



Námskrá Heimilisfræði 2. bekkur 2019-2020

Verkgreinar – Heimilisfræði: 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.

Þekking og leikni í heimilisstörfum er kjarni heimilisfræðinnar og honum tengjast allir þættir námsins, fræðilegir sem verklegir. Heimilisfræði er að upplagi verkgrein og í henni eru órjúfanleg tengsl milli næringarfræði, matreiðslu og hreinlætis. Til að styrkja þessi tengsl er mikilvægt að samþætta kennslu í matreiðslu og næringarfræði.

Mikilvægt er að heimilisfræðin taki mið af umhverfissjónarmiðum og veiti innsýn í vistfræði og glæði áhuga á umhverfisvernd og sjálfbærum lífsháttum. (sjá nánar á bls. 152-3 í Aðalnámskrá grunnskóla 2011)

Vinnulag: Verklegir og bóklegir tímar í hlutföllunum 3:1. Í verklegum tímum er aðallega notast við stigskiptan stuðning og sýnikennslu. Í bóklegum tímum er samlestur og umræður ásamt skriflegum verkefnum.

Námsmat: Umsögn um frammistöðu nemanda og athygli í lok annar. Upplýsingum safnað með símati yfir önnina.

Kennarar: Silvana Micovic og Steinunn E. Benediktsdóttir

Tímaáætlun: 2 kennslustundir þ.e. 80 mínútur á viku. Hver hópur er hálfan veturinn í senn

Heimilisfræði við lok 2. bekkjar:				
Hæfniviðmið Nemandi getur:	Námsefni	Kennsluhættir	Námsmat	Vitnisburður
Matur og lífshættir <ul style="list-style-type: none"> 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, 	Heimilisfræði 2, námsefni í heimilisfræði fyrir 2. bekk. <ul style="list-style-type: none"> H2 bls. 24-5 H2 bls. 27-8 H2 bls. 3-4, 32 	<ul style="list-style-type: none"> umræður um lífs- og matarvenjur og áhrif þeirra á líkama og líðan. rýnt í eigið mataræði, sýnikennsla og verklegar æfingar í handþvotti og notkun á tuskum og diskapurrkum, 	Nemendur fá leiðsagnarmat jafn óðum í kennslustundum, þar sem kennari leiðbeinir nemendum og sýnir þeim réttu handtökin og notkun áhalda.	Nemendur fá umsögn í metanlegum hæfniviðmiðum sem eru sýnileg í Mentor. <div data-bbox="1608 502 2004 837" style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Meta ▾</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Framúrskarandi <input checked="" type="checkbox"/> Hæfni náð <input type="checkbox"/> Þarfnast þjálfunar <input type="checkbox"/> Hæfni ekki náð </div>
Matur og vinnubrögð <ul style="list-style-type: none"> 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, 	Heimilisfræði 2, námsefni í heimilisfræði fyrir 2. bekk. <ul style="list-style-type: none"> H2 bls. 6-8, 10-14, 17 H2 bls. 2, 6-23, 31 H2 bls. 3 	<ul style="list-style-type: none"> verklegar æfingar í matargerð og bakstri, nemendur æfa notkun ýmissa mæliáhalda og æfa sig að lesa uppskriftir, umræður um hættur í umhverfi nemenda og hvað þau geta gert til að koma í veg fyrir sly og óhöpp Nemendur vinna alltaf 2-3 saman.	Mikil áhersla er lögð á að nemendur hlusti vel á fyrirmæli og taki þátt í umræðum, sýni samnemendum sínum virðingu og leggi sig fram um að auka færni sína smátt og smátt.	
Matur og umhverfi <ul style="list-style-type: none"> Sett viðfangsefni heimilisfræðinnar í einfalt samhengi við sjálfbærni. skilið einfaldar umbúðamerkingar. 	Heimilisfræði 2, námsefni í heimilisfræði fyrir 2. bekk. <ul style="list-style-type: none"> H2 bls. 26 H2 bls. 11 	<ul style="list-style-type: none"> umhverfisspil þar sem farið er yfir ýmis atriði sem nemendur eiga auðvelt með að taka upp í sínu lífi, æfa sig í flokkun matarúrgangs og alls 	Þau atriði sem helst er litið til eru iðni og afköst, verkfærni, umgengni og framkoma.	

		<p>sem til fellur við heimilishald, myndbönd og aðrir miðlar um sjálfbærni,</p> <ul style="list-style-type: none"> • nemendur skoða umbúðamerkingar á matvælum, m.t.t. innihaldslýsinga, eldunartíma og skammtafjölda. 		
<p>Matur og menning</p> <ul style="list-style-type: none"> • tjáð sig á einfaldan hátt um jákvæð samskipti við borðhald, helstu hátíðir Íslendinga, siði sem þeim fylgja og þjóðlegan mat. 	<p>Heimilisfræði 2, námsefni í heimilisfræði fyrir 2. bekk.</p> <ul style="list-style-type: none"> • H2 bls. 5, 30 	<ul style="list-style-type: none"> • umræður og verkefni um mannsiði og mismunandi matarmenningu á ólíkum tímum. 		