

Kennari:
Hrönn Axelsdóttir

Kennslufyrirkomulag:
Bóklegt og verklegt nám í heimilisfræðistofu

Tímafjöldi:
6 kennslustundir

Bekkur:
2. bekkur

Heimilisfræði

Heimilisfræði fjallar um manninn, líf hans og lífsskilyrði, líkamlegar og andlegar þarfir. Námsgreininni er m.a. ætlað að stuðla að heilbrigðum lífsháttum og neysluvenjum, góðu heilsufari, neytendavitund og verndun umhverfis. Kjarni heimilisfræðinnar er þekking og leikni í heimilisstörfum þar sem þættir eins og næringarfræði, matreiðsla og hreinlæti tengjast. Opinberar ráðleggingar (Lýðheilsustöðvar/Landlæknis) um mataræði og næringu eru hafðar til hliðsjónar við kennslu í heimilisfræði.

Heimilisfræði

Námsþættir:	Námsefni:	Hæfniviðmið: <i>Að nemandinn:</i>	Leiðir:
Næring og hollusta	Gott og gaman Heimilisfræði 2	<ul style="list-style-type: none">– læri hvers vegna fæðutegundum er raðað í fæðuhring/fæðudúk– geti gert samanburð á hollum og óhollum fæðutegundum fyrir tennurnar– læri að sífellt nart og áhrif ávaxtasýra skemmir tennur– geri sér grein fyrir því hvers vegna góð tannhirða er mikilvæg	Einfaldar verklegar æfingar Sýnikennsla
Matreiðsla og vinnubrögð	Komdu og skoðaðu eldhúsið Ítarefni	<ul style="list-style-type: none">– þekki einföld eldhúsáhöld og geti notað þau– geti mælt í heilu og hálfu með dl-máli, msk. og tsk.– læri að hreinsa og brytja ávexti og grænmeti með hníf– taki þátt í verklegri vinnu– læri að fara eftir myndrænum og einföldum skriflegum uppskriftum– fái þjálfun í að ganga frá eftir sig með leiðsögn	Lesið Spurt og spjallað Einstaklingsvinna HópaVinna Paravinna

Matvælafræði		<ul style="list-style-type: none"> – geti raðað algengum fæðutegundum í fæðuhring/fæðudúk – læri hvað fæðuflokkarnir heita – átti sig á hvaðan matvælin koma sem notuð eru – geti bragðað og snert þau matvæli sem notuð eru og lýst þeim – læri um gagnsemi gersveppa við brauðgerð 	
Hreinlæti		<ul style="list-style-type: none"> – geri sér grein fyrir því hvers vegna og hvenær hendur eru þvegnar – átti sig á hver er munur á góðum og slæmum örverum – skilji af hverju þarf að þvo grænmeti og ávexti – geri sér grein fyrir að vinna þarf ýmis störf á heimilinu og hvað hann getur aðstoðað við – fái þjálfun í að þvo upp og hreinsa áhöld – fái þjálfun í að hafa snyrtilegt í kringum sig 	
Neytendafræði og umhverfisvernd		<ul style="list-style-type: none"> – komist að niðurstöðu um hvað hann geti lagt af mörkum til að vernda umhverfi sitt – læri einfalda flokkun á sorpi frá heimilum – temji sér að nota lítið af efnum sem spilla umhverfi (sápa, pappír, umbúðir) 	
Aðrir þættir		<ul style="list-style-type: none"> – vinni með gleði og jákvæðu hugarfari – geti sýnt hjálpssemi og tillitssemi – kynnist hvaða matur var borðaður í gamla daga – þjálfist í borðsiðum 	
Námsmat:	Námsframvinda og hæfni nemenda metin jafnóðum yfir skólaárið á hæfnikorti.		