

Grunnskóli Húnaþings vestra
Góður skóli – gjöful framtíð
Kennsluáætlun



Námsgrein: heimilisfræði

Bekkur/hópur: 5.bekkur

Kennari: Berglind Guðmundsdóttir

Tímabil: haustönn 2023 – vorönn 2024. Hver nemandi kemur í heimilisfræði einu sinni í viku allt skólaárið.

Hæfniviðmið: að nemandi geti:

- 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 og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld.
- greint frá helstu orsökum slysa á heimilum og hvernig má koma í veg fyrir þau.
- skilið og rætt mismunandi umbúðamerkingar, metið útlit og gæði matvæla og útskýrt hvernig á að geyma þau.

Helstu námsbækur og gögn:

- Gott og gagnlegt 1 – heimilisfræði fyrir 5.bekk. https://vefir.mms.is/klb/gott_5bekk_klb.pdf
- 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 könnuð 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. Einkunn er gefin sem umsögn og/eða bókstafur um áramót og í lok skólaárs.

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

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

ágúst/september

-sumarbrauð

-haustsúpa

-eplakaka

-bóklegur tími – fæðuhringurinn og góð heilsa

-heilhveitibrauðbollur (uppskrift frá kennara)

október

-grænmetisfat

-afmælistúffur

-bóklegur tími – grænmeti og ávextir

-fléttubrauð

nóvember

-lummur

-eggjakaka í ofni

-sparikökur

-bóklegur tími og þrif – samvinna og heimilisstörf

desember

-brauðstangir Jaka og Gutta

-baka piparkökur

-skreyta piparkökur

janúar

- mánudagspítur
- frosin freisting
- bóklegur tími – næringarefnin
- gestaréttur

febrúar

- hnútar
- fagur fiskur úr sjó
- bountybitar (uppskrift frá kennara)
- ávaxtasalat með vanillusósu

mars

- brauðkringlur (uppskrift frá kennara)
- bóklegur tími – orka og umhverfi, matarsóun
- bananakryddbrauð (uppskrift frá kennara)
- granóla

apríl

- páskakaka (uppskrift frá kennara)
- kátar kartöflur og grillspjót (uppskrift frá kennara)
- bóklegur tími – upprifjun og samantekt. Ljúka við vinnubók. Hópverkefni.

maí

- litlar veislupizzur
- nesti útbúið, farið í gönguferð
- óákveðið