

## Heimilisfræði

### 1.-4. bekkur

Heimilisfræðikennsla í 1.-4. bekk í Hörðuvallaskóla tekur mið af þeim hæfniviðmiðum sem sett eru fram í Aðalnámskrá .

Samkvæmt Aðalnámskrá skiptist heimilisfræðin í eftirfarandi þætti: matur og lífshættir, matur og vinnubrögð, matur og umhverfi og matur og menning.

Hæfniviðmiðin úr Aðalnámskrá koma fram í fremsta dálkinum hér fyrir neðan.

Í kennsluáætlunum og verkefnum inni í Mentor sést hvað sett er á oddinn á hverju tímabili í árgöngum.

Formlegt lokamat fer aðeins fram í lok 4 bekkjar.

### Matur og lífshættir

Hæfniviðmið	Viðfangsefni	Leiðir	Námsefni
<b>Nemandi getur:</b> Tjáð sig á einfaldan hátt um heilbrigða lífshætti. Valið hollan mat og útskýrt áhrif hans á líkama og líðan. Farið eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti og þrif. Tjáð sig um helstu kostnaðarliði við matargerð og heimilishald almennt.	-heilbrigðir lífshættir - holltur matur og líðan -hreinlæti og þrif - kostnaðarliði við matargerð og heimilishald	- Umræður - Verklegar æfingar - Sýnikennsla - Hópvinna Einstaklingsvinna	Bækur Verkefnablöð Innlögn

## Matur og vinnubrögð

Hæfniviðmið	Viðfangsefni	Leiðir	Námsefni
<b>Nemandi getur:</b> Útbúið með aðstoð einfaldar og hollar máltíðir. Farið eftir einföldum uppskriftum og notað til þess einföld mæli- og eldhúsahöld. Sagt frá helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi. Nýtt ýmsa miðla til að afla upplýsinga um einfaldar uppskriftir.	-Einfaldir og hollir máltíðir -Uppskriftir og mæli- og eldhúsahöld -Hættur í eldhúsi - Alnetið	- Umræður - Verklegar æfingar - Sýnikennsla - Hópvinna Einstaklingsvinna	Bækur Verkefnablöð Innlögn

## Matur og umhverfi

Hæfniviðmið	Viðfangsefni	Leiðir	Námsefni
<b>Nemandi getur:</b> Sett viðfangsefni heimilisfræðinnar í einfalt samhengi við sjálfbærni. Skilið einfaldar umbúðamerkingar.	Sjálfbærni Umbúðamerkingar	- Umræður - Verklegar æfingar - Sýnikennsla - Hópvinna Einstaklingsvinna	Bækur Verkefnablöð Innlögn

## Matur og menning

Hæfniviðmið	Viðfangsefni	Leiðir	Námsefni
<b>Nemandi getur:</b> Tjáð sig á einfaldan hátt um jákvæð samskipti við borðhald, helstu hátíðir Íslendinga, siði sem þeim fylgja og þjóðlegan mat.	Borðhald Hátíðir Íslendinga Þjóðlegur matur	- Umræður - Verklegar æfingar - Sýnikennsla - Hópvinna Einstaklingsvinna	Bækur Verkefnablöð Innlögn