

Heimilisfræði 7.bekkur Iota 2021-2022

Kynning á námsgreininni og kennsluaðferðir

Heimilisfræði er ætlað að stuðla að góðu heilsufari, heilbrigðum lífsháttum og neysluvenjum. Greininni er ætlað, með markvissri fræðslu í næringafræði og fjölbreyttri matargerð, að hafa jákvæð áhrif á lífstíl nemenda. Unnið er með bókina Gott og gagnlegt 3, en þar eru bæði bókleg og verkleg verkefni og fjórir þættir heimilisfræðinnar lagðir til grundvallar; næring og hollusta, örverufræði (hreinlætisfræði), matvælafræði og neytendafræði og umhverfisvernd.

Nemendur kynnast hvað felst í hollustu og heilbrigði, læra á helstu áhöld, umgengni við matvæli og hreinlæti. Kennslan er bæði verkleg og bókleg. Tímarnir fara fram í heimilisfræðistofu. Í upphafi tíma eru innlagnir og spjall um viðfangsefni. Farið er yfir uppskriftir og verklega þætti sem nemendur vinna sjálfir eða með aðstoð kennara. Nemendum er skipt í hópa, læra að vinna með öllum í hópnum. Hver hópur fær skilgreint verkefni. Nemendur sjá bæði um bakstur og almennam matreiðslu. Nemendur munu sjá um undirbúning, matreiðslu og þrif á eftir. Nemendur vinna með fjölbreytt áhöld, allt frá einföldum mælitækjum upp í flóknari raftæki eins og blandara og hrærivél. Lögð er áhersla á flokkun þar sem nemendur fá bæði fræðslu og þurfa að flokka sjálf það rusl sem henda þarf.

Námsáætlun

Á tímabilinu eru unnin bæði verkleg og bókleg verkefni. Í bóklega hlutanum er fjallað um næringarfræði, matvælafræði og örverur. Í verklega hlutanum er eldað, bakað og þrifið.

Hæfniviðmið.

Matur og lífshættir

Tjáð sig um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar.

Tjáð sig um aðalatriði næringarfræðinnar.

Farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi.

Matur og vinnubrögð

Matreitt einfaldar og hollar máltíðir og nýtt hráefnið sem best

Unnið sjálfstætt eftir uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld.

Matur og umhverfi

Skilið og rætt mismunandi umbúðarmerkingar, metið útlit og gæði matvæla og útskýrt hvernig á að geyma þau.

Matur og menning

Tjáð sig um ólíka siði og venjur, og þjóðlegar íslenskar hefðir í matargerð.

Grunnþættir menntunar

Áhersluþættir grunnþátta menntunar

Læsi: Að nemendur læri að vinna eftir uppskriftum, skriflegum og myndrænum. Geti aflað sér upplýsinga á fjölbreyttan hátt og nýtt sér mismunandi miðla og tækni til matargerðar og baksturs.

Sjálfbærni: Sett viðfangsefni heimilisfræðinnar í einfalt samhengi við sjálfbærni.

Heilbrigði og velferð: Áhersla lögð á nemendur geti tjáð sig á einfaldan hátt um heilbrigða lífshætti. Þekki munin á hollum og óhollum mat. Sjái mikilvægi þess að hirða vel um tennur og líkama. Geti farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif. Að

fara varlega með áhöld og tæki sem fylgja eldhúsinu.

Lýðræði og mannréttindi: Nemendur sýni öðrum ávallt kurteisi og tillitsemi sérstaklega við borðhald. Að matarvenjur eru mismunandi eftir heimshlutum.

Jafnrétti: Áhersla lögð á að nemendur viti að mörg verk þarf að vinna hverju heimili og mikilvægt að allir taki þátt í því eftir getu, vinni með öðrum og læri að virða skoðanir og sjónarmið annarra í hópavinnu í heimilisfræði

Sköpun: Fagið krefst þess að virkja sköpunargleðina og nota frumlega hugsun. Ýmis verkefni unnin og sett upp á skapandi hátt.

Námsmat

Nám og viðfangsefni byggjast fyrst og fremst á virkni í tímum, einstaklingsvinnu og hópsamvinnu. Bóklegum og verklegum æfingum.

Hæfni nemenda er metin jafnt og þétt og byggir á metanlegum hæfniviðmiðum sem valin hafa verið, ásamt því sem horft er til virkni, samvinnu, sjálfstæðis og vandaðra vinnubragða. Gefin er lokaekunn í bókstöfum.

Hlutverk og vinnulag nemandans

Að taka verkefnin alvarlega, allir vinna saman og taka virkan þátt, að sýna tillitsemi og prúðmennsku, allir hafa rétt á að koma með tillögur sem hlustað er á, að vera jákvæð, að virða jafnt nemendur sem kennara. Nemendur bera ábyrgð á eigin verkefnum.