

Grunnskóli Húnaþings vestra

Góður skóli – gjöful framtíð

Kennsluáætlun



Námsgrein: List og verkgreinar - heimilisfræði

Bekkur/hópur: 8.-10.bekkur

Kennari: Berglind Guðmundsdóttir

Tímabil: haustönn 2023 – vorönn 2024. Hver nemandi kemur í heimilisfræði tvisvar sinnum í viku í um 7 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 helstu þætti sem hafa áhrif á útgjöld við heimilishald og geti tekið ábyrgð á eigin útgjöldum og skuldbindingum og þekkt rétt sinn og skyldur sem neytandi.
- 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.
- nýtt margvíslega miðla til að afla upplýsinga á gagnrýninn hátt um næringafræði, neytendamál, hagkvæmni í innkaupum, aukefni, geymslu og matreiðslu.
- beitt helstu matreiðsluaðferðum og notað til þess ýmis mæli- og eldhúsáhöld.
- 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 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. 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>

Verkátun:

Vika 1 - bakstur

-muffins/bóklegt

Vika 2 – bakstur

-pítsusnúðar/bóklegt

-sjónvarpskaka/bóklegt

Vika 3 - ítalskt þema

-focaccia/bóklegt

-pastaréttur/bóklegt

Vika 4 – ítalskt þema

-pizza

-sítrónukaka

Vika 5 – mexíkóskt þema

-mexíkósk chilli-súkkulaðikaka/bóklegt

-mexíkóskt lasagna/bóklegt

Vika 6 – indverskt þema

-naan brauð/bóklegt

-indverskur kjúklingaréttur

Vika 7 – Skipulag og kostnaður

-nemendur finna uppskrift, skrifa innkaupalista og versla inn fyrir næsta tíma í samráði við kennara

-eldað/bakað eftir uppskriftum nemenda