



Námskrá Heimilisfræði 8. 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 tímar og bóklegir. Bóklegu tímarnir fjalla um matarmenningu þjóðarinnar fyrr og nú, holdafar og átröskunarsjúkdómar, mataræði og sjúkdóma, gamall íslenskur matur, baunir og jurtafræði, verslunarsálfræði, aukefni í matvælum, örbylgjuofna, mat og trúarbrögð og matarmenningu annarra þjóða. Námsefnið er lesið og rætt, mikilvægt er að nemendur hlusti vel og taki virkan þátt í umræðum. Í bóklegum tímum er bókin Matur og menning, (útg. af Námsgagnastofnun) notuð til grundvallar ásamt efni frá kennara.

Í verklegum tímum er aðallega notast við kennsluaðferðirnar stigskiptan stuðning, leiðsagnarmat og sýnikennslu.

Verkefni: Nemendur velja eitt viðfangsefni sem þau hafa verið að læra um í bóklegu tímum og búa til veggspjald. Æskilegt er að nemendur vinni saman í 2-3 manna hópum. Nemendur kynna verkefnið fyrir öðrum nemendum og kennara.

Námsmat: Einkunn fyrir frammistöðu nemanda, vinnusemi í tímum og fyrir verkefni. Upplýsingum er safnað með leiðsagnarmati yfir önnina. Nemendur frá lokamat í bókstöfum: A, B+, B, C+, C, D, þar sem hæfniviðmið sem metur færni nemenda er haft til hliðsjónar.

Kennari: Silvana Micovic

Tímaáætlun: 4 kennslustundir þ.e. 160 mínútur á viku, í sjö vikur.

Heimilisfræði við lok 8. -10. bekkjar:				
Hæfniviðmið Nemandi getur:	Námsefni	Kennsluhættir	Námsmat	Vitnisburður
<p>Matur og lífshættir</p> <ul style="list-style-type: none"> tjáð sig um heilbrigða lífshætti tengsl þeirra við heilsufar og sett í samhengi við ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufar, greint aðalatriði næringarfræðinnar og útskýrt tengsl næringarefna, hráefna og matreiðslu, farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu, greint helstu þætti sem hafa áhrif á útgjöld við heimilishald og geti tekið ábyrgð á eigin útgjöldum og skuldbindingum og þekkt rétt sinn og skyldur sem neytandi. 	<p>Matur og menning, höf: Brynhildur Briem,</p> <ul style="list-style-type: none"> MM bls. 4-7, bls .8-13, bls. 18-19, bls. 28-29 MM bls.18-19, sýnikennsla, nemendur venjast á handþvott áður en hafist er handa við matartilbúning og þrifa vinnuaðstöðuna jafn óðum og unnið er og einnig í lok hvers tíma, MM bls. 46-48. 	<ul style="list-style-type: none"> umræður um lífs- og matarvenjur og áhrif þeirra á líkama og líðan, í bóklegum tímum er texti kennslubókanna lesinn, kennari útskýrir jafnóðum, og nemendur og kennari ræða innihaldið, nemendur koma reynslusögur. 	<p>Einkunn fyrir frammistöðu nemanda, vinnusemi í tímum og fyrir verkefnið. Upplýsingum er safnað með leiðsagnarmati yfir önnina.</p>	<p>Nemendur fá lokamat í bókstöfum: A, B+, B, C+, C, D, þar sem matsviðmið sem metur færni nemenda er haft til hliðsjónar.</p> <p>Nemendur fá umsögn í bókstöfum á hæfnikortið sem er sýnileg í Mentor.</p> <p>Nemendur í 10. bekk fá lokamat í matsviðmiðum og umsögn í bókstöfum á hæfnikort.</p> <p>A Framúrskarandi hæfni og frammistaða í námi með hliðsjón af hæfniviðmiðum námsgreinar eða námssviðs.</p> <p>B+ Notað þegar hæfni er sambærileg þeirri lýsingu sem á við einkunnina B og að hluta til þeirri lýsingu sem á við einkunnina A.</p>

<p>Matur og vinnubrögð</p> <ul style="list-style-type: none"> • skipulagt og matreitt fjölbreyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr algengu og nýstárlegu hráefni með áherslu á hagkvæmni og nýtni, • greint frá viðbrögðum við slysum á heimilum, • beitt helstu matreiðsluaðferðum og notað til þess ýmis mæli-og eldhúsáhöld, • nýtt margvíslega miðla til að afla upplýsinga á gagnrýnin hátt um næringarfræði, neytendamál, hagkvæmni í innkaupum, aukaefni, geymslu og matreiðslu. 	<p>Matur og menning, höf: Brynhildur Briem,</p> <ul style="list-style-type: none"> • bakstur og eldamennska í verklegum tímum, • myndband er sýnt og umræður. • bakstur og eldamennska í verklegu tímum • verkefni í tímum. • MM bls. 18-19, bls. 24-27, bls. 28-29, bls. 46-48 	<ul style="list-style-type: none"> • verklegar æfingar í matargerð og bakstri, • para- og hópavinna, • unnið með ólíka miðla við leit að upplýsingum um næringarinnihald, aukaefni, geymslu og matreiðsluaðferðir, 		<p>B Góð hæfni og frammistaða í námi með hliðsjón af hæfniviðmiðum námsgreina eða námssviðs.</p> <p>C+ Notað þegar hæfni er sambærileg þeirri lýsingu sem á við einkunnina C og að hluta til þeirri lýsingu sem á við einkunnina B.</p> <p>C Sæmileg hæfni og frammistaða í námi með hliðsjón af hæfniviðmiðum námsgreinar eða námssviðs.</p> <p>D Hæfni og frammistöðu í námi ábótavant með hliðsjón af hæfniviðmiðum námsgreinar eða námssviðs.</p>
---	--	---	--	---

<p>Matur og umhverfi</p> <ul style="list-style-type: none"> • sett viðfangsefni heimilisfræðinnar í vítt samhengi við lýðræði og jafnrétti, hreinleika og eiginleika sem taldir eru bæta heilsu fólks og stuðla að sjálfbærri þróun, • rætt þátt auglýsinga og upplýsinga um merkingar verð og gæði neyslivernd í tengslum við neytendavernd og tjáð sig um gæði, geymslu og aukaefni í matvælum. 	<p>Matur og menning, höf: Brynhildur Briem.</p> <ul style="list-style-type: none"> • MM bls. 28-29, • MM bls. 46-48, bls.24-27, bls.28-29, dagblöð, 	<ul style="list-style-type: none"> • skoða misskiptingu matvæla í heiminum, • rýna í auglýsingar með gagnrýnum hætti og skoða framsetningu þeirra. 		
<p>Matur og menning</p> <ul style="list-style-type: none"> • sagt frá íslenskri og erlendri matarmenningu og matreitt ýmsa þjóðarrétti. 	<p>Matur og menning, höf: Brynhildur Briem,</p> <ul style="list-style-type: none"> • MM bls. 2-3, bls. 38-39, bls. 40-45 	<ul style="list-style-type: none"> • umræður og fræðsla um matarmenningu Íslendinga og fleiri þjóða, • verklegar æfingar tengdar matarmenningu ýmissa þjóða, • umræður um mismunandi matarmenningu. 		