



## Heimilisfræði 6. bekkur 2024-2025

### Helstu áherslur í námi og kennslu eru að nemendur:

- Læri um fæðuflokkana og helstu næringarefni fæðunnar.
- Öðlist þekkingu á því hvaða áhrif neysluvenjur og fæðuval hafa á heilsuna.
- Læri um mikilvægi hreinlætis við matreiðslu og temji sér góð vinnubrögð.
- Æfi sig 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 og æfi sig að nota þau rétt.
- Fái þjálfun í að matreiða/baka á fjölbreyttan hátt og nota til þess margskonar hráefni.
- Æfi sig að vinna vel með öðrum og skipta verkum á sanngjarnan hátt.

### 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,
- Hráefni, matvæli og áhöld úr kennslueldhúsinu

### Námsmat

Leiðbeinandi símat í hverri kennslustund. Lokanámsmat er í lok námslotu sem á þessu skólaári er 9 vikur þar sem nemendur mæta 2x í viku í 85 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 þarf að læra 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](http://www.audhumla.weebly.com)

**Kennari** - Guðmunda Anna Þórðardóttir