

# Heimilisfræði 6. bekkur haust 2020

---

Kennarar: Bryndís Bjarnadóttir

6

## Lýsing

Tjáð sig um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar.

Tjáð sig um aðalatriði næringarfræðinnar.

Farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi.

Matreitt einfaldar og hollar máltíðir og nýtt hráefnið sem best.

Unnið sjálfstætt eftir uppskriftum, nýtt miðla við bóklega vinnu tengda vinnubók.

Skilið og rætt mismunandi umbúðarmerkingar, metið útlit og gæði matvæla og útskýrt hvernig á að geyma þau.

Vinna ýmist tvö saman eða í hóp.

2 bóklegir tímar á mán.

Mat: Símat

## VIÐMIÐ ÚR NÁMSKRÁ

---

### VHLS Heimilisfræði 5. -7 bekkur

- **Samantekt**
- Tengt viðfangsefni heimilisfræðinnar við jafnrétti og sjálfbærni og áttað sig á uppruna helstu matvæla.

### 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.
- Nýtt margvíslega miðla til að afla upplýsinga er varða matreiðslu, næringarfræði.
- Unnið sjálfstætt eftir uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsahöld.

- 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.

## NÁMSEFNI/GÖGN

---



### Gott og Gagnlegt 2 og viðeigandi vinnubók

Kennsla verkleg og bókleg