


	<b>Urriðaholtsskóli</b>	
<b>Kennsluáætlun</b>		
<b>4 kennlustundir í 4 viku. 80 mínútur í senn.</b>	<i>Heimilisfræði – 3. og 4.bekkur</i>	
	<b>Kennari: Lilja Rún Sigurðardóttir</b>	

Tegund	Námsgögn
Kennslugögn	
Annað	Lýsing
<b>Kennslu- fyrirkomulag</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nemendur fá fræðslu um það hvað er hollur matur og óhollur</li> <li>• Nemendur læri um mikilvægi hreinlætis</li> <li>• Nemendur geti farið eftir einföldum fyrirmælum</li> <li>• Nemendur fá tækifæri til að vinna sjálfstætt við að útbúa sér einfaldar máltíðir</li> </ul>
<b>Markmið</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tjá sig á einfaldan hátt um heilbrigða lífshætti</li> <li>• Farið eftir einföldum leiðbeiningum</li> <li>• Farið eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti og þrif</li> <li>• Útbúið með aðstoð einfaldar og hollar máltíðir</li> </ul>
<b>Námsmat</b> Lokanámsmat er í samræmi við hæfniviðmið aðalnámskrár. <b>Matskvarði</b> : 5 tákn. Framúrskarandi, hæfni náð, á góðri leið, þarfnast þjálfunar og hæfni ekki náð.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Símat</li> </ul>

**Kennsluáætlun er sett fram með fyrirvara um breytingar**

Kennslustund	Hvað er kennt:	Markmið:
1 Kynning Hafragrautur	Nemendur fá kynningu á skipulagi og væntingum í smiðjunni.  Nemendur gera hafragraut.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Að nemendur læri reglur heimilisfræðistofunnar.</li> <li>• Að nemendur skilji mikilvægi hreinlætis og tileinki sér persónulegt hreinlæti</li> </ul>
2 Kókoskúlur	Nemendur fá kynningu á hollum mat og hvaða áhrif hann hefur.  Nemendur gera kókoskúlur	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Að nemendur ganga vel um stofuna, efni og áhöld</li> <li>• Að nemendur fylgi fyrirmælum</li> <li>• Að nemendur greini á milli góðs og lélegs fæðuvals</li> </ul>
3 Tortilla pizza	Nemendur fá kynningu á fæðuhringnum  Nemendur gera tortilla pizzu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Að nemendur þekki einföld næringarefni</li> <li>• Að nemendur fái þjálfun í að búa til einfalda rétti</li> </ul>
4 Gafflakökur	Nemendur gera gafflakökur	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Að nemendur geti notað einföld mæliáhöld</li> <li>• Að nemendur geti farið eftir einföldum uppskriftum</li> </ul>