

Heimilisfræði 7. bekkur vetur 2021-2022

Kennarar: Sigfríður Jódís Halldórsdóttir

7

Lýsing

Tjáð sig um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar. Farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi. Unnið sjálfstætt og matreitt einfaldar og hollar máltíðir, og notað til þess algengustu eldhúshöld. Kunni skil á 4 bakstursaðferðum. Skilið og rætt umbúðamerkingar, metið útlit og gæði matvæla, hvernig á að geyma þau. Sýnt ábyrga og örugga umgengni við vinnu og frágang á vinnusvæði.

Vinna ýmist tveir saman eða í smærri hópum.

2 bóklegir tímar á mánuði.

Mat: Símat

VIÐMIÐ ÚR NÁMSKRÁ

VS Heimilisfræði 7 bekkur.

- **Samantekt**
- Gert sér grein fyrir helstu kostnaðarliðum við heimilishald.
- Tjáð sig um ólíka siði og venjur, og þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð.
- Tjáð sig um ólíka siði og venjur, og þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð.
- Kunni skil á algengustu bakstursaðferðum.

VS Heimilisfræði 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.

VS Heimilisfræði 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 eldhúshöld.
- 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.

VS Heimilisfræði 7 bekkur. - Matur og umhverfi

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