
Bekkur/Námsgrein

7. bekkur/heimilisfræði

Tímabil: Haustönn 2023

Námsmarkmið sem unnið verður með:

Setja saman máltíðir með hliðsjón af ráðleggingum Lýðheilsustöðvar um mataræði. Gera sér grein fyrir samhengi heilsu og lífsstíls. Flokka fernur, gler, eggjabakka, ál, pappa og plastumbúðir. Læra að breyta g í dl og öfugt. Þjálfist í að stækka og minnka uppskriftir. Tileinki sér jákvætt viðhorf gagnvart hreinu umhverfi úti sem inni. Þjálfast í góðu borðhaldi t.d hvernig leggjum við á borð. Taka tillit til annarra, hreinlæti og samskipti.

Verkefni:

Neysluvenjur (fæðuhringur)

Fæðuflokkar (upprifjun)

Krydd og bragðefni

Meðferð og geymsla matvæla

Matreiðsla: kjöt, eggja og fiskréttir og súpur.

Bakstur: Úr lífrænum og ólífrænum lyftiefnum.

Námsefni/kennslugögn:

Í Gott og gagnlegt 3 námsbók eru verkefni sem þjálfar þekkingu og leikni nemenda í heimilisstörfum. Þeir nemendur sem vilja geta fengið bók með sér heim. Einnig eru notaðar uppskriftir frá ýmsum bókum og vefsíðum. Unnin eru ýmis verkefni tengd námsefninu.

Námsmat

Gefinn er einstaklings vitnisburður á skólaárinu í Mentor og oftast ef þörf er á.

Símat: Lagt er mat á færni, vinnusemi, hegðun, frágang.
