

Kennsluáætlun í verkgreinum - heimilisfræði 2024 - 2025

Kennarar: Eyrún Ragnarsdóttir, Helga Sveinsdóttir og Elísabet Magnúsdóttir

Heimilisfræði fjallar um manninn, líf hans og lífsskilyrði, líkamlegar og andlegar þarfir. Greininni er ætlað að stuðla að góðu heilsufari, heilbrigðum lífsháttum og neysluvenjum, jafnrétti, hagsýni, fjármálalæsi, neytendavitund og verndun umhverfis. Í heimilisfræði gefst tækifæri til að hafa áhrif á lífsstíl nemenda með markvissri fræðslu um hollustu og holla matargerð.

Haust - viðfangsefni	Hæfniviðmið	Námsmat	Vor - viðfangsefni	Hæfniviðmið	Námsefni	Námsmat
Matur og lífshættir	• farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi • tjáð sig um heilbrigða lífshætti og tengsl þeirra við heilsufar • tjáð sig um aðalatriði næringarfræðinnar.	leiðsagnarmat				
Matur og vinnubrögð	• unnið sjálfstætt eftir uppskriftum og notað til þess algengustu mæli- og eldhúsáhöld • greint frá helstu orsökum slysa á heimilum og hvernig má koma í veg fyrir þau.	getað unnið með öðrum og sýnt þeim virðingu • unnið létt störf í eldhúsi og notað til þess algeng áhöld • varast helstu hættur við vinnu sína.				
Matur og umhverfi	• skilið og rætt mismunandi umbúðarmerkingar, metið útlit og gæði matvæla og útskýrt hvernig á að geyma þau					