

Heimilisfræði

Kennarar: Erna Sigrún Jónsdóttir

7

Markmið:

Hluti þessara viðfangsefna tekin fyrir í vetur (með fyrirvara um breytingar)

- Vinnubók – ýmis verkefni hnýtt aftan við verklega kennslu.
- Sjálfbærni – umgengni, endurnýting, sparnaður, jafnrétti. Myndband.
- Næringarefni – orkuefni, vítamín, steinefni og snefilefni. Miðlar – hvernig er hægt að nýta miðla til að afla upplýsinga í sambandi við matreiðslu, næringarfræði og meðferð matvæla?
- Umbúðamerkingar. Geymsluaðferðir. Örverur – matarsýkingar. Vinnubók – verkefni.
- Kostnaðarliðir heimilishalds, neytendavernd, uppruni matvæla. Vinnubók – verkefni.
- Þeytt deig. Súkkulaðimúffur með eplum. Vinnubók.
- Hrært deig. Dropasmákökur. Vinnubók.
- Hnoðað deig. Súkkulaðikóskúlur með perlusykri. Sly á heimilum.
- Gerdeig. Múslíbollur. Siðir, venjur, þjólegar íslenskar hefðir í matargerð.
- Gerdeig. Langbrauð. Vinnubók.
- Tómatásúpa og naan-brauð.
- Gúlassúpa.
- Grísagleði.
- Fiskur undir þekju.
- Hakkað buff með góðri sósu.
- Kjúklingur með kús-kús.
- Framandi fiskréttur. Extra-þrif.
- Smáréttaveisla.

Námsefni:

Gott og gagnlegt 3 og ítarefni frá kennara.

Námstímabil

7. bekkur þri, 2 kennslustundir-fös. 1 kennslustund

Heimilisfræði – Erna 23.08.-22.11.

Textílmennt – Fríða 26.11.-06.03.

Tæknimennt – Bjarnveig 10.03.- 05.06.

Kennsluaðferðir:

Viðfangsefni

Annað

Gerdeig. Múslíbollur.

Útivist

Tómatsúpa með eggjum

Fæðuhringurinn

Hnoðað deig. Súkkulaðikóskúlur með perlusykri.

Slys á heimilum.

Gúlassúpa

Umbúðamerkingar. Geymsluaðferðir. Örverur – matarsýkingar. Vinnubók – verkefni.

Horn

Næringarefni

Fiskur undir þekju.

Ávaxtabakki.

Sjálfbærni – umgengni, endurnýting, sparnaður, jafnrétti. Myndband.

Námsmat:

Virgni, metnaður og sjálfstæði metið í kennslustundum. Næringarfræðiverkefni tekið í lok tímabils. Framvinda skráð jafnóðum.

G.Í. Heimilisfræði 7. bekkur - Matur og lífshættir

- Geti tjáð sig á einfaldan hátt um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við gott heilsufar og öll aðalatriði næringarfræðinnar.
- Geti farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif
- Geri sér grein fyrir helstu kostnaðarliðum heimilishalds, séu meðvitaðir um neytendavernd, læri að meta útlit og gæði matvæla og geti útskýrt hvernig á að geyma þau

G.Í. Heimilisfræði 7. bekkur - Matur og vinnubrögð

- Geti unnið sjálfstætt, matreitt einfaldar og hollar máltíðir og hugsi vel um nýtingu hráefnisins
- Þjálfist í vönduðum vinnubrögðum

G.Í. Heimilisfræði 7. bekkur - Matur og umhverfi

- Auki þekkingu sína um sjálfbærni, læri að setja viðfangsefnið í samhengi við hana (umgengni, endurnýting, sparnaður, jafnrétti) og átti sig á uppruna helstu matvæla
- Geti skilið og rætt mismunandi umbúðamerkingar, metið útlit og gæði matvæla og útskýrt hvernig á að geyma þau