



Heimilisfræði 7. bekkur 2024-2025

Helstu áherslur í námi og kennslu 7. bekkjar eru að nemandi:

- Læri um alla fæðuflokkana og helstu næringarefni fæðunnar.
- Geri sér grein fyrir því hvaða áhrif neysluvenjur hafa á heilsuna.
- Sýni hreinlæti við matreiðslu og frágang.
- Læri að fara eftir uppskriftum og fyrirmælum og mæla rétt samkvæmt því.
- Temji sér góð vinnubrögð og sýni sjálfstæði og frumkvæði við vinnu sína.
- Þekki algengustu áhöld og tæki í eldhúsinu og geti notað þau rétt.
- Fái þjálfun í að matreiða fjölbreyttan, góðan og hollan mat og geti tekið upplýsta ákvörðun þegar kemur að vali á hollum mat eða óhollum.
- Vinni vel með öðrum og skipti verkum á sanngjarnan hátt.
- Sýni varkárni við vinnu sína eftir því sem við á og geti sýnt rétt viðbrögð við helstu óhöppum sem verða í heimilisfræði – þ.e. að brenna sig og skera sig.

Kennsluaðferðir - Hvernig vinnum við í kennslustundum.

Ferlið í tímum er yfirleitt nokkuð svipað. Við höfum verklegar æfingar í öllum tímum og sleppum því að vinna í bókum. Á móti kemur að gerð er krafa um að nemendur hlusti vel á fræðslu og útskýringar kennara í byrjun hvernar kennslustundar.

Áhersla er lögð á hreinlæti, að þrifa hendur vel og vandlega og setja á sig svuntu.

Gerð er krafa um að allir taki þátt og að nemendur skipti verkum jafnt þannig að allir fái að spreyta sig. Alltaf er ákveðinn sveigjanleiki í verkefnum – stundum koma ekki rétt hráefni þegar pantað er og stundum koma sérstakar óskir frá nemendahópnum sem hægt er að bregðast við.

Námsgögn

- Fæðuhringurinn
- Uppskriftir úr ýmsum áttum – úr bókum og af netinu
- Uppskriftir og verkefni úr kennslubókinni Gott og gagnlegt, heimilisfræði fyrir 7. bekk
- Áhöld, hráefni og matvæli úr kennslueldhúsinu

Námsmat

Leiðbeinandi símat í hverri kennslustund. Lokanámsmat er í lok námslotu sem á þessu skólaári er 12 vikur þar sem nemendur mæta 2x í viku í 80 mínútur í senn. Lögð er áhersla á að leiðbeina á uppbyggjandi hátt og hrósa fyrir góð vinnubrögð. Það er í góðu lagi að gera mistök og maður lærir af mistökum sínum. Nemendur þurfa að taka þátt í umræðum og leggja sig fram um að sýna góð vinnubrögð.

Lokanámsmat byggir á þátttöku og virkni í kennslustundum – bæði í umræðum og verklegri vinnu.

Flestar uppskriftir sem notaðar eru í heimilisfræðinni eru á heimasíðu heimilisfræðinnar

www.audhumla.weebly.com

Kennari - Guðmunda Anna Þórðardóttir