

Grunnskóli Húnaþings vestra

Góður skóli – gjöful framtíð

Kennsluáætlun



Námsgrein: List og verkgreinar - heimilisfræði

Bekkur/hópur: 8.-10.bekkur

Kennari: Berglind Guðmundsdóttir

Tímabil: haustönn 2024 – vorönn 2025. Hver nemandi kemur í heimilisfræði tvisvar sinnum í viku í um 8 vikur.

Hæfniviðmið: að nemandi geti:

- tjáð sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og sett í samhengi við ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari.
- greint aðalatriði næringarfræðinnar og útskýrt tengsl næringarefna, hráefna og matreiðslu.
- farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu.
- skipulagt og matreitt fjölbreyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr algengu og nýstárlegu hráefni með áherslu á hagkvæmni og nýtni.
- beitt helstu matreiðsluaðferðum og notað til þess ýmis mæli- og eldhúsahöld.
- greint frá viðbrögðum við slysum á heimilum
- sagt frá íslenskri og erlendri matarmenningu og matreitt ýmsa þjóðarrétti.

Helstu námsbækur og gögn:

- Uppskriftir fyrir unglíngastig <https://vefir.mms.is/heimilisfraedi/unglingastig.pdf>
- Næring og lífshættir
- Matur og menning
- Ýmist ítarefni t.d. af heimasíðum Menntamálastofnunar, Embætti landlæknis og Sorpu. ●

Uppskriftir frá kennara

Námsmat:

Leiðsagnarmat þar sem nemandi fær stöðuga endurgjöf um nám sitt ásamt ábendingum um það hvernig hann geti bætt sig. Frammistöðumat þar sem konnuð er hæfni nemenda til að beita þekkingu sinni og leikni. Við námsmat er tekið tillit til eftirfarandi þátta: virkni í tímum, umgengni um stofuna, samvinnu, sjálfstæðra vinnubragða og framkomu. Auk þess eru hæfniviðmið og lykilhæfni metin. Lokaeinkunn er gefin með bókstaf.

Lykilhæfni: sjá má lykilhæfni sem metin er á heimasíðu Grunnskóla Húnaþings vestra

<https://grunnskoli.hunathing.is/static/files/lykilhaefni-vidmid-bara-toflur-.docx.pdf>

Verkátlan:

Vika 1 - bakstur

-kanilsnúðar/bóklegt

-ostaslaufur/bóklegt

Vika 2 – spænskt þema

-tortilla de patatas

-buñuelos

Vika 3 - tælenskt/austurlenskt þema

-pad thai

-spádómskökur

Vika 4 - hollustuvika

-hollustubakstur - hollar kóskúlur/hrökkbrauð

-hollustumatreiðsla - grænmetisréttur

Vika 5 – franskt þema

-crêpes/franskar matarpönnukökur

-frönsk súkkulaðikaka

Vika 6 – val á uppskrift/innkaup

-val á uppskrift/innkaup

-framkvæmd á valuppskrift

Vika 7 – sitt lítið af hverju

-burradizz

-amerískar súkkulaðiþitakökur

Vika 8 – sænskt þema

-kladdkaka

-lúsíubollur