

# Heimilisfræði 6.bekkur

Kennarar: Guðlaug Jónsdóttir

6

## Markmið:

### Að nemendur:

- geti matreitt einfalda rétti eftir uppskriftum og hugsi vel um nýtingu hráefnisins
- þjálfast í vinnubrögðum og meðferð áhalda og tækja
- geti tjáð sig á einfaldan hátt um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við gott heilsufar og öðlist þekkingu á helstu hugtökum í næringarfræði
- geti farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif
- auki þekkingu sína um sjálfbærni, læri að setja viðfangsefni í samhengi við hana (umgengni, endurnýting, sparnaður) og þekki helstu umhverfismerki
- geti tjáð sig á einfaldan hátt um jákvæð samskipti við borðhald, helstu hátíðir Íslendinga, siði sem þeim fylgja og þjóðlegan mat
- geri sér grein fyrir helstu kostnaðarliðum heimilishalds og fái innsýn í neytendavernd

## Námsefni:

Gott og gagnlegt 2. Annað efni frá kennara.

## Kennsluaðferðir:

Verkleg kennsla, sýnikennsla. Bókleg kennsla: Vinnubók og ýmis verkefni.

Kennsluáætlun.

### Vika Námsefni Annað

25.feb-1.mars	Mán Brauðvafningar með sesamfræjum. Mið Fara yfir eldhúsreglur – hegðun, umgengni, frágangur. Heilsa og lífsstíll, góðar matarvenjur bls: 3-4 lesbók.	12 mánudagar 11 miðvikud.
4.mars-8.mars	Mán Tebollur. Extra þrif.	
Þri sprengid. Starfsdagur	Mið Máltíðir dagsins, bls: 10-11 lesbók. Verkefni.	
11.-15.mars	Mán Mexíkóskur kjötréttur.	
Samr.pr 9.b	Mið Hreinlæti bls: 47 lesbók.	

18.-22 mars	Mán Pítsusnúðar. Mið Vinnubók.
25.-29.mars	Mán Hrísgrjónaréttur. Mið Næringarefni/orkuefni.
1.-5. apríl	Mán Chlifiskur. Mið Næringarefnatöflur. Verkefni bls: 7 vinnubók. Ath. ipadar.
8.-12.apríl Mi fim árshát.	Mán Smákökur.
PÁSKAFRÍ!!	
23.-26.apríl Fim sumard.fyr.	Mið Sjálfbærni – umgengni, endurnýting, sparnaður. Ath. horfa á myndband um plastið í sjónum o.fl.
29.apríl-3.maí Mið 1.maí frí	Mán Minestrone ítölsk súpa
6.-10.maí	Mán Hjónabandssæla í múffumótum. Mið Vinnubók.
13.-17.maí	Mán Grjónagrautur m/ slátri. Þjóðlegur matur. Extra-þrif. Mið Kostnaðarliðir heimilishalds. Hvað þurfa mamma og pabbi að borga?
20.-24.maí	Mán Kjötsósa með spaghattí Mið Egg bls: 32 lesbók. Kjöt bls: 16-20 lesbók. Fiskur bls: 22-27 lesbók. Verkefni.
27.-31.maí Fim uppst.da.	Mán Lummur. (Úti ef viðrar). Mið Popp og spil eða útivera...?
3.-7.júní Fim starfsd. Föst skólaslit	Mán Útiöldun?

### Námsmat:

Vinna og hegðun metin í hverjum tíma. Samanburður á hæfni nemenda miðað við markmið – yfirfarið í lok tímabils. Heildareinkunn gefin í bókstöfum.

### G.Í. Heimilisfræði 6. bekkur - Matur og lífshættir

- Geti farið leiðbeiningum um hreinlæti og þrif

### G.Í. Heimilisfræði 6. bekkur - Matur og vinnubrögð

- Geti matreitt einfalda rétti eftir uppskriftum og hugsí vel um nýtingu hráefnis
- Þjálfist í vinnubrögðum og meðferð áhalda og tækja