.

Vinna ýmist tvö saman eða í minni hópum.

2 bóklegir tímar á mánuði.

Mat: Símat

VIÐMIÐ ÚR NÁMSKRÁ

VHLS Heimilisfræði 5. -7 bekkur

- **Samantekt**

VHLS Heimilisfræði 5. -7 bekkur - 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.

VHLS Heimilisfræði 5. -7 bekkur - Matur og vinnubrögð

- Matreitt einfaldar og hollar máltíðir og nýtt hráefnið sem best.
- Unnið sjálfstætt eftir uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld.
- Sýnt ábyrga og örugga umgengni við vinnu og frágana á vinnusvæði.
- Greint frá helstu orsökum slysa á heimilum og hvernig má koma í veg fyrir þau.

VHLS Heimilisfræði 5. -7 bekkur - Matur og umhverfi

- Skilið og rætt mismunandi umbúðamerkingar. Metið útlit og gæði matvæla og útskýrt hvernig á að geyma þau.



Gott og gagnlegt 1 og viðeigandi vinnubók

Kennsla verkleg og bókleg